# بانک جامع اطلاعات

# داروپی






www.Ghaemiyeh.com
www.Ghaemiyeh.org
www.Ghaemiyeh.net
www.Ghaemiyeh.ir

بانك جامع اطلاعات دارويي

مشخصات کتاب

سرشناسه:مركز تحقيقات رايانه اي قائميه اصفهان،1390
عنوان و نام پديدآور:بانك جامع اطلاعات دارويي/ واحد تحقيقات مركز تحقيقات رايانه اي قائميه اصفهان
مشخصات نشر:اصفهان:مركز تحقيقات رايانه اي قائميه اصفهان ۱۳۹0.
مشخصات ظاهري:نرم افزار تلفن همراه و رايانه
وضعيت فهرست نويسي : فهرستنويسي قبلي يادداشت : فهرستنويسي براساس اطلاعات فيپا.
يادداشت : كتابنامه موضوع : پزشكي -- تحقيق -- روش‌شناسي موضوع : پزشكي -- راهنماي آموزشي

داروهاي گياهي رسمي ايران

چاي كيسه اي لاكسان

Cassia Angustifolia
اشكال دارويي:
پودر (عرضه به صورت چاي كيسه أي 25 عددي)
موارد مصرف:
سنا داراي اثرات مسهلي و ملين مي باشد و از آن در درمان يبوست و به منظور تخليه روده قبل از اعمال جراحي استفاده مي شود.
اجزاي فراورده:
هر كيسه حاوي 2 گرم برگ سنا ( Senna - Cassia Angustifolia) مي باشد.
موارد استعمال در پزشكي گذشته:
در طب گذشته سنا به عنوان مسهل و موثر در درمان بواسير بكار مي رفته است.
مواد موثره:
برگچه هاي سناي ايراني حداقل 2 درصد گليكوزيدهاي هيدروكسي آنتراسن دارد كه قسمت عمده آن را سنوزيدهاي آ و ب تشكيل مي دهند.
آثار فارماكولوژيك:
برگ سنا از دسته ملينها محرك مي باشد ، گليكوزيدهاي آنترا كينوني سنا پس از هضم ، هيدروليز شده و آنتراكينون آزاد و فعال ايجاد مي نمايد.اين عمل بدين صورت انجام مي شود كه بخشي از گليكوزيد هاي آنتراكينوني سنا از روده كوچك جذب شده ، در كبد هيدروليز مي شود و آنتراكينون فعال حاصله به داخل كولن ترشح مي شود.
مقدار مصرف:
مصرف اين چاي قبل از خواب بهتر است و به عنوان مسهل از دو عدد تي بگ استفاده شود.
دستور مصرف:
يك كيسه را در يك فنجان آب جوش قرار داده 10 دقيقه صبر كنيد سپس كيسه را پس از فشردن خارج نموده و محتوي فنجان را كه مايعي به رنگ چاي مي باشد ميل نماييد.
عوارض جانبي:
سنا ممكن است سبب ناراحتيهاي شكمي خفيفي مثل قولنج يا كرامپ گردد. مصرف طولاني مدت يا بيش از ميزان تجويزي مي تواند سبب اسهال همراه با از دست رفتن آب و الكتروليتها بويژه پتاسيم شده و با پيشرفت آن عارضه كولون با ضعف عملكرد ايجاد شود.

موارد منع مصرف:
در خانم هاي شيرده و همچنين در حساسيت نسبت به دارو ،تهوع ، استفراغ يا ديگر علائم آپانديسيت ،جراحي حاد شكمي ، انسداد روده أي ناشي از سفت شدن مدفوع و ساير موارد انسدادي و درد غير مشخص شكمي توصيه نمي گردد.

چاي كيسه اي مليس

Melissa Officinalis
اشكال دارويي:
پودر (عرضه به صورت چاي كيسه أي 25 عددي)
موارد مصرف:
بادرنجبويه داراي اثرات آرام بخش ، ضد اسپاسم ، ضد باكتري و ضد ويروس مي باشد و در درمان اختلالات گوارشي و قلبي با منشا عصبي و اضطراب مورد استفاده قرار مي گيرد.
موارد استعمال در پزشكي گذشته:
دم كرده اين گياه به صورت سنتي در رفع بي خوابي و اضطراب مصرف مي شود.
اجزاي فراورده:
هر كيسه حاوي 5/2 گرم پودر مليس (Melissa Officinalis) مي باشد.
مواد موثره:
روغن فرار از مهمترين گروه تركيبات موجود در برگ بادرنجبويه مي باشد كه داراي رنگ زرد و بويي مطبوع شبيه ليمو است كه 02/0 - 3/0درصد وزن خشك را تشكيل مي دهد.
آثار فارماكولوژيك:
بادرنجبويه داراي آثار آرامبخش ، ضد باكتري و ضد اسپاسم است . احتمالا عامل افزايش بازده صفرا توسط كبد ، تركيبات پلي فنلي موجود در گياه است.
مقدار مصرف:
3 بار در روز
دستور مصرف:
يك كيسه را داخل يك فنجان آب جوش قرار داده و مدت 5 دقيقه صبر كنيد سپس كيسه را پس از فشردن خارج نموده محتوي فنجان را با قند ميل نماييد.

چاي كيسه اي قرقات

Vaccinium Arctostaphylos
اشكال دارويي:
پودر (عرضه به صورت چاي كيسه أي 25 عددي)
موارد مصرف:
در كاهش قند خون (ديابت نوع II) موثر است و آنتوسيانوزيدهاي موجود در آن مقوي و محافظ عروق بوده ، در درمان اختلالات عروقي و بيماريهاي غير التهابي شبكيه به كار مي رود.
موارد استعمال در پزشكي گذشته:
در طب سنتي ايران دم كرده ميوه اين گياه جايگاه ويژه أي در كاهش قند خون و فشار خون دارد.
اجزاي فراورده:
هر كيسه حاوي 3 گرم ميوه قرقات (Vaccinium Arctostaphylos) مي باشد.
مواد موثره:
تركيبات آنتوسيانيني و فلاونوييدي ، مواد موثره ميوه هاي اين گياه را تشكيل مي دهند.
آثار فارماكولوژيك:
مشاهدات بيوشيميايي تشكيل كمپلكس بين آنتوسينوزيدها و بعضي از فسفوليپيدها را نشان داده است . داده هاي بيوشيميايي و بافت شناسي نشان مي دهد كه آنتوسيانوزيدها از تغييرات ديواره هاي عروقي با دو مكانيسم حفاظت مي كنند.
مقدار مصرف:
2 بار در روز
دستور مصرف:
يك كيسه را نيم ساعت قبل از غذا در يك فنجان آب جوش قرار داده 5 دقيقه صبر كنيد سپس كيسه را پس از فشردن خارج نموده محتوي فنجان را كه مايعي صورتي رنگ با طعم مطبوعي مي باشد ميل نماييد.
نكته قابل توجه:
اين چاي هميشه بايد نيم ساعت قبل از غذا مصرف شود تا بيشترين اثر را ظاهر سازد.
عوارض جانبي:
عوارض جانبي گزارش نشده است.

چاي كيسه اي شيرين بيان

Liquorice
اشكال دارويي:
پودر (عرضه به صورت چاي كيسه أي 25 عددي)
موارد مصرف:
از شيرين بيان در درمان التهاب و زخم معده ، همچنين بعنوان خلط آور ، ضد التهاب ، طعم دهنده و شيرين كننده استفاده مي گردد.
موارد استعمال در پزشكي گذشته:
در طب گذشته شيرين بيان در التيام زخم، تسكين سرفه، تسكين درد و رفع التهاب معده مورد مصرف قرار مي گرفته است.
اجزاي فراورده:
هر كيسه حاوي 2.5 گرم پودر ريشه شيرين بيان (Liquorice) مي باشد.
مواد موثره:
ريشه شيرين بيان داراي گلوكز و ساكاروز (3 الي 5 درصد)، آسپاراژين ، رزين ، كومارينها ، اسيدهاي هيدروكسي سينناميك مي باشد.
آثار فارماكولوژيك:
فلاونوييدها: اثرات آنتي اسپاسموديك عصاره شيرين بيان و خنثي نمودن آثار هيستامين ثابت شده است كه قسمت عمده اين اثرات و اثر حفاظتي زخمها مربوط به فلاونوييدهاي عصاره مي باشد.
گليسيريزين: اين ماده خواص ساپونوزيدها را داراست.از راه خوراكي براحتي تحمل شده و خاصيت خلط آوري عصاره شيرين بيان مربوط به اين ماده مي باشد . در درمان طولاني زخم معده به وسيله عصاره اين گياه معمولا ادم ظاهر مي شود.اين امر مربوط به احتباس آب و يونهاي سديم و كلر و حذف شديد يونهاي پتاسيم و كاهش ترشح ادرار مي باشد .
مقدار مصرف: 2 بار در روز
دستور مصرف:
يك كيسه را در يك فنجان آب جوش قرار داده 5 دقيقه صبر كنيد سپس كيسه را پس از فشردن خارج نموده محتوي فنجان را كه مايعي زرد رنگ مي باشد ميل نماييد.
عوارض جانبي:
احتباس آب و نمك و در نتيجه افزايش فشار خون عروقي و كاهش ادرار از عوارض آن است..
موارد منع مصرف:

نمي تواند مورد مصرف طولاني مدت قرار گيرد و در بيماران با اختلالات قلبي -عروقي و مبتلا به فشار خون بايد با احتياط مصرف گردد.

چاي كيسه اي چاي سبز

Camellia Thea
اشكال دارويي:
پودر (عرضه به صورت چاي كيسه أي 25 عددي)
موارد مصرف:
پلي فنول هاي چاي قادر است جذب كلسترول را مهار كند و از تخريب Catecholamin جلوگيري نمايد و باعث تخريب تري گليسيريد ها در بافت چربي كه به موجب آن وزن كاهش مي يابد، مي شود .چاي سبز آشاميدني تحريك كننده است كه باعث آرامش شده و خستگي عضلاني و رواني را بر طرف مي نمايد و مي توان آن را در هنگام تب ( هيجان ) استفاده كرد. كافيين موجود در چاي اثر ادرارزايي بر روي كليه ها دارد و دفع را تحريك مي كند. بنابراين گمان مي رود كمكي براي هضم و آرامش براي استرس هاي بعد از مصرف غذا است.
دم كرده چاي سبز فعاليت آنتي باكتريالي را بر روي تعدادي باكتري نشان مي دهد و درماني براي اسهال خوني است. بدون شير و شكر چاي سودمند براي درمان اسهال است ولي همراه با شير و شكر چاي به صورت يك ملين (ضد يبوست) عمل مي كند.
همچنين از رشد تومور ها در (Epigallocatenin Gallat (EGCG سرطانهاي مري، معده و روده جلوگيري مي كند و مصرف 5 گرم چاي در هر روز مي تواند سنتز نيتروز آمين را كاهش دهد، ويتامين C و پلي فنولها، به خصوص كاتنين ها سنتز Endogenous نيتروز آمين ها را بلوك مي كنند.ميزان بالاي سلنيم در چاي يكي از علل شيوع پايين سرطان در ژاپن است.
گزارش شده است كه عصاره چاي بسيار موثر تر از تركيبات فلورايد در جلو گيري از پوسيدگي دندان مي باشد.
موارد استعمال در پزشكي گذشته:
در طب سنتي ايران دم كرده چاي سبز جهت كاهش چربي خون و ضد چاقي مصرف مي شود.
اجزاي فراورده:
هر كيسه حاوي 2.5 گرم برگ چاي سبز (Camellia Thea) مي باشد.
مواد موثره:
كافيين، پلي فنول ها، آلكالوييد باز پورين، كاروتن، ريبوفلاوين، نيكوتنيك، پانتوتنيك، آسكوربيك اسيد مواد موثره برگهاي اين گياه را تشكيل مي دهند.
آثار فارماكولوژيك:

بيش از 70% از بيماران ديابتي كه تحت كنترل قند بودند رهايي از درد و كرختي همراه با سوزش و خارش را در پاها نشان دادند و هيچ گونه اختلال در خواب آنها مشاهده نشد و افزودن چاي سبز در رژيم غذايي اين بيماران احساس خوب بودن و شادابي ايجاد كرد و بدين گونه چاي سبز به عنوان يك رها ساز از درد و حس كوفتگي و سوزش در بيماران ديابت عصبي شناخته شد.
مقدار مصرف: 3 بار در روز
دستور مصرف:
يك كيسه را در يك فنجان آب جوش قرار داده 5 دقيقه صبر كنيد سپس كيسه را پس از فشردن خارج نموده محتوي فنجان را ميل نماييد.
عوارض جانبي: عوارض جانبي گزارش نشده است.

چاي كيسه اي گاوزبان

Echium Amoenum
اشكال دارويي:
عرضه به صورت چاي كيسه أي 25 عددي
موارد مصرف:
سنبل الطيب داراي آثار آرام بخش ، خواب آور و ضد اسپاسم بوده و در درمان مواردي چون : بيقراري ، مشكلات عصبي براي خوابيدن ، فشار عصبي و كوليك هاي گوارشي مورد استفاده قرار مي گيرد.
از گل گاوزبان در درمان علائم سرماخوردگي و همچنين به عنوان آرام بخش استفاده مي شود.
موارد استعمال در پزشكي گذشته:
در طب گذشته سنبل الطيب بعنوان آرامبخش ، خواب آور و رفع تشنج كاربرد داشته است.
در طب گذشته از گاوزبان به عنوان نشاط آور، آرامبخش، مدر و بر طرف كننده علائم سرماخوردگي استفاده مي كرده اند.
اجزاي فراورده:
هر كيسه حاوي 2 گرم پودر ريشه سنبل الطيب (Valeriana Off.) و گل گاوزبان ( Echium Amoenum) مي باشد.
مواد موثره:
تركيب يا تركيبات مسئول اثر بخشي در سنبل الطيب (Valeriana) را والپوتريات ها (Valepotriates) و بالدرينال و ايزو والترال مي دانند كه هر يك از گروههاي مختلف تركيبات، مسئول بخشي از اثرات فارماكولوژيك فوق هستند.(ريشه سنبل الطيب حاوي اسيد والريانيك است.)
گل گاوزبان داراي موسيلاژ به ميزان 5-3 %، فلاونوئيد 0.15% و آنتوسيانين با آگليكون دلفينيدين و سيانيدين به ميزان 13.43% و به مقدار ناچيز آلكالوئيد از دسته پيروليزيدين است.
آثار فارماكولوژيك:
مطالعات انجام شده بر روي انسان اثرات آرام بخشي سنبل الطيب را تائيد مي كند .همچنين فعاليت ملايم خواب آوري بر روي افراد طبيعي بي خواب و افرادي با خواب غير طبيعي را نشان مي دهد، به علاوه مطالعات انجام شده نشان مي دهد كه سنبل الطيب زمان شروع خواب را كوتاه مي كند. همچنين بي نظمي خواب ، زمان بيداري بعد از خواب و بيدار شدن مكرر در طول خواب و كيفيت خواب را اصلاح مي كند .
مقدار مصرف: حداكثر 3 بار در روز

دستور مصرف:
يك يا دو كيسه را در يك فنجان آب جوش قرار داده 10 دقيقه صبر كنيد سپس كيسه را پس از فشردن خارج نموده محتوي فنجان را كه مايعي با بوي مطبوعي مي باشد با قند ميل نماييد.جهت خارج شدن كامل مواد موثره مي توان از روش دم كردن روي چراغ استفاده كرد.
عوارض جانبي:
نبايد در موقع حاملگي و شير دهي استفاده شود.

چاي كيسه اي رازيانه

Foeniculum vulgare
اشكال دارويي:
پودر (عرضه به صورت چاي كيسه أي 25 عددي)
موارد مصرف:
از رازيانه بصورت خوراكي در درمان نفخ ، سو هاضمه و اسپاسم عضلات و همچنين به عنوان خلط آور ، مدر و افزايش دهنده شير استفاده مي گردد . به صورت موضعي نيز بعنوان ضد ميكروب ( از جمله در درمان التهاب لثه ) استفاده شده است.
اجزاي فراورده:
هر كيسه حاوي 3 گرم ميوه گياه رازيانه ( Foeniculum vulgare ) مي باشد.
موارد استعمال در پزشكي گذشته:
در طب گذشته رازيانه به عنوان ضد نفخ، مدر، دفع كننده سنگهاي مجاري ادراري و افزايش دهنده شير مورد استفاده قرار مي گرفته است.
مواد موثره:
آندوسپرم ميوه هاي رازيانه حاوي قندها ، پروتئين ها ، 12 تا 18 درصد چربي و حدود 1 تا 6 درصد اسانس است . اسانس هاي موجود در اين گياه حاوي Anethol Cymene , Camphene , Carvone , مي باشد.
آثار فارماكولوژيك:
ميوه هاي رازيانه داراي نوعي اثر استروژنيك بوده و سبب افزايش وزن و چاقي مي شود.ميوه و اسانس رازيانه به دليل دارا بودن آنه تول موجب كاهش يا توقف اسپاسم هاي دستگاه گوارش و تشديد ترشح شيرابه هاي گوارشي و در نتيجه بالا رفتن كيفيت هضم مي گردد. مجموعه اين اعمال سبب رفع سوءهاضمه شده و به تبع آن برخي از بي خوابيها كه در اثر اختلالات فيزيكي دستگاه گوارش حادث شده اند ، درمان مي يابند . بررسيهاي دقيقتر نشان داده اند كه اثر أنتي اسپا سموديك اسانس رازيانه از طريق مهار انقباضات ناشي از استيل كولين و هيستامين صورت مي گيرد .عصاره أبي به دست أمده از برگهاي رازيانه قادر است فشار خون سرخرگي را بدون أنكه برتعداد ضربانات قلب يا تنفس تاثير داشته باشد & به طرز چشمگيري كاهش دهد.
مقدار مصرف:
2 بار در روز
نكته قابل توجه:

چنانچه پيش از غذا ميل شود اثر مشهي خواهد داشت.
دستور مصرف:
يك كيسه را نيم ساعت قبل از غذا در يك فنجان آب جوش قرار داده 5 دقيقه صبر كنيد سپس كيسه را پس از فشردن خارج نموده محتوي فنجان را كه مايعي سبز رنگ با بوي مطبوعي مي باشد ميل نماييد.
عوارض جانبي:
رازيانه شيرين محرك و التهاب آور نبوده و نسبتا غير سمي مي باشد. فنچن موجود در رازيانه تلخ اثر محرك موضعي داشته و ممكن است در برخي افراد موجب بروز حساسيت شود.همچنين اسانس رازيانه بيش از 1 ميلي ليتر سبب التهاب ريه ها ، اختلالات تنفسي و تشنج مي شود.

چاي كيسه اي بابونه

Matricaria Chammomilla
اشكال دارويي:
پودر(عرضه به صورت چاي كيسه أي 25 عددي)
موارد مصرف:
بابونه داراي اثرات ضد التهاب, ضد اسپاسم و ضد نفخ بوده,در پيشگيري و درمان زخم معده مصرف مي گردد. همچنين به عنوان ضد باكتري, ضد قارچ, آرام بخش و ملين استفاده مي شود.
موارد استعمال در پزشكي گذشته:
در طب گذشته بابونه به عنوان ضد التهاب ، برطرف كننده زخمهاي دهاني و بثورات جلدي مصرف شده، همچنين در درمان علائم سرماخوردگي و رفع سردرد مورد استفاده بوده است.
اجزاي فراورده:
هر كيسه حاوي 2.5 گرم گل گياه بابونه ( Matricaria Chammomilla - Chamomill) مي باشد.
مواد موثره:
گلهاي بابونه ايراني حداقل 4/0 درصد اسانس دارد كه قسمت عمده اسانس را آزولن، كاموميلول، ماتريكارين، سزكويي ترپنهاي بيزابولول اكسيد ، بيزابولون اكسيد ، فارنسن ، فارنسول ( اسپاتولنول) و كامازولن تشكيل مي دهند.
آثار فارماكولوژيك:
گلهاي بابونه حاوي گروهي مواد ليپوفيل مي باشد كه اثر برجسته ضد التهابي دارند و نيز داراي گروهي مواد هيدروفيل با اثر قوي اسپاسموليتك است. مواد ليپوفيل شامل سزكويي ترپنها(كامازولن) و مواد هيدروفيل شامل فلاونوئيدها (آپي ژنين) و كومارينها مي باشد.
فعاليت ضد التهابي عصاره بابونه بيشتر به واسطه تركيبات ماتريسين(پيشتاز كامازولن) ، بيزابولول و اكسيدهاي آن بوده كه عمده ترين تركيبات موجود در عصاره را تشكيل مي دهد. اين فعاليت به اثر آنتي اكسيدان آنها نظير آنچه روي مهار پروستاگلاندينها و سنتز لوكوترينها انجام مي گيرد ، نسبت داده شده است . اثر اسپاسموليتيك "أپي ژنين" نسبت به " پاپاورين" & 92/3 برابر قويتر است.
أپي ژنين علاوه برجلوگيري از أزاد سازي هيستامين تشكيل محصولات 5- ليپواكسيژناز و سيكلواكسيژناز نظير 12- ليپواكسيژناز را مهار مي كند . ضمنا مشخص شده كه أپي ژنين مي تواند به گيرنده هاي "بنزوديازپين"

متصل شود و اثر ضد اضطراب داشته باشد.
عوارض جانبي:
عوارض جانبي آن نادر بوده به ايجاد واكنشهاي آلرژيك بي اهميت و قابل اغماض منجر مي شود

اشكال دارويي :
قرص هاي 500 ميلي گرمي در بسته هاي 100 و 20 عددي
موارد مصرف :
درمان سرفه با استفاده از گياهان دارويي در طب گياهي امري رايج است قرص ماسومنت شركت ابن ماسويه با تركيبي از نعناع و شيرين بيان جهت انواع سرفه هاي خشك و ترشح دار با توجه به فرمولاسيون چند گياهي (Polyherbal formulation ) : جهت افزايش اثر دارو توليد مي شود .
اجزاء فرآورده :
نعناع : با نام علمي Mentha piperita از تيره Labiatae داراي ساقه چهارگوش و به رنگ قرمز مايل به بنفش يا مايل به ارغواني است . قسمت مورد استفاده آن برگ و يا سرشاخه هاي گلدار است .
شيرين بيان : با نام علمي glycyrrhiza glabra گياهي است علفي ، پايا و از خانواده پروانه واران papillionaceae ، ريشه آن مورد استفاده قرار مي گيرد .
مواد موثره :
نعناع : منتول ، منتون و ...
شيرين بيان : گلي سيريزين گلي سيرينيك اسيد و ...
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
در درمان سرفه هاي خلط دار نرم كننده ها (demulcent) و ضد عفوني كننده ها (antiseptic) جهت نرم كردن التهابات و كاهش ترشح خلط استفاده مي شود . اسانس نعناع كه حاوي منتول است بعنوان يك بي حس كننده موضعي جهت كاهش تحريكات موثر است همچنين تا حدودي داراي اثر انتي سپتيكي خفيف است و عموماً بعنوان يك خلط آور تحريكي (Stimulant Expectorant) اشاره استفاده مي شود منظور از تحريكي به حالتي است كه دارو تقويت كننده و اثر آنتي سپتيكي جهت بازسازي و خروج ترشحات دارد . منتول موجود در اسانس نعناع در فعاليت گيرنده هاي سرماي موجود در حنجره كه در رفلكس سرفه نقش دارند تاثير مي گذارد در نتيجه منتول با 4 مكانيسم زير بر سرفه تاثير دارد .
1. اثر آنتي سپتيكي 2. بي حسي موضعي 3. اثر بر گيرنده سرما موجود در حنجره
4. مهار تنفسي از طريق تحريك گيرنده هاي سرما راههاي هوايي فوقاني دستگاه تنفسي
شيرين بيان مي تواند به طريق مناسبي بعنوان نرم كننده موثر باشد اما

مشتقات شيرين بيان به نظر مي رسد كه داراي يك اثر ضد سرفه مركزي مشابه كدئين باشد شيرين بيان بعنوان يك خلط آور نيز عمل مي كند همچنين داراي يك اثر ضد ويروسي و تحريك كننده سيستم ايمني بدن مي باشد. (A و 4 و 3 و 2و 1)

موارد مصرف قرص ماسومنت :

1. سرفه هاي خشك و خلط آور
2. درمان علامتي سرماخوردگي
3. خوشبو كننده و ضد عفوني كننده دهان
4. كاهش حساسيت و خارش گلو

مقدارمصرف :

2 قرص هر 3 الي 4 ساعت جويده يا مكيده شود

موارد احتياط :

1. بيماران مبتلا به رفلكس معده اي ـ روده اي
2. مبتلايان به سنگ كيسه صفرا (5)
3. بيماران مبتلا به نارسايي شديد كبدي ، قلبي ، كليوي

تداخل دارويي :

منتول موجود در قرص موجب كاهش فشار اسفنكتر تحتاني مري و تشديد رفلكس معده اي ـ روده اي مي شود در نتيجه با داروي سيساپرايد cisapride كه در درمان اين رفلكس استفاده مي شود تداخل اثر دارد

عوارض جانبي :

مصرف طولاني مدت شيرين بيان ايجاد عوارض شبه مينرالوكورتيكوئيدي مي كند . هيچ عارضه جانبي در مصرف درماني نعناع وجود ندارد.

مصرف در حاملگي وشيردهي :

ايمني مصرف اين فرآورده در دوران بارداري وشير دهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود

پیجیوم آفریکانوم

Pygeum Africanum
اشکال دارويي :
کپسول هاي نرم 50 ميلي گرمي در جعبه هاي 30 عددي
موارد مصرف :
اولين انتخاب در BPH و ساير بيماريهاي پروستات
درمان اختلال هاي خفيف تا متوسط ادراري در بيماران مبتلا به هيپرپلازي خوش خيم پروستات
اجزاء فرآورده و مواد موثره:
هر کپسول نرم حاوي 50 ميلي گرم عصاره خالص پوست درخت Pygeum Africanum -African Plum از تيره روزه آسه مي باشد که در واقع مخلوطي ازترکيبات اسيدهاي چرب پيوند يافته با مشتقات الکل بوده و مهمترين اجزاي تشکيل دهنده آن بتاسيتوسترول ؛ اسيد اورسوليك و n-docosyl-ferulate مي باشند
آثار فارماکولوژيك و مکانيسم اثر :
.1
مهار پروليفراسيون فيبروبلاستي ناشي از فاکتورهاي رشد که در حال حاضر به نظر مي آيد در پاتوژنز آدنوماي پروستات دخالت دارند
.2
کاهش التهاب و خيز پروستات و مجراي آن از طريق مهار آنزيم ليپواکسيژناز
.3
اصلاح قدرت انقباضي و بهبود الاستيسيته مثانه در اختلال هاي ناشي از افزايش سن يا اثر بر روي عضله دترسور
.4
اصلاح فعاليت ترشحي جزء اپيتليال بدون تداخل با فعاليت هورموني
تداخل دارويي :
هيچگونه تداخل دارويي گزارش نشده است و به همراه ساير داروهايي که در هيپرتروفي خوش خيم پروستات - BPH - به کار مي روند قابل تجويز است
مقدارمصرف :
يك کپسول 50 ميلي گرمي صبح وعصر به صورت خوراکي و ترجيحا پيش از غذا . دوره درمان معمولا 6 هفته مي باشد که تا هشت هفته قابل افزايش بوده واين دوره درصورت لزوم و برحسب مزمن بوده علائم تکرار

مي گردد به طور تجربي اثرات بهبودي پس از 6 هفته طاهر مي گردد
عوارض جانبي :
اين دارو به خوبي از طرف بيمار تحمل شده و تنها در دو تا سه درصد ازبيماران عوارض گوارشي اسهال يبوست تهوع و دل درد گزارش شده است
نكات قابل توصيه :
1.مصرف پيجيوم دراختلال هاي ادراري ؛ بيمار را از پيگيري موارد لازم در بيماري پروستات و نظارت پزشكي مربوطه معاف نمي كند
2.مصرف اين دارو جايگزين جراحي در صورت لزوم نمي باشد

زينتوما ZINTOMA

اشكال دارويي :
كپسول 350 ميلي گرمي
موارد مصرف :
اين فرآورده در پيشگيري از بيماري مسافرت مصرف مي شود .
اجزاء فرآورده :
زينتوما حاوي 250 ميلي گرم پودر ريشه زنجبيلZingiber officinale مي باشد .
مواد موثره :
روغن هاي فرار نظير زينجبيرن و بتا بيزا بولن اولئورزين هايي نظير همولوگهاي جينجيرول و شوگال .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مكانيسم اثر زنجبيل درپيشگيري از بيماري مسافرت مشخص نيست به نظر مي رسد كه با تاثير موضعي بر مجاري گوارشي اثر خود را اعمال مي كند
تداخل دارويي
از آنجا كه گزارش شده است زنجبيل داراي اثرات كارديوتونيك و ضد فعاليت پلاكتي و پايين آرونده قند خون مي باشد . لذا مصرف مقادير زياد اين فرآورده ممكن است با درمانهاي قلبي ، پايين آورنده قند خون و ضد انعقاد تداخل نمايد .
مقدارمصرف :
در بزرگسالان و كودكان بالاي 6 سال : 2 كپسول نيمساعت قبل از شروع مسافرت و سپس هر 4 ساعت يكبار 2 كپسول مصرف شوذ .
مصرف در حاملگي وشيردهي
ايمني مصرف اين دارو در دوران شيردهي و بارداري به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود

# ويتاگنوس VITAGNUS

اشكال دارويي :
قطره 30 ميلي ليتري
موارد مصرف :
ويتاگنوس جهت رفع اختلالات قاعدگي و يائسگي بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
ويتا گنوس حاوي 90-80 ميلي گرم عصاره خشك گياه پنج انگشتVitex angnus -castus مي باشد
مواد موثره :
مواد موثره گياه پنج انگشت بطور دقيق تعيين نگرديده است ولي عصاره اين گياه حاوي فلانوييدها (كاستيسين ) ايريدوئيد گليكوزيد ( آكوبين و آگنوزيد ) و روغن هاي فرار مي باشد .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مكانيسم اثر اين فرآورده به اثبات نرسيده است ولي به نظر مي رسد گياه پنج انگشت با اثر بر محور هيپوتالاموس - هيپوفيز اثر خود را اعمال مي كند . اين گياه باعث كاهش آزاد شدن FSH و افزايش آزاد شدن LH و پرولاكتين از هيپوفيز مي گردد .
مطالعات نشان داده است كه گياه پنج انگشت حاوي تركيبات استروژني نمي باشد و مستقيما بر روي تخمدانها تاثير نمي گذارد .
تداخل دارويي :
اين دارو ممكن است با داروهاي ضد بارداري خوراكي و هورموني تداخل نمايد .
مقدارمصرف :
روزانه 40 قطره از دارو را در كمي آب يا آبميوه ريخته و نيم ساعت قبل از صبحانه با معده خالي مصرف شود .
عوارض جانبي :
در اكثر مطالعات انجام شده عوارض جانبي با مصرف اين دارو مشاهده نگرديده است ولي بصورت نادر گرايشاتي مبني بر بروز واكنشهاي آلرژيك سردرد و افزايش خونريزي در دوران قاعدگي وجود دارد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
اين فرآورده با توجه به اثرات هورموني آن در دوران بارداري ممنوعيت مصرف دارد

# والرين VALERIAN

اشكال دارويي :
كپسول 350 ميلي گرمي
موارد مصرف :
والرين در تنش هاي عصبي ، اضطراب و بي خوابي بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
كپسول والرين از پودر ريشه و ريزوم سنبل الطيب Valeriana officinalis تهيه شده است .
مواد موثره :
والرينيك اسيد ، والپوتريات ها
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
والرين به عنوان داروي مضعف سيستم اعصاب مركزي CNS عمل مي كند ولي مكانيسم دقيق اثر آن بطور كامل شناخته نشده است .
مطالعات بيوشيميايي نشان داده است كه والرينيك اسيد سنبل الطيب احتمالا باعث وقفه در سيستم آنزيمي مسئول كاتابوليسم GABA مي شود . افزايش غلظت گابا موجب كاهش فعاليت سيستم اعصاب مركزي CNS و بروز اثرات آرامبخشي والرينيك اسيد مي گردد .
تداخل دارويي :
مصرف اين فرآورده موجب تشديد اثر ساير داروهاي آرامبخش مي شود .
مقدارمصرف :
روزي 3 بار هر بار 2-1 كپسول
موارد احتياط :
مصرف مقادير زياد اين فرآورده ممكن سات ايجاد خواب آلودگي نمايد . بنابراين هنگام رانندگي يا كار با ابزاري كه به هوشياري كامل نياز دارد احتياط شود
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فرآورده در دوران بارداري وشيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود .

# والريك VALERIC

اشكال دارويي :
شربت در شيشه هاي 120 ميلي ليتري
موارد مصرف :
شربت والريك در درمان تنش هاي عصبي ، اضطراب و بي خوابي بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
شربت والريك از عصاره ريشه و ريزوم سنبل الطيب Valeriana officinalis به يمزان 25% عصاره برگ بادرنجبويه Melissa officinalis به ميزان 5% تهيه شده است .
مواد موثره :
والرينيك اسيد ، والپوتريات ها روغن هاي فرار نظير سيترال و سيترونلال .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
والريك به عنوان داروي مضعف سيستم اعصاب مركزي CNS عمل مي كند ولي مكانيسم دقيق اثر آن بطور كامل شناخته نشده است .
مطالعات بيوشيميايي نشان داده است كه والرينيك اسيد سنبل الطيب احتمالا باعث وقفه در سيستم آنزيمي مسئول كاتابوليسم GABA مي شود . افزايش غلظت گابا موجب كاهش فعاليت سيستم اعصاب مركزي CNS و بروز اثرات آرامبخشي والرينيك اسيد مي گردد .
طبق بررسي هاي انجام شده عصاره هيدروالكلي بادرنجبويه داراي اثرات آرامبخش روي سيستم اعصاب مركزي CNS ( در موش ) مي باشد .
تداخل دارويي :
مصرف اين فرآورده موجب تشديد اثر ساير داروهاي آرامبخش مي شود .
مقدارمصرف :
يك تا دو پيمانه ( 12-6 ميلي ليتر ) يك ساعت قبل از خواب و در صورت لزوم يك پيمانه در روز مصرف شود.
موارد احتياط :
مصرف مقادير زياد اين فرآورده ممكن سات ايجاد خواب آلودگي نمايد . بنابراين هنگام رانندگي يا كار با ابزاري كه به هوشياري كامل نياز دارد احتياط شود
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فرآورده در دوران بارداري وشيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود .

# اورتان URTAN

اشكال دارويي :
قطره 30 ميلي ليتري
موارد مصرف :
قطره اورتان به عنوان برطرف كننده مشكلات دفع ادرار در هايپرپلاريزي خوش خيم پروستان درجه 1 و 2 و همچنين به عنوان ديورتيك بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
قطره اورتان حاوي عصاره هيدرو الكلي گياه گزنه Urtica dioica معادل 9%- 8% عصاره خشك ( 5%-4% قند بر مبناي گلوكز ) مي باشد .
مواد موثره :
استروييدها ،استرول ها ( بتاسيتوسترول ) لسيتين پلي ساكاريد و ليگنانها
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
بر طبق مطالعات انجام شده گزنه باعث افزايش حجم و جريان ادرار و كاهش Residual urine مي گردد . عصاره آبي اين گياه باعث مهار اتصال sex Hormon-Binding globalin (SHBG ) به گيرنده هاي ديواره سلولهاي پروستات مي شود . ايزولكتين وجود در گزنه با رقابت در اتصال به گيرنده هاي تستوسترون در بافت پروستات موجب وقفه هايپرپلازي پروستات مي گردد.
مقدارمصرف :
روزي 3 بار هر بار 40 قطره رد يك فنجان آب سرد بعد از غذا ميل كنيد .
عوارض جانبي :
با مصرف اين فرآورده احتمال بروز اختلالات گوارشي ( اسهال گاستريت و يا درد معده ) و واكنشهاي آلرژيك وجود دارد .

## توسيوين TUSSIVIN

اشكال دارويي :
قطره 15 ميلي ليتري
موارد مصرف :
قطره توسيوين به عنوان ضد سرفه و خلط آور بكار مي رود
اجزاء فرآورده :
قطره توسيوين از اسانس آويشن شيرازي Zataria multiflora به ميزان 1% و اسانس رازيانه شيرين Foeniculum vulgare به ميزان 1% تهيه شده است .
مواد موثره :
روغنهاي فرار نظير تيمول و كارواكرول و آنتول
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
اثرات ضد سرفه و خلط آور اين فرآورده احتمالا مربوط به روغنهاي فرار آن ( تيمول كارواكرول و آنتول ) مي باشد.
مقدارمصرف :
20 قطره 3 بار در روز همراه با يك استكان آّب ميل شود .
موارد احتياط :
مصرف اين فرآورده در كودكان كمتر از 6 سال توصيه نمي گردد
عوارض جانبي :
تيمول موجود در اين فرآورده ممكن است باعث تحريك غشا مخاطي گردد . به دليل وجود آنتول احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك ( درماتيت تماسي ) در افراد حساس وجود دارد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فرآورده در دوران بارداري وشير دهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود

# توسيگل TUSSI-GOL

اشكال دارويي :
قطره 30 ميلي ليتري
موارد مصرف :
قطره توسيگل به عنوان ضد سرفه و خلط آور بكار مي رود
اجزاء فرآورده :
قطره توسيگل حاوي عصاره آويشن Thymus vulgaris به ميزان 50 ميلي گرم و اسانس انيسون ستاره اي Illicium verum به ميزان 250 ميلي گرم در هر 5 ميلي ليتر فرآورده معادل 4/5 ميلي گرم تركيبات فنلي مي باشد .
مواد موثره :
روغنهاي فرار نظير تيمول و كارواكرول و آنتول
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
اثرات ضد سرفه و خلط آور اين فرآورده احتمالا مربوط به روغنهاي فرار آن ( تيمول كارواكرول و آنتول ) مي باشد.
مقدارمصرف :
افراد بالاتر از 6 سال روزي 3 بار هر بار 20 قطره همراه با كمي آب ميل شود
موارد احتياط :
مصرف اين فرآورده در كودكان كمتر از 6 سال توصيه نمي گردد
عوارض جانبي :
تيمول موجود در اين فرآورده ممكن است باعث تحريك غشا مخاطي گردد . به دليل وجود آنتول احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك ( درماتيت تماسي ) در افراد حساس وجود دارد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فرآورده در دوران بارداري وشير دهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود

توسيان TUSSIAN

اشكال دارويي :
شربت 120 ميلي ليتري
موارد مصرف :
شربت توسيان به عنوان ضد سرفه و خلط آور بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
شربت توسيان حاوي عصاره آويشن Thymus vulgaris به ميزان 750 ميلي گرم در هر 5 ميلي ليتر معادل 65-55 ميلي گرم رد صد تركيبات فنلي مي باشد .
مواد موثره :
روغنهاي فرار نظير تيمول و كارواكرول
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
اثرات ضد سرفه و خلط آور آويشن احتمالا مربوط به روغنهاي فرار ( تيمول و كارو اكرول ) آن مي باشد .
مقدارمصرف :
بزرگسالان و كودكان بالاتر از 6 سال : 2 قاشق غذا خوري 3 بار در روز
كودكان تا 6 سال : يك قاشق مربا خوري 3 بار در روز
عوارض جانبي :
تيمول موجود در اين فرآورده ممكن است باعث تحريك غشا مخاطي گردد
موارد منع مصرف :
بدليل وجود ساكاروز نبايد در افراد ديابتيك مصرف شود
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فرآورده در دوران بارداري وشير دهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود

## تيميان THYMIAN

اشكال دارويي :
شربت در شيشه هاي 120 ميلي ليتري
موارد مصرف :
شربت تيميان به عنوان ضد سرفه و خلط آور بكار مي رود
اجزاء فرآورده :
شرب تيميان از عصاره هيدرو الكلي گياهان زير تهيه شده است :
برگ آويشن Thymus vulgaris %19
برگ اكاليپتوس Eucalyptus globulus %5
برگ مرزه Satureja hortensis %7
دانه رازيانه Foenicuhum vulgare %0/5
مواد موثره :
فلانوييدها و روغن هاي فرار نظير تيمول ، اكاليپتول فنكون و كارو اكرول .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مكانيسم اثر دقيق اين فرآورده شناخته نشده است مطالعات نشان داده است كه اثرات خلط آور و ضد سرفه آويشن مربوط به فلانوييدها و روغن هاي فرار ( تيمول و كارو اكرول ) آن مي باشد . همچنين براي روغن هاي فرار اكاليپتوس (اكاليپتول ) رازيانه ( آنتول ) ، مرزه ( كارواكرول) نيز اثرات خلط آور و ضد سرفه گزارش شده است
مقدارمصرف :
بزرگسالان : 2-1 قاشق سوپخوري
كودكان : يك قاشق سوپخوري
اطفال زير 6 سال : يك قاشق مرباخوري 3 بار در روز
عوارض جانبي :
تيمول موجود در اين فرآورده ممكن است باعث تحريك غشا مخاطي گردد .
به دليل وجود آنتول احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك مانند درماتيت تماسي در افراد حساس وجود دارد .
موارد منع مصرف :
بدليل وجود ساكاروز در افراد ديابتيك ممنوعيت مصرف دارد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فرآورده در دوران بارداري وشير دهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود

# تيمكس THYMEX

اشكال دارويي :
شربت 120 ميلي ليتري
موارد مصرف :
شربت تيمكس به عنوان ضد سرفه و خلط آور بكار مي رود
اجزاء فرآورده :
قطره تيم آرتا از عصاره هيدرو الكلي آويشن Thymus vulgaris به ميزان 35-30 گرم درصد ، حاوي 0/15% تيمول تهيه شده است .
مواد موثره :
روغنهاي فرار نظير تيمول و كارواكرول
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
اثرات ضد سرفه و خلط آور اين فرآورده احتمالا مربوط به روغنهاي فرار آن ( تيمول كارواكرول و آنتول ) مي باشد.
مقدارمصرف :
كودكان زير 12 سال : نصف تا يك قاشق مرباخوري سه بار در روز
بزرگسالان : يك قاشق مرباخوري 6-5 بار در روز
عوارض جانبي :
تيمول موجود در اين فرآورده ممكن است باعث تحريك غشا مخاطي گردد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فرآورده در دوران بارداري وشير دهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود

# تيم آرتا THYMARTA

اشكال دارويي :
قطره 30 ميلي ليتري
موارد مصرف :
قطره تيم آرتا به عنوان ضد سرفه و خلط آور بكار مي رود
اجزاء فرآورده :
قطره تيم آرتا از عصاره هيدرو الكلي آويشن Thymus vulgaris كه حاوي حداقل 0/6% تيمول مي باشد تهيه شده است .
مواد موثره :
روغنهاي فرار نظير تيمول و كارواكرول
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
اثرات ضد سرفه و خلط آور اين فرآورده احتمالا مربوط به روغنهاي فرار آن ( تيمول كارواكرول و آنتول ) مي باشد.
مقدارمصرف :
نوزادن زير يك سال : يك قطره به ازاي هر ماه زندگي
كودكان 6-1 سال : 10-7 قطره سه بار در روز
كودكان 12-6 سال : 15-10 قطره سه بار در روز
بزرگسالان : 20-15 قطره سه بار در روز
عوارض جانبي :
تيمول موجود در اين فرآورده ممكن است باعث تحريك غشا مخاطي گردد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فرآورده در دوران بارداري وشير دهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود

# تانا ميگرن TANAMIGRAIN

اشكال دارويي :
كپسول 125 ميلي گرمي
موارد مصرف :
كپسول تانا ميگرن به عنوان پيشگيري كننده حملات ميگرني بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
كپسول تانا ميگرن حاوي 125 ميلي گرم پودر نوعي گياه داودي معادل حداقل 0/2% پارتنوليد مي باشد .
مواد موثره :
سزكويي ترپن لاكتونها ( بويژه پارتنوليد )
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
گياه موجود در اين فرآورده احتمالا از طريق مهار آزاد سازي گرانولهاي حاوي سروتونين از پلاكتها و گلبولهاي سفيد خون اثر پيشگيري از ميگرن را ظاهر مي سازد . همچنين در آزمايشات در آزمايشگاه عصاره اين گياه موجب مهار آزادس ازي پروستا گلاندين ( با مكانيزمي متفاوت از مكانيسم مهار سيكو اكسيژناز ) مي گردد.
مقدارمصرف :
روزانه 2-1 كپسول بعد از غذا مصرف شود ( اثرات مثبت داور 8-4 هفته بعد از مصرف ظاهر مي گردد )
موارد احتياط :
1- در صورت بروز زخمهاي دهاني مصرف دارو قطع گردد .
2-اين فرآورده نبايد بيشتر از 4 ماه مصرف گردد ( مگر با دستور پزشك )
عوارض جانبي :
در افراد حساس احتمال بروز واكنش هاي آلرژيك مانند درماتيت تماسي وجود دارد .
موارد منع مصرف :
در كودكان زير دو سال و افرادي كه به گياهان تيره كاسني Compositae نظير بابونه حساسيت دارند نبايد مصرف شود .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
اين فرآورده در حاملگي وش يردهي ممنوعيت مصرف دارد .
نكات قابل توصيه :
از آنجاييكه تانا‌ميگرن به طور پروفيلاكتيك عمل مي نمايد بايستي به طور مرتب و روزانه يك كپسول مصرف گردد

## سوپر مینت SUPERMINT

اشکال دارويي :
قطره 15 ميلي ليتري
موارد مصرف :
سوپر مينت جهت برطرف نمودن سوء هاضمه نفخ و درد ناشي از آن مصرف مي گردد .
اجزاء فرآورده :
سوپر مينت از اسانس نعناع به يمزان 2% تهيه گرديده است .
مواد موثره :
املاح پتاسيم ، اسيدهاي چرب ، فلانوييدها ، روغن هاي فرار نظير آنتول فنكون ، سينئول و كاروون.
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
روغن هاي فرار سوپر مينت با داشتن اثرات ضد اسپاسم و كاهش تونوس اسفنكتر تحتاني مري موجب تسهيل خروج گاز از معده مي گردد . منتول موجود در نعناع احتمالا از طريق اثر آنتاگونيستي موجب شل شدن عضلات صاف جدار كولون مي شود .
مقدارمصرف :
10-7 قطره در يك استكان آب حل شده ميل گردد .
عوارض جانبي :
در افراد حساس امكان بروز واكنشهاي آلرژيك مانند درماتيت تماسي وجود دارد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فرآورده دردوران بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود.

شير افزا SHIRAFZA

اشكال دارويي :
قطره 30 ميلي ليتري
موارد مصرف :
قطره شير افزا براي افزايش شير مادر بكار مي رود . همچنين باعث برطرف شدن اختلالات گورشي و آرامش طفل مي گردد .
اجزاء فرآورده :
قطره شير افزا از عصاره هيدرو الكلي زير تهيه شده است :
1- دانه رازيانه Foeniculum vulgare %50
2-دانه زيره سبز Cuminum cyminum %20
3-دانه شنبليله Trigonella soenum - graecun %20
4-اندام هوايي شويد Anethun graveolens %10
مواد موثره :
تريگونلين ، نيكوتينيك اسيد و روغن هاي فرار ( نظير : آنتول ، فنكون كاروون پارا - سمن )
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مكانيسم دقيق افزايش دهنده شير اين فرآورده شناخته نشده است
مطالعات نشان داده است كه آنتول موجود در شير افزا به عنوان آنتاگونيست رقابتي دوپامين عمل مي كند ( دوپامين موجب وقفه تذشح پرولاكتين مي گردد ) و موجب افزايش ترشح شير مي شود .
قطره شير افزا با داتشن اثرات ضد اسپاسم بر روي عضلات صاف موجب تسهيل خروج گازها از معده شده و در نتيجه سبب برطرف شدن اختلالات گوارشي و آرامش طفل مي گردد .
تداخل دارويي
شنبليله موجود در اين فرآورده باعث كاهش قند خون مي گردد بنابراين احتمال دارد كه با داروهاي پايين آورنده قند خون تداخل نمايد .
مقدارمصرف :
روزانه 3 نوبت ، هر بار 20 تا30 قطره ر يك فنجان آّ سرد با كمي قند بعد از غذا ميل شود
عوارض جانبي :
با مصرف اين فرآورده احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك وجود دارد .

شير ينوش SHIRINOOSH

اشكال دارويي :
پودر در بسته هاي 40 گرمي
موارد مصرف :
شيرينوش در زخم معده و اثني عشر گاستريت و گاسترالژي بكار مي رود
اجزاء فرآورده :
پودر مخلوط گياهاي شيرينوش از مجموعه گياهان زير تشكيل شده است :
1- ريشه شيرين بيان Glycyrrhiza glabra %50
2-گل بابونه Matricaria chamomilla %33
3-سرشاخه هاي گلدار بومادران Achillea millefolium %17
مواد موثره :
فلانوييد گليكوزيدهايي نظير ليكوئي رتين ، ايزوليكوئي رتين و رامنوليكوئي رتين و مشتقات كومارين ( هرنيارين ) ، گليسيريزين گليسيريتينيك اسيد آلكالوييد آكيلئين و روغن هاي فرار نظير كامازولن .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
اثرات درمان كننده زخم معده و اثني عشر ان فرآورده مربوط به تركيبات فلانوييدي گياه شيرين بيان مي باشد كه احتمالا با تاثير بر موكوس معده س موكوسي را نسبت به تاثير اسيد معده تقويت مي نمايد . به نظر مي رسد اين اثر مشابه كربنوكسولون بوده و با تداخل در سنتز پروستانوئيد معده موجب افزايش توليد موكوس و جريان خون مخاطي مي گردد .
مكانيسم اثر ضد تورمي اسيد گليسيريتينيك با وجود شباهت ساختماني آن به هيدروكورتيزون مورد ترديد مي باشد . مطالعات انجام شده نشان داده است كه گليسيريزين و گليسيريتينيك اسيد تمايل نسبي به اتصال رسپتورهاي گلوكو كورتيكويدي و منيرالوكورتيكوييدي را دارند و احتمالا با تاثير بر اين رسپتورها روي فعاليت استروييدهاي آندوژن تاثير مي گذارند .
همچنين اين تركيبات با مهار آنزيم Beta Hydroxy Steroid-11 dehydrogenase در كبد و كليه از تبديل كورتيزول به كوتيزون غير فعال جلوگيري مي كنند . تحقيقات اخير نشان داده است كه تركيبات موجود در عصاره شيرين بيان موجب وقفه فعاليت ليپواكسيژناز ، سيكلو اكسيژناز و كاهش اسيد آراشيدونيك مي گردد .
گل بابونه و بومادران موجود در اين فرآورده با خاصيت ضد التهابي در بهبود زخم معده و اثني عشر موثر مي باشند .
تداخل دارويي
مصرف همزمان فرآورده هاي حاوي شيرين بيان با كورتيكوستروييدها و

داروهاي هورموني ( با اثرات استروژني و آنتي استروژني ) بايد با احتياط صورت بگيرد .
مقدارمصرف :
روزي 3بار هر بار 2-1 قاشق مرباخوري از پورد را در يك ليوان آب جوش ريخته و به مدت 15 دقيقه دم كرده و پس از صاف نمودن ، نيم ساعت قبل از غذا ميل نمايند .
موارد احتياط :
اين فرآورده در بيماران كليوي بايد با احتياط مصرف شود .
عوارض جانبي :
فرآورده هاي حاوي شيرين بيان با مقدار مصرف توصيه شده عوارضي ندارند . چنانچه با مقدار زياد ودر مدت طولاني مصرف شوند ( بيش از 6 هفته و بيش از 50 گرم در روز) سبب بروز علائم هايپرآلدسترونيسم شامل كاهش ميزان پتاسيم خون ، احتباس آب و سديم ، افزايش وزن و افزايش فشار خون مي شود .
موارد منع مصرف :
اين فرآورده در بيماران قلبي - عروقي ( به دليل اثرات مينرالو كورتيكوييدي ) ممنوعيت مصرف دارد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
عصاره تام شيرين بيان داراي اثرات استروژنيك و استروييدي بوده و باعث افزايش فشار خون در زمان بارداري و تحريك فعاليت رحم در حيوانات آمايشگاهي مي گردد بنابريان مصرف اين دارو در دوران بارداري و شيردهي توصيه نمي گردد .

سنالين SENALIN

اشكال دارويي :
پودر در بسته هاي 40 گرمي
موارد مصرف :
اين دارو براي برطرف ساختن كوتاه مدت يبوست بكار مي رود
اجزاء فرآورده :
پودر سنالين از گياهان زير تشكيل شده است
1- برگ سنا Cassia angustifolia %50
2-دانه زيره سرخ Cwninum cyninum %25
3-گل سرخ Rosa damascena %25
مواد موثره :
هيدروكسي آنتراسن گليكوزيد ( سنوزيد A,B) اسانسهاس فرار نظير كومينالدئيد و سيترال
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مطالعات در آزمايشگاه نشان داده است كه سنوزيدهاي A,B توسط باكتريهاي روده بزرگ متابوليز شده تبديل به مشتقات فعال Rhein-anthrone مي گردند . اين تركيبات موجب تحريك و افزايش حركات پريستالتيك روده و در نتيجه كاهش جذب آب و الكتروليتها شده و همچنين ترشح مايعات در روده بزرگ را از طريق تحريك ترشح فعال كلراید و مخاط افزايش مي دهند . بر اساس گزارشات موجود، اثرات فوق احتمالا با افزايش بيو سنتز و آزاد سازي پروستا گلاندين ها ايجاد مي شوند . روغنهاي فرار اسانس زيره بعلت داشتن اثرات آنتي اسپاسموديك مانع ايجاد درد و كرامپ ناشي از مصرف سنا مي گردند .
تداخل دارويي
اين دارو به دليل تغيير رنگ و افزايش PH ادرار ممكن است با آزمايشهاي تشخيصي ( مانند تعيين ميزان اوروبيلينوژن ادرار و تعيين ميزان استروژن به روش كوبر ) تداخل نمايد . فرآورده هاي حاوي سنا با داروهاي پايين آورنده پتاسيم خون مانند مدرهاي تيازيدي ، آدرنوكورتيكوستروييدها ريشه شيرين بيان و گليكوزيدهاي قلبي تداخل اثر داشته و احتمالا ايجاد اختلالات قلبي و عصبي - عضلاني مي نمايد .
مقدارمصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط سنالين را در يك ليوان آب جوش ريخته و پس از نيم ساعت آن را صاف نموده قبل از صبحانه ميل شود . براي اجابت مزاج و تخليه سريع روده ها تا دو برابر مقدار فوق را مي توان

مصرف نمود.
موارد احتياط :
1- دفع كليوي تركيبات آنتراكينوني موجب تغيير رنگ ادرار ( زرد قهوه اي به قرمز ) همراه با افزايش PH مي گردد
2- ملينها در خردسالان تا 6 سال بجز با دستور پزشك نبايد مصرف شود
عوارض جانبي :
1- مصرف سنا ايجاد درد و كرامپ شكمي مي نمايد ولي اين فرآورده بدليل داشتن اسانس زيره احتمالا اين عارضه را ايجاد نمي نمايد .
2- مصرف طولاني مدت و دوزهاي بالاي اين فرآورده موجب از بين رفتن كارايي روده ها ، اسهال و از دست دادن آب و الكتروليتها ( بويژه پتاسيم ) آلبومينوري و هماتوري مي گردد .
3-مقادير زياد سنا ممكن است ايجاد نفريت كند
4-در افرادي كه به مدت طولاني از ملين هاي آنتراكينوني استفاده نموده اند پيگمانتاسيون ملانوتيك مخاط روده ( Melanosis colic) مشاهده شده است . البته 12-4ماه پس از قطع مصرف دارو اين عارضه از بين خواهد رفت
موارد منع مصرف :
1-اين فرآورده مانند ساير ملين ها در بيماران مبتلا به تنگي و انسداد روده و ايلئوم ، دردهاي شكمي ناشناخته ، خونريزي ركتوم با علت نامشخص بيماريهاي التهابي روده و آپانديسيت ممنوعيت مصرف دارد
2-استفاده طولاني از ملين هاي آنتراكينوني ايجاد وابستگي مي نمايد لذا مصرف طولاني مدت آنها ممنوع مي باشد .
مصرف در حاملگي وشيردهي
1-مصرف اين فرآورده در دوران بارداري تنها هنگامي توصيه مي گردد كه رژيم غذايي مناسب و ملين هاي فيبري موثرواقع نشده اند .
2-به علت احتمال ترشح مشتقات آنتراكينون در شير مادر مصرف اين فرآورده در دوران شيردهي توصيه
نمي گردد .
نكات قابل توصيه :
1- با توجه به اينكه اثرات سنا 10-8 ساعت پس از مصرف آن ظاهر مي گردد بهتر است اين فرآورده قبل از خواب مصرف شود
2-مصرف حداقل 8-6 ليوان آب در روز براي كمك به نرمش دن مدفوع و جلوگيري از كاهش آب بدن بيمار ضروري است اين امر به علت خروج حجم زيادي از آب يا مدفوع اهميت دارد .

سنالين SENALIN 7.5

اشكال دارويي :
قرص روكشدار 500 ميلي گرمي
موارد مصرف :
اين دارو براي برطرف ساختن كوتاه مدت يبوست بكار مي رود
اجزاء فرآورده :
1- عصاره خشك برگ و ميوه سنا Cassia angustifolina % 34/2
2-پودر گلبرگ گل سرخ Rosa damascena %15/1
3-اسانس رازيانه Foeniculum vulgare %0/45
مواد موثره :
هيدروكسي آنتراسن گليكوزيد ( سنوزيد A,B) ،روغن هاي فرار نظير لينالول ، آنتول و فنكون
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مطالعات در آزمايشگاه نشان داده است كه سنوزيدهاي A,B توسط باكتريهاي روده بزرگ متابوليز شده تبديل به مشتقات فعال Rhein-anthrone مي گردند . اين تركيبات موجب تحريك و افزايش حركات پريستالتيك روده و در نتيجه كاهش جذب آب و الكتروليتها شده و همچنين ترشح مايعات در روده بزرگ را از طريق تحريك ترشح فعال كلرايد و مخاط افزايش مي دهند . بر اساس گزارشات موجود، اثرات فوق احتمالا با افزايش بيو سنتز و آزاد سازي پروستا گلاندين ها ايجاد مي شوند . روغنهاي فرار اسانس زيره بعلت داشتن اثرات آنتي اسپاسموديك مانع ايجاد درد و كرامپ ناشي از مصرف سنا مي گردند .
تداخل دارويي
اين دارو به دليل تغيير رنگ و افزايش PH ادرار ممكن است با آزمايشهاي تشخيصي ( مانند تعيين ميزان اوروبيلينوژن ادرار و تعيين ميزان استروژن به روش كوبر ) تداخل نمايد . فرآورده هاي حاوي سنا با داروهاي پايين آورنده پتاسيم خون مانند مدرهاي تيازيدي ، آدرنوكورتيكوستروييدها ريشه شيرين بيان و گليكوزيدهاي قلبي تداخل اثر داشته و احتمالا ايجاد اختلالات قلبي و عصبي - عضلاني مي نمايد .
مقدارمصرف :
بزرگسالان : 1-4 قرص و كودكان بالاتر از 6 سال ، 1-2 قرص در روز مصرف نمايند
موارد احتياط :
1- دفع كليوي تركيبات آنتراكينوني موجب تغيير رنگ ادرار ( زرد قهوه اي

به قرمز ) همراه با افزايش PH مي گردد
2- ملينها در خردسالان تا 6 سال بجز با دستور پزشك نبايد مصرف شود
عوارض جانبي :
1- مصرف سنا ايجاد درد و كرامپ شكمي مي نمايد ولي اين فرآورده بدليل داشتن اسانس زيره احتمالا اين عارضه را ايجاد نمي نمايد .
2- مصرف طولاني مدت و دوزهاي بالاي اين فرآورده موجب از بين رفتن كارايي روده ها ، اسهال و از دست دادن آب و الكتروليتها ( بويژه پتاسيم ) آلبومينوري و هماتوري مي گردد .
3-مقادير زياد سنا ممكن است ايجاد نفريت كند
4-در افرادي كه به مدت طولاني از ملين هاي آنتراكينوني استفاده نموده اند پيگمانتاسيون ملانوتيك مخاط روده ( Melanosis colic) مشاهده شده است . البته 12-4ماه پس از قطع مصرف دارو اين عارضه از بين خواهد رفت
موارد منع مصرف :
1-اين فرآورده مانند ساير ملين ها در بيماران مبتلا به تنگي و انسداد روده و ايلئوم ، دردهاي شكمي ناشناخته ، خونريزي ركتوم با علت نامشخص بيماريهاي التهابي روده و آپانديسيت ممنوعيت مصرف دارد
2-استفاده طولاني از ملين هاي آنتراكينوني ايجاد وابستگي مي نمايد لذا مصرف طولاني مدت آنها ممنوع مي باشد .
مصرف در حاملگي وشيردهي
1-مصرف اين فرآورده در دوران بارداري تنها هنگامي توصيه مي گردد كه رژيم غذايي مناسب و ملين هاي فيبري موثرواقع نشده اند .
2-به علت احتمال ترشح مشتقات آنتراكينون در شير مادر مصرف اين فرآورده در دوران شيردهي توصيه
نمي گردد .
نكات قابل توصيه :
1- با توجه به اينكه اثرات سنا 10-8 ساعت پس از مصرف آن ظاهر مي گردد بهتر است اين فرآورده قبل از خواب مصرف شود
2-مصرف حداقل 8-6 ليوان آب در روز براي كمك به نرمش دن مدفوع و جلوگيري از كاهش آب بدن بيمار ضروري است اين امر به علت خروج حجم زيادي از آب يا مدفوع اهميت دارد .

سناگل SENAGOL

اشكال دارويي :
شربت 60 ميلي ليتري
موارد مصرف :
اين دارو براي درمان كوتاه مدت يبوست بكار مي رود
اجزاء فرآورده :
شربت سنا گل حاوي عصاره برگ سنا Cassia obovata ( هر 5 ميلي ليتر معادل 8/8 ميلي گرم سنوزيد A,B ) مي باشد .
مواد موثره :
هيدروكسي آنتراسن گليكوزيد ها ( سنوزيد A,B )
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مطالعات در آزمايشگاه نشان داده است كه سنوزيدهاي A,B توسط باكتريهاي روده بزرگ متابوليز شده تبديل به مشتقات فعال Rhein-anthrone مي گردند . اين تركيبات موجب تحريك و افزايش حركات پريستالتيك روده و در نتيجه كاهش جذب آب و الكتروليتها شده و همچنين ترشح مايعات در روده بزرگ را از طريق تحريك ترشح فعال كلرايد و مخاط افزايش مي دهند . بر اساس گزارشات موجود، اثرات فوق احتمالا با افزايش بيو سنتز و آزاد سازي پروستا گلاندين ها ايجاد مي شوند .
تداخل دارويي
اين دارو به دليل تغيير رنگ و افزايش PH ادرار ممكن است با آزمايشهاي تشخيصي ( مانند تعيين ميزان اوروبيلينوژن ادرار و تعيين ميزان استروژن به روش كوبر ) تداخل نمايد . فرآورده هاي حاوي سنا با داروهاي پايين آورنده پتاسيم خون مانند مدرهاي تيازيدي ، آدرنوكورتيكوستروييدها ريشه شيرين بيان و گليكوزيدهاي قلبي تداخل اثر داشته و احتمالا ايجاد اختلالات قلبي و عصبي - عضلاني مي نمايد .
مقدارمصرف :
كودكان 6-2 سال : يك دوم تا سه چهار قاشق مربا خوري يكبار و يا حداكثر دوبار در روز
كودكان 12-6 سال : 1/5 -1 قاشق مرباخوري يكبار و يا حداكثر دوبار در روز .
موارد احتياط :
دفع كليوي تركيبات آنتراكينوني موجب تغيير رنگ ادرار ( زرد قهوه اي به قرمز ) همراه با افزايش PH مي گردد.
عوارض جانبي :

1- مصرف سنا ايجاد درد و كرامپ شكمي مي نمايد
2- مصرف طولاني مدت و دوزهاي بالاي اين فرآورده موجب از بين رفتن كارايي روده ها ، اسهال و از دست دادن آب و الكتروليتها ( بويژه پتاسيم ) آلبومينوري و هماتوري مي گردد .
3-مقادير زياد سنا ممكن است ايجاد نفريت كند
4-در افرادي كه به مدت طولاني از ملين هاي آنتراكينوني استفاده نموده اند پيگمانتاسيون ملانوتيك مخاط روده ( Melanosis colic) مشاهده شده است . البته 12-4ماه پس از قطع مصرف دارو اين عارضه از بين خواهد رفت

موارد منع مصرف :

1-اين فرآورده مانند ساير ملين ها در بيماران مبتلا به تنگي و انسداد روده و ايلئوم ، دردهاي شكمي ناشناخته ، خونريزي رکتوم با علت نامشخص بيماريهاي التهابي روده و آپانديسيت ممنوعيت مصرف دارد
2-استفاده طولاني از ملين هاي آنتراكينوني ايجاد وابستگي مي نمايد لذا مصرف طولاني مدت آنها ممنوع مي باشد .

نكات قابل توصيه :

1- با توجه به اينكه اثرات سنا 10-8 ساعت پس از مصرف آن ظاهر مي گردد بهتر است اين فرآورده قبل از خواب مصرف شود
2-مصرف حداقل 8-6 ليوان آب در روز براي كمك به نرمش دن مدفوع و جلوگيري از كاهش آب بدن بيمار ضروري است اين امر به علت خروج حجم زيادي از آب يا مدفوع اهميت دارد .

سنامد SENA_MED

اشكال دارويي :
قرص 650 ميلي گرمي
موارد مصرف :
اين دارو براي برطرف ساختن كوتاه مدت يبوست بكار مي رود
اجزاء فرآورده :
قرص سنا مد از عصاره برگ سنا Cassia angustifolis ( معادل 9 ميلي گرم سنوزيد A,B ) تهيه شده است .
مواد موثره :
هيدروكسي آنتراسن گليكوزيد ( سنوزيد A,B)
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مطالعات در آزمايشگاه نشان داده است كه سنوزيدهاي A,B توسط باكتريهاي روده بزرگ متابوليز شده تبديل به مشتقات فعال Rhein-anthrone مي گردند . اين تركيبات موجب تحريك و افزايش حركات پريستالتيك روده و در نتيجه كاهش جذب آب و الكتروليتها شده و همچنين ترشح مايعات در روده بزرگ را از طريق تحريك ترشح فعال كلرايد و مخاط افزايش مي دهند . بر اساس گزارشات موجود، اثرات فوق احتمالا با افزايش بيو سنتز و آزاد سازي پروستا گلاندين ها ايجاد مي شوند . روغنهاي فرار اسانس زيره بعلت داشتن اثرات آنتي اسپاسموديك مانع ايجاد درد و كرامپ ناشي از مصرف سنا مي گردند .
تداخل دارويي
اين دارو به دليل تغيير رنگ و افزايش PH ادرار ممكن است با آزمايشهاي تشخيصي ( مانند تعيين ميزان اوروبيلينوژن ادرار و تعيين ميزان استروژن به روش كوبر ) تداخل نمايد . فرآورده هاي حاوي سنا با داروهاي پايين آورنده پتاسيم خون مانند مدرهاي تيازيدي ، آدرنوكورتيكوستروييدها ريشه شيرين بيان و گليكوزيدهاي قلبي تداخل اثر داشته و احتمالا ايجاد اختلالات قلبي و عصبي - عضلاني مي نمايد .
مقدارمصرف :
كودكان 12-6 سال 1 قرص و بزرگسالان 2-1 قرص هنگام خواب مصرف نمايند .
موارد احتياط :
1- دفع كليوي تركيبات آنتراكينوني موجب تغيير رنگ ادرار ( زرد قهوه اي به قرمز ) همراه با افزايش PH مي گردد
2- مليها در خردسالان تا 6 سال بجز با دستور پزشك نبايد مصرف شود

عوارض جانبي :
1- مصرف سنا ايجاد درد و كرامپ شكمي مي نمايد ولي اين فرآورده بدليل داشتن اسانس زيره احتمالا اين عارضه را ايجاد نمي نمايد .
2- مصرف طولاني مدت و دوزهاي بالاي اين فرآورده موجب از بين رفتن كارايي روده ها ، اسهال و از دست دادن آب و الكتروليتها ( بويژه پتاسيم ) آلبومينوري و هماتوري مي گردد .
3-مقادير زياد سنا ممكن است ايجاد نفريت كند
4-در افرادي كه به مدت طولاني از ملين هاي آنتراكينوني استفاده نموده اند پيگمانتاسيون ملانوتيك مخاط روده ( Melanosis colic) مشاهده شده است . البته 12-4ماه پس از قطع مصرف دارو اين عارضه از بين خواهد رفت
موارد منع مصرف :
1-اين فرآورده مانند ساير ملين ها در بيماران مبتلا به تنگي و انسداد روده و ايلئوم ، دردهاي شكمي ناشناخته ، خونريزي ركتوم با علت نامشخص بيماريهاي التهابي روده و آپانديسيت ممنوعيت مصرف دارد
2-استفاده طولاني از ملين هاي آنتراكينوني ايجاد وابستگي مي نمايد لذا مصرف طولاني مدت آنها ممنوع مي باشد .
مصرف در حاملگي وشيردهي
1-مصرف اين فرآورده در دوران بارداري تنها هنگامي توصيه مي گردد كه رژيم غذايي مناسب و ملين هاي فيبري موثرواقع نشده اند .
2-به علت احتمال ترشح مشتقات آنتراكينون در شير مادر مصرف اين فرآورده در دوران شيردهي توصيه
نمي گردد .
نكات قابل توصيه :
1- با توجه به اينكه اثرات سنا 10-8 ساعت پس از مصرف آن ظاهر مي گردد بهتر است اين فرآورده قبل از خواب مصرف شود
2-مصرف حداقل 8-6 ليوان آب در روز براي كمك به نرمش دن مدفوع و جلوگيري از كاهش آب بدن بيمار ضروري است اين امر به علت خروج حجم زيادي از آب يا مدفوع اهميت دارد .

# سدامين SEDAMIN

اشكال دارويي :
كپسول 530 ميلي گرمي
موارد مصرف :
سدامين در تنش هاي عصبي اضطراب و بي خوابي بكار مي رود
اجزاء فرآورده :
كپسول سدامين از پودر يرشه سنبل الطيب ( Valeriana officinalis حاوي حداقل 0/5% روغنهاي فرار ) تهيه شده است .
مواد موثره :
والرينيك اسيد والپوترياتها
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
سدامين به عنوان داروي مضعف سيستم اعصاب مركزي CNS عمل مي كند ولي جايگاه و مكانيسم دقيق اثر آن به طور كامل شناخته شنده است .
مطالعات بيوشيمايي نشان داده است كه والرينيك اسيد احتمالا باعث وقفه در سيستم آنزيمي مسئول كاتابوليسم GABA مي شود . افزايش غلظت گابا موجب كاهش فعاليت سيستم اعصاب مركزي CNS و بروز اثرات آرامبخشي والرينيك اسيد مي گردد.
تداخل دارويي
مصرف سدامين موجب تشديد اثر ساير داروهاي آرامبخش مي گردد .
مقدارمصرف :
2-1 كپسول يك ساعتق بل از خواب همراه با غذا ميل شود
موارد احتياط :
مصرف مقادي زياداين فرآورده ممكن است ايجاد خواب آلودگي نمايد بنابراين هنگام رانندگي يا كار با ابزاري كه به هشوياري كامل نياز دارند احتياط شود
مصرف در حاملگي وشيردهي
ايمني مصرف اين فرآورده در دوران بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود .

## سنکل SANKOL

اشکال دارويي :
قطره 30 ميلي ليتري
موارد مصرف :
قطره سنکل جهت دفع سنگهاي تا قطر 7 ميلي متر مجاري ادرار ، تسکين دردهاي کلوي و عفونتهاي مجاري ادرار بکار مي رود .
اجزاء فرآورده :
قطره سنکل از عصاره گياهان دارويي زير تهيه شده است :
1- دانه رازيانه Foeniculum vulgare %25
2-دانه زيره سبز Cuminum cyminum %12/5
3برگ بو Laurus nobilis %12/5
4-دم گيلاس Cerasus avium %12/5
5-کاکل ذرت Zea mays %12/5
6-ميوه خارخاسك Tribulus terrestris %12/5
7-تخم خربزه Cucumis melo %12/5
مواد موثره :
املاح پتاسيم ، اسيدهاي چرب ، فلانوييدها ، روغن هاي فرار نظير آنتول فنکون ، سينئول و کاروون.
آثار فارماکولوژيك و مکانيسم اثر :
موادموثره موجود در اين فرآورده به علت داتشن اثرات مدر و ضد اسپاسم باعث شل شدن عضلات صاف مجاري ادرار و تسهيل خروج سنگ مي گردد .
مقدارمصرف :
بزرگسالان روزي 3 بار هر بار 60-50 قطره در يك فنجان آب سرد بعد از غذا ميل شود . در موارد حاد ، درمان با سنکل مي تواند تا مدت يك ماه ادامه يابد . در درمان حالت مزمن بيماري و به منظور پيشگيري از تشکيل مجدد سنگ مقدار مصرف 30 قطره 3-2 بار در روز براي مدت يك هفته توصيه مي گردد که اين رژيم درماني بايد هر ماه تکرار شود .
موارد احتياط :
مصرف مقادير زياد اين فرآورده ممکن است منجر به اختلال آب و الکتروليتها گردد .
عوارض جانبي :
در افراد حساس به کاکل ذرت احتمال بروز واکنشهاي آلرژيك مانند درماتيت تماسي و کهير وجود دارد .

مصرف در حاملگي وشيردهي
مطالعات نشان داده است كه كاكل ذرت باعث تحريك و انقباض رحم خرگوش مي گردد ايمني مصرف اين فرآورده دردوران بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود.
نكات قابل توصيه :
نوشيدن مقادير زياد آب و مايعات همزمان با مصرف اين دارو توصيه مي شود
در صورت بروز اختلالات گوارشي بايد بعد از غذا ميل شود

سامي لاكس SAMILAX

اشكال دارويي :
قرص 750 ميلي گرمي
موارد مصرف :
اين دارو براي درمان كوتاه مدت يبوست بكار مي رود
اجزاء فرآورده :
قرص سامي لاكس حاوي 45/5% پودر برگ سنا ( معادل 7/5 ميلي گرم سنوزيد B ) و 1/8 % اسانس زيره مي باشد.
مواد موثره :
هيدروكسي آنتراسن گليكوزيد ها ( سنوزيد A,B ) و روغن فرار نظير كومينالدييد
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مطالعات در آزمايشگاه نشان داده است كه سنوزيدهاي A,B توسط باكتريهاي روده بزرگ متابوليز شده تبديل به مشتقات فعال Rhein-anthrone مي گردند . اين تركيبات موجب تحريك و افزايش حركات پريستالتيك روده و در نتيجه كاهش جذب آب و الكتروليتها شده و همچنين ترشح مايعات در روده بزرگ را از طريق تحريك ترشح فعال كلرايد و مخاط افزايش مي دهند . بر اساس گزارشات موجود، اثرات فوق احتمالا با افزايش بيو سنتز و آزاد سازي پروستا گلاندين ها ايجاد مي شوند . روغنهاي فرار اسانس زيره بعلت داشتن اثرات آنتي اسپاسموديك مانع ايجاد درد و كرامپ ناشي از مصرف سنا مي گردند .
تداخل دارويي
اين دارو به دليل تغيير رنگ و افزايش PH ادرار ممكن است با آزمايشهاي تشخيصي ( مانند تعيين ميزان اوروبيلينوژن ادرار و تعيين ميزان استروژن به روش كوبر ) تداخل نمايد . فرآورده هاي حاوي سنا با داروهاي پايين آورنده پتاسيم خون مانند مدرهاي تيازيدي ، آدرنوكورتيكوستروييدها ريشه شيرين بيان و گليكوزيدهاي قلبي تداخل اثر داشته و احتمالا ايجاد اختلالات قلبي و عصبي - عضلاني مي نمايد .
مقدارمصرف :
ملين : بزرگسالان 2-1 قرص در روز
مسهل : 2 تا 3 قرص بطور همزمان قبل از خواب مصرف شود
كودكان بالاتر از 6 سال : نصف دوز بزرگسالان طبق دستور پزشك مصرف شود
موارد احتياط :

1- دفع كليوي تركيبات آنتراكينوني موجب تغيير رنگ ادرار ( زرد قهوه اي به قرمز ) همراه با افزايش PH مي گردد
2- مليناها در خردسالان تا 6 سال بجز با دستور پزشك نبايد مصرف شود
عوارض جانبي :
1- مصرف سنا ايجاد درد و كرامپ شكمي مي نمايد ولي اين فرآورده بدليل داشتن اسانس زيره احتمالا اين عارضه را ايجاد نمي نمايد .
2- مصرف طولاني مدت و دوزهاي بالاي اين فرآورده موجب از بين رفتن كارايي روده ها ، اسهال و از دست دادن آب و الكتروليتها ( بويژه پتاسيم ) آلبومينوري و هماتوري مي گردد .
3-مقادير زياد سنا ممكن است ايجاد نفريت كند
4-در افرادي كه به مدت طولاني از ملين هاي آنتراكينوني استفاده نموده اند پيگمانتاسيون ملانوتيك مخاط روده ( Melanosis colic) مشاهده شده است . البته 12-4ماه پس از قطع مصرف دارو اين عارضه از بين خواهد رفت
موارد منع مصرف :
1-اين فرآورده مانند ساير ملين ها در بيماران مبتلا به تنگي و انسداد روده و ايلئوم ، دردهاي شكمي ناشناخته ، خونريزي ركتوم با علت نامشخص بيماريهاي التهابي روده و آپانديسيت ممنوعيت مصرف دارد
2-استفاده طولاني از ملين هاي آنتراكينوني ايجاد وابستگي مي نمايد لذا مصرف طولاني مدت آنها ممنوع مي باشد .
مصرف در حاملگي وشيردهي
1-مصرف اين فرآورده در دوران بارداري تنها هنگامي توصيه مي گردد كه رژيم غذايي مناسب و ملين هاي فيبري موثرواقع نشده اند .
2-به علت احتمال ترشح مشتقات آنتراكينون در شير مادر مصرف اين فرآورده در دوران شيردهي توصيه
نمي گردد .
نكات قابل توصيه :
1- با توجه به اينكه اثرات سنا 10-8 ساعت پس از مصرف آن ظاهر مي گردد بهتر است اين فرآورده قبل از خواب مصرف شود
2-مصرف حداقل 8-6 ليوان آب در روز براي كمك به نرمش دن مدفوع و جلوگيري از كاهش آب بدن بيمار ضروري است اين امر به علت خروج حجم زيادي از آب يا مدفوع اهميت دارد .

رگليسيدين REGLISIDIN

اشكال دارويي :
قرص 600 ميلي گرمي
موارد مصرف :
رگليسيدين در نفخ معده و اثني عشر گاستريت و گاسترالژي بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
هر قرص رگليسيدين حاوي 400 ميلي گرم عصاره شيرين بيان Glycyrrhiza glbara ( كه مقدار گليسيريزين آن تا حد كمتر از 3% كاهش داده شده است ) 50 ميلي گرم عصاره گل هميشه بهار (Calendula officinalis ) و 50 ميلي گرم عصاره ريشه ختمي Althaea officinalis مي باشد .
مواد موثره :
فلانوييد گليكوزيدهايي نظير ليكوئي رتين ايزوليكوئي رتين و رامنو ليكوئي رتين و مشتقات كومارين ( هرنيارين ) فلانوييد ، فيتوستول و مسويلاژ
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
اثرات درمان كننده زخم معده و اثني عشر اين فرآورده مربوط به تركيبات فلانوييدي گياه شيرين بيان مي باشد كه احتمالا با تاثير بر موكوس معده سد موكوسي را نسبت به تاثير اسيد معده تقويت مي نمايد به نظر مي رسد اين اثر مشابه كربنوكسولون بوده و با تداخل در سنتز پروستانوييد معده موجب افزايش توليد موكوس و جريان خون مخاطي مي گردد .
كالاندولا ختمي با داشتن موسيلاژ ، فلانوييد و ساير مواد موثره داراي اثرات نرم كننده ف كاهش دهنده تحريكات ، ضد التهاب خفيف و التيام بخش مي باشند .
تداخل دارويي
مصرف همزمان فرآورده هاي حايو شيرين بيان با كورتيكو ستروييدها و داروهاي هورموني ( با اثرات استروژني و آنتي استروژني ) بايد با احتياط صورت گيرد .
مقدارمصرف :
با رعايت رژيم غذايي 1 تا 2 قرص 3 بار در روز قبل از غذا مصرف شود
موارد احتياط :
عصاره تام شيرين بيان به علت داشتن اثرات شبه ميزالو كورتيكوييدي سبب احتباس برگشت پذير آب و سديم شده ، دفع پتاسيم را افزايش مي دهد . عصاره د - گليسيريزينه شيرين بيان معمولا اين اثرات را نداشته ولي

توصيه مي گردد اين دارو در افرادي كه مشكلات قلبي - عروقي و يا فشار خون بالا دارند با احتياط مصرف شود .مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين دارو در دوران بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است عصاره تام شيرين بيان داريا اثرات استروژنيك و استروييدي بوده و باعث افزايش فشار خون در زمان بارداري و تحريك فعاليت رحم در حيوانات آزمايشگاهي مي گردد اين عارضه براي فرآورده هاي د - گليسيريزينه شده كمتر مشاهده خواهد شد ولي مصرف اين داروها در دوران حاملگي بايد مورد توجه قرار گيرد .

رگليس معطر REGLIS MOATTAR

اشكال دارويي :
پودر در بسته هاي 70 گرمي
موارد مصرف :
رگليس معطر در نفخ معده و اثني عشر گاستريت و گاسترالژي بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
1- عصاره خشك شيرين بيان Glycyrrhiza glabra %83/3
2-پودر ريشه شيرين بيان Glycyrrhiza glabra %15/2
3-زيره سبز cuminum cyminum %0/34
4-رازيانه Foeniculum vulgare %0/69
5-گل ختمي Althaea officinalis %0/34
مواد موثره :
گليسيريزين و گليسيريتينيك اسيد ، فلانوييد گليكوزيدهايي نظير ليكوئي رتين ، ايزوليكوئي رتين و رامنوليكوئي رتين و مشتقات كومارين (هرنيارين ) و روغن هاي فرار ( آنتول ، كومينيك آلدئيد )
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مكانيسم اثر ضد تورمي گليسيريتينيك اسيد با وجود شباهت ساختماني آن به هيدروكورتيزون مورد ترديد مي باشد . مطالعات انجام شده نشان داده است كه گليسيريزين و گليسيريتينيك اسيد تمايلي نسبت به اتصال با رسپتورهاي گلوكو كورتيكوييدي و ميزالو كورتيكوييدي را دارند و احتمالا با تاثير بر اين سرپتورها ، روي فعاليت استرويدهاي آندوژن تاثير مي گذارند .
همچنين اين تركيبات با وقفه عمل آنزيم Beta Hydroxy steroid-11 در كبد و كليه از تبديل كورتيزول به كورتيزون غير فعال جلوگيري مي كنند .
تحقيقات اخير نشان داده است كه تركيبات موجود در عصاره شيرين بيان موجب وقفه فعاليت ليپو اكسپژناز و كاهش فعاليت اسيد آراشيدونيك مي گردد .
تركيبات فلاونوييدي گياه شيرين بيان احتمالا با تاثير بر موكوس معده سد موكوسي را نسبت به تاثير اسيد معده تقويت مي نمايد به نظر مي رسد اين اثر مشابه كربنوكسولون بوده و با تداخل در سنتز پروستانوييد معده موجب افزايش توليد موكوس و جريان خون مخاطي مي گردد .
بعلاوه روغن هاي فرار و تركيبات موجود دراين فرآورده نيز با داشتن اثرات آنتي اسپاسموديك بر روي عضلات صاف موجب كاهش انقباضات روده و

تسهيل خروج گازها از معده مي شود .
تداخل دارويي
مصرف همزمان فرآورده هاي حايو شيرين بيان با كورتيكو ستروييدها و داروهاي هورموني ( با اثرات استروژني و آنتي استروژني ) بايد با احتياط صورت گيرد .
مقدارمصرف :
روزي 3 با قبل زا غذا هربار يك قاشق چايخوري از فرآروده را در يك فنجان آب جوش ريخته و پس از سرد شدن ميل شود .
موارد احتياط :
اين فر آورده در بيماران كليوي بايد با احتياط مصرف شود .
عوارض جانبي :
مصرف طولاني مدت اين فرآورده ممكن است سبب بروز اثرات شبه ميزالوكورتيكوييدي (احتباس آب و سديم افزايش دفع پتاسيم ) گردد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين دارو در دوران بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن سنجيده مي شود .

# رازين RASIN

اشكال دارويي :
قرص جويدني - مكيدني 500 ميلي گرم
موارد مصرف :
رازين در نفخ معده ، سرفه ، حساسيت و خارش گلو بكار مي رود
اجزاء فرآورده :
قرص رازين حاوي 0/5% اسانس رازيانه ( Foenciculum vulgare )و 5% عصاره ريشه شيرين( Glycyrrhiza glabra )بيان مي باشد .
مواد موثره :
روغن هاي فرار نظير آنتول و فنكون ، گليسيريزن فلانويد گليكوزيد هاي ليكوئي رتين و ايزوليكوئي رتين .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
روغن هاي فرار موجود در قرص رازين با داشتن اثرات آنتي اسپاسموديك بر روي عضلات صاف موجب تسهيل خروج گازها از معده مي شود .همچنين تركيبات موجود در شيرين بيان ، داراي اثرات نرم كننده و خلط آور مي باشند .
مقدارمصرف :
هر 2 تا 3 ساعت يك يا دو قرص مكيده و يا جويده شود
موارد احتياط :
مصرف مقادير زياد اين فرآورده در بيمران قلبي - عروقي ( بدليل اثرات ميرالوكورتيكوييدي ) توصيه نمي گردد .
عوارض جانبي :
مصرف طولاني مدت اين فرآورده ممكن است سبب بروز اثرات شبه ميزالو كورتيكوييدي ( احتباس آب و سديم افزايش دفع پتاسيم ) گردد .
موارد منع مصرف :
در افراد ديابتيك بدليل داشتن ساكاروز ممنوعيت دارد
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين دارو در دوران بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن سنجيده مي شود

## پسيليوم PSYLLIUM

اشكال دارويي :
پودر در بسته هاي 70 گرمي و ساشه 7 گرمي
موارد مصرف :
پسليوم در درمان يبوستهاي مزمن ، براي پيشگيري از يبوست در بيماراني كه در حين اجابت مزاج نبايد تحت فشار باشند مانند بيماران با زخم برش فرج فهموروئيد ترومبوزه دردناك شقاق با آبسه پرينه اي فتق ديافراگم ، تنگي آنوركتال و دررفع يبوست ناشي از كولون تحريك پذير مصرف مي شود .
اجزاء فرآورده :
پسليوم از دانه گياه اسفرزه Plantago psyllium تهيه شده است .
مواد موثره :
موسيلاژ
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
اثر درماني پسيليوم بواسطه تورم موسيلاژ موجود در پوسته دانه آن ظاهر مي گردد موسيلاژ احتمالا از طريق جذب آب باعث حجم و رطوبت مدفوع شده و اين افزايش حجم موجب تحريك روده بزرگ و افزايش حركات دودي و كوتاه شدن زمان عبور مواد از روده و افزايش دفعات دفع مي گردد .
تداخل دارويي :
پسيليوم باعث كاهش جذب برخي از مواد معدني ( نظير كلسيم ، منيزيم ، مس وروي ) ويتامين B12 ، گليكوزيدهاي قلبي و مشتقات كومارييني مي گردد .
مصرف همزمان پسيليوم با نمكهاي ليتيم موجب كاهش غلظت پلاسمايي ليتيم و وقفه جذب آنها از مجراي گوارشي مي شود.
پسيليوم ممكن است موجب كاهش سرعت و ميزان جذب كاربامازپين شود.
مقدارمصرف :
يك قاشق سوپخوري حدود 10 گرم با يك ساشه از پسيليوم را در يك ليوان آب ريخته و پس از چند ساعت ميل نمائيد.
موارد احتياط :
ملين ها در خردسالان ( تا سن 6 سال ) به جز با دستور پزشك نبايد مصرف شوند از آنجا كه اين كودكان قادر به توضيح علائم بيماري خود نيستند تشخيص دقيق بيماري بر مصرف اين داروها ارجحيت دارد به اين

طريق مي توان از عواقب بيماري مانند آپانديسيت يا بروز عوارض جانبي شديد تر جلوگيري كرد .
عوارض جانبي :
مصرف مقادير زياد پسيليوم باعث انسداد روده و مري ( معمولا بدليل مصرف كم مايعات ) مي گردد . همچنين واكنشهاي آلرژيك با مصرف دارو گزارش شده است . در شروع درمان ممكن است موقتا سنگيني و نفخ در بيماران ايجاد گردد كه با ادامه درمان برطرف مي شود .
موارد منع مصرف :
اين فرآورده در كودكان ممنوعيت مصرف دارد
نكات قابل توصيه :
1- مصرف حداقل 8-6 ليوان آب در روز براي كمك به نرم شدن مدفوع و جلوگيري از كاهش آب بدن بيمار ضروري است . اين امر به دليل خروج حجم زيادي از آب با مدفوع اهميت دارد .
2-مصرف طولاني مدت اين داروها كه به صورت عادت در آمده باشد ممكن است باعث وابسته شدن كار روده ها به اين داروها شود .
3-داروهاي ملين را نبايد بيشتر از يك هفته ( مگر با دستور پزشك ) يا در موارد غير ضروري ( مانند عدم اجابت مزاج طي يك يا دو روز ) مصرف نمود .
4-از مصرف داروهاي ملين تا دو ساعت بعد از مصرف ساير داروها خودداري شود
5-داروهاي حجيم كننده مدفوع حاوي مقادير قابل توجهي قند و يا سديم هستند اين موضوع دربيماران مبتلا به ديابت و افرادي كه محدوديت مصرف سديم دارند اهميت دارد .

پسيليوم موسيلوئيد

PSYLLIUM MUCSILOID
اشكال دارويي :
پودر در بسته هاي 70 گرمي و ساشه 7 گرمي
موارد مصرف :
پوسته پسليوم در درمان يبوستهاي مزمن ، براي پيشگيري از يبوست در بيماراني كه در حين اجابت مزاج نبايد تحت فشار باشند مانند بيماران با زخم برش فرج فهموروئيد ترومبوزه دردناك شقاق با آبسه پرينه اي فتق ديافراگم ، تنگي آنوركتال و دررفع يبوست ناشي از كولون تحريك پذير مصرف مي شود .
اجزاء فرآورده :
پسليوم از دانه گياه اسفرزه Plantago psyllium تهيه شده است .
مواد موثره :
موسيلاژ
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
اثر درماني پسيليوم بواسطه تورم موسيلاژ موجود در پوسته دانه آن ظاهر مي گردد موسيلاژ احتمالا از طريق جذب آب باعث حجم و رطوبت مدفوع شده و اين افزايش حجم موجب تحريك روده بزرگ و افزايش حركات دودي و كوتاه شدن زمان عبور مواد از روده و افزايش دفعات دفع مي گردد .
تداخل دارويي :
پوسته پسيليوم باعث كاهش جذب برخي از مواد معدني ( نظير كلسيم ، منيزيم ، مس وروي ) ويتامين B12 ، گليكوزيدهاي قلبي و مشتقات كومارييني مي گردد .
مصرف همزمان پسيليوم با نمكهاي ليتيم موجب كاهش غلظت پلاسمايي ليتيم و وقفه جذب آنها از مجراي گوارشي مي شود.
پوسته پسيليوم ممكن است موجب كاهش سرعت و ميزان جذب كاربامازپين شود.
مقدارمصرف :
3-1 بار در هر بار در يك تا دو ساشه را در يك ليوان آب ريخته مصرف نمائيد .
موارد احتياط :
ملين ها در خردسالان ( تا سن 6 سال ) به جز با دستور پزشك نبايد مصرف شوند از آنجا كه اين كودكان قادر به توضيح علائم بيماري خود

نيستند تشخيص دقيق بيماري بر مصرف اين داروها ارجحيت دارد به اين طريق مي توان از عواقب بيماري مانند آپانديسيت يا بروز عوارض جانبي شديد تر جلوگيري كرد .
عوارض جانبي :
مصرف مقادير زياد پوسته پسيليوم باعث انسداد روده و مري ( معمولا بدليل مصرف كم مايعات ) مي گردد . همچنين واكنشهاي آلرژيك با مصرف دارو گزارش شده است . در شروع درمان ممكن است موقتا سنگيني و نفخ در بيماران ايجاد گردد كه با ادامه درمان برطرف مي شود .
نكات قابل توصيه :
1- مصرف حداقل 8-6 ليوان آب در روز براي كمك به نرم شدن مدفوع و جلوگيري از كاهش آب بدن بيمار ضروري است . اين امر به دليل خروج حجم زيادي از آب با مدفوع اهميت دارد .
2-مصرف طولاني مدت اين داروها كه به صورت عادت در آمده باشد ممكن است باعث وابسته شدن كار روده ها به اين داروها شود .
3-داروهاي ملين را نبايد بيشتر از يك هفته ( مگر با دستور پزشك ) يا در موارد غير ضروري ( مانند عدم اجابت مزاج طي يك يا دو روز ) مصرف نمود .
4-از مصرف داروهاي ملين تا دو ساعت بعد از مصرف ساير داروها خودداري شود
5-داروهاي حجيم كننده مدفوع حاوي مقادير قابل توجهي قند و يا سديم هستند اين موضوع دربيماران مبتلا به ديابت و افرادي كه محدوديت مصرف سديم دارند اهميت دارد .

پروستاتان PROSTATAN

اشكال دارويي :
قطره 30 ميلي ليتري
موارد مصرف :
قطره پروستاتان در موارد التهاب حاد و مزمن پروستات ، سوزش و تكرار ادرار بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
قطره پروستاتان از عصاره هيدروالكلي گياهان زير تشكيل شده است :
ريشه گزنه Urtica dioica %20
اندام هوايي گزنه Urtica dioica %10
تخم كدوي بدون پوست Cucurbita pepo %20
گل بابونه Matricaria chamomilla %20
ميوه خارخاسك Tribulus terrestris %20
ميوه انيسون Pimpinella anisum %10
مواد موثره :
استروئيها ( سيوسترول ) ، اسكوپولتين ، فنيل پروپان ، ايزولكتين ، پلي ساكاريدها و فلانوييدها ، روغن هاي فرار و اسيدهاي چرب ( اسيد لينوليئك)
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مطالعات انجام شده نشان داده است كه سيتوسترول موجود در اين فرآورده با مهار آنزيم 5-آلفا-ردوكتاز ( عامل اصلي تبديل تستوسترون به 5-آلفا-دي هيدروتستوسترون DHT ) باعث كاهش غلظت دي هيدرو تستوسترون در سرم مي گردد و در نتيجه رشد غده پروستات را متوقف مي نمايد .
ايزو لكتين موجود در گزنه با رقابت در اتصال به گيرنده هاي تستوسترون در بافت پروستات موجب وقفه هايپرلايز پروستات مي گردد .
همچنين تركيبات موجود در اين فرآورده داراي اثرات ضد التهاب ف محرك سيستم ايمني و كاهش دهنده تونوس عضلات صاف پروستات مي باشد و موجب تسهيل جريان ادرار و بهبود حال بيمار مي گردد .
مقدارمصرف :
روزي 3 بار هر بار 30 تا 40 قطره در يك فنجان آب سرد ريخته و بعد از غذا ميل شود . قطره پروستاتان را مي توان براي مدت 6 تا 12 ماه مصرف نمود .
موارد احتياط :
در صورت بروز علائم حساسيت از مصرف اين دارو خودداري گردد

عوارض جانبي :
با مصرف اين فرآورده احتمال بروز اختلالات گوارشي (تحريك معده ) و واكنشهاي آلرژيك وجود دارد .
موارد منع مصرف :
اين فرآورده در كودكان ممنوعيت مصرف دارد

## پلانتاژل PLANTAGEL

اشكال دارويي :
گرانول در جعبه هاي 40 گرمي
موارد مصرف :
پلانتاژل در كمك به درمان اسهال هاي غير عفوني به كار مي رود .
اجزاء فرآورده :
پلانتاژل از گياهان زير تشكيل شده است :
1- دانه بارهنگ Plantago major %40
2-برگ نعناع Mentha sp %5
مواد موثره :
تانن ، صمغ ، موسيلاژ ، اسانس نعناع .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مكانيسم اثر اين فرآورده بدرستي مشخص نشده است ليكن مطالعات نشان داده است كه پلانتاژل با جذب آب محتويات داخل روده موجب مي شود زمان توقف آنها در روده افزايش يابد .
تداخل دارويي :
گرانول پلانتاژل با داروهاي ضد اسهال ، مانند ديفنوكسيلات ( به علت امكان انسداد روده ها ) نبايد مصرف گردد
مقدارمصرف :
كودكان : يك قاشق مربخوري در نصف استكان آب جوش ، چهار تا پنج نوبت در روز
بزرگسالان : دو قاشق مرباخوري در نصف استكان آب جوش ، چهار تا پنج نوبت در روز .
موارد احتياط :
مصرف مقادير زياد و بيش از مقدار درماني اين فرآورده موجب لينت مزاج شديد و كاهش فشار خون مي گردد .
عوارض جانبي :
در افراد حساس احتمال بروز واكنش هاي آلرژيك مانند درماتيت تماسي وجود دارد .
موارد منع مصرف :
اين فرآورده در افراد حساس به بارهنگ و نعناع و همچنين در اسهال خوني منع مصرف دارد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :

ايمني مصرف اين فرآورده در دوران بارداري وش يردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود .

فيتو كلد PHYTOCOLD

اشكال دارويي :
قرص روكشدار 600 ميلي گرمي
موارد مصرف :
در درمان كمكي جهت رفع علائم سرماخوردگي ، گرفتگي بيني ، سينوسها و به عنوان خلط آور بكار مي رود
اجزاء فرآورده :
قرص فيتوكلد از گياهان زير تشكيل شده است :
ريشه ختمي Althaea officinalis %13/06
گل آقطي Sambucus ebulus %8/17
اندامهاي هوايي اكيناسه Echinacea purpurea %12/25
مواد موثره :
پلي ساكاريد ها فلانوييدها آلكاميدها پلي ان ها ، روغن هاي فرار موسيلاژ ( گالاكتورونيك اسيد ، گلوكورونيك اسيد رامنوز و ... ) پكتين و نشاسته .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
تركيبات موجود در اكيناسه از جمله آلكاميدها ، گليكوپروتئينها ، مشتقات اسيد كافئيك و پلي ساكاريدها داراي اثر غير اختصاصي بر سيستم ايمني سلولار مي باشند . اين اثرات با مكانيسم هاي فعالكردن فاگوسيتوز ، تحريك فيبروبلاستها ، افزايش فعاليت تنفسي و افزايش تحرك لوكوسيت ها ايجاد مي گردد .
تركيبات موجود در ختمي داراي اثرات بهبود تحريك موضعي ، مهار فعاليت Mucociliary، تحريك فاگوسيتوز ، ضد التهاب ، Anticomp;iment و محرك ايمني مي باشند .
تداخل دارويي
اثر تحريك كننده سيستم ايمني اكيناسه ممكن است با داروهاي ايمونوساپرسيو ، سيكلوسپورين و داروهاي ضد درد پيوند تداخل نمايد .
همچنين ممكن است با اثرات شيمي درماني كورتيكوستروئيدها در سرطان تداخل نمايد .
اين فرآورده بدليل داشتن ختمي ممكن است جذب داروهاي ديگر كه بطور همزمان مصرف مي شوند را به تاخير اندازد .
مقدارمصرف :
بزرگسالان : روزي سه بار هر بار دو قرص با كمي آب قبل از غذا ميل شود
كودكان 12-5 سال : نصف دوز بزرگسالان

عوارض جانبي :
بثورات جلدي ، خارش ، گاهي تورم صورت ف مشكلات تنفي سرگيجه و افت فشار خون در تجويز فرآورده هاي حاوي اكيناسه مشاهده شده است .
موارد منع مصرف :
بدليل وجود اكيناسه در اين فرآورده ممكن است باعث فعال شدن حملات اتوايميون و ديگر فعاليتهاي بيش از حد سيستم ايمني گردد ، اين فرآورده در مولتيپل اسكلروزيس لكوزيس بيماريهاي كلاژن ، ايدز يا سل ممنوعيت دارد .
مصرف اين فرآروده در كودكان كمتر از 5 سال توصيه نمي گردد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
با توجه به اينكه در مطالعات حيواني ف در مصرف غلظتهاي بالاي اكيناسه روي اووسيت ها اثرات منفي مشاهده گرديده ، مصرف اين فرآورده د ر دوران بارداري وش يردهي توصيه نمي شود .
نكات قابل توصيه :
مصرف اين فرآورده در مبتلايان به آسم توصيه نمي گردد

پرسیکا PERSICA

اشکال دارويي :
قطره در شيشه هاي 30 ميلي ليتري
موارد مصرف :
قطره پرسيكا در موارد زير بكار مي رود :
پيشگيري از افزايش جرم روي دندانها ، پوسيدگي دندانها ، و خونريزي امراض لثه
ضد عفوني كننده دهان
مسكن درد دندان و لثه
اجزاء فرآورده :
قطره پرسيكا از عصاره هيدروالكلي گياهان زير تشكيل شده است :
1- گياه مسواك Salvadora persian %30
2-بومادران Achillea millefolium %25
3-نعناع Mentha spicata %45
مواد موثره :
كلسيم ، فلورايد ، كلرايد ، تركيبات ، ايزوتيوسيانات ، تانن ، روغن هاي فرار (نظير : منتول و آزولن ) و آلكالوييد آكيلئن
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مطالعات باليني نشان داده است كه استفاده مداوم از گياه مسواك به دليل ميزان بالاي كلرياد موجب كاهش تشكيل پلاك دندان ، جلوگيري از رنگي شدن دندانها و ژنزوژيت مي گردد . و تركيبات ايزوتيوسيانات موجود دراين گياه مانع رشد باكتريهاي دهان مي شود . به علاوه يمزان بالاي كلسيم موجود افزايش منيزاليزاسيون و استحكام دندان مي شود .
عصاره اتانولي بومادران به دليل داشتن تركيبات سزكويي ترپن لاكتون (آزولن) داراي اثرات ضد باكتريايي ( نظير : استافيلوكوكوس اورئوس ، باسيلوس سابتليس و ... ) مي باشد .
همچنين مطالعات در آزمايشگاه نشان داده است كه عصاره آبي بومادران داراي اثرات ضد التهابي بوده و اين اثر بدليل وجود آزولن در اسانس بومادران است . به علاوه بومادران به دليل داشتن آكيلئين موجب كاهش زمان انعقاد خون شده و در خونريزي لثه موثر مي باشد . نعناع بدليل داشتن منتول موجب ايجاد اثر ضد درد و ضد عفوني كننده اين فرآورده است .
مقدارمصرف :
-جهت جلوگيري از پوسيدگي دندان و بيماريهاي دهان : روزي دو نوبت هر

بار 15-10 قطره را در 15 ميلي ليتر آب ( 3-2 قاشق غذا خوري ) ريخته و به مدت 20 ثانيه در دهان گردش داده و سپس دور ريخته شود .
- در درمان ناراحتي هاي دهان و دندان و جلوگيري از هونريزي لثه : روزي 3 تا 5 نوبت هر بار 15-10 قطره را در 15 ميلي ليتر آب ( 2 تا 3 قاشق غذاخوري ) ريخته و به مدت 20 ثانيه در دهان گردش داده و سپس دور ريخته شود .
- جهت جلوگيري از خونريزي و عفونت بعد از كشيدن دندان و جراحي ها : به مدت 2 تا 4 روز ، هر روز 5-4 نوبت ، هر بار 40-30 قطره را در 15 ميلي ليتر آب ( 2 تا 3 قاشق غذاخوري ) ريخته و به مدت 20 ثانيه در دهان گردش داده و سپس دور ريخته شود .
عوارض جانبي :
در افراد حساس به نعناع و بومادران احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك وجود دارد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فرآورده در دروان بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود .

پرفوران PERFORAN

اشكال دارويي :
قطره روكشدار
موارد مصرف :
پرفوران در درمان افسردگي ، بي خوابي ، اضطراب ، سردردهاي عصبي ، سردردهاي دوران قاعدگي و ميگرن بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
پرفوران از عصاره خشك گياه علف چاي به ميزان حدود 160 ميلي گرم ( معادل 330-270 ميكرو گرم هايپريسين ) تهيه شده است .
مواد موثره :
هايپريسين پزود هايپريسين و فلانوييدهاي هايپرين ، ايزو كورستين و روتين .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مطالعات در آزمايشگاه و در انسان نشان داده است كه گياه هايپريكوم بدليل داشتن هايپريسين و فلانوييدها داراي اثرات آرام بخش ، مسكن و ضد اضطراب مي باشد . بررسهاي انجام شده روي هايپريسين نشان داده است كه اين ماده از طريق مهار آنزيم منو آمينو اكسيداز موجب بروز اثرات ضد افسردگي مي گردد.
آخرين تحقيقات انجام شده نشان داده است كه عصاره گياه هايپريكوم مي تواند ميزان اكسيژن سلولي را افزايش دهد .
تداخل دارويي :
تداخلات اين فرآورده مربوط به اثر القاي آنزيمي سيستم سيتو كروم P450 مي باشد كه منجر به كاهش غلظت هاي پلاسمايي و در نتيجه كاهش اثرات درماني برخي از فرآورده هاي دارويي مي گردد . اين نكته در بيماران ذيل بايد مورد توجه قرار گيرد :
بيماران مبتلا به ايدز تحت ردمان با داروهاي آنتي رترو ويرال ( بويژه ايندیناوير ) زيرا مصرف همزمان اين دو فرآورده موجب كاهش اثر بخشي درمان ايدز مي گردد .
بيماران تحت درمان با دارو هاي ضد افسردگي زيرا مصرف همزمان خطر بروز عوارض ناخواسته دارويي ( بي قراري تهوع و اختلالات گوارشي ) را افزايش مي دهد .
مصرف مقادير بيش از دوز درماني ممكن است با ساير داروهاي مهار كننده منو آمينو اكسيداز تداخل نمايد .
مصرف همزمان باكنتراسپتيو خوراكي موجب كاهش اثر بخشي اين داروها

در جلوگيري از بارداري مي گردد
قطع مصرف ناگهاي اين رآروده ممكن است منجر به افزايش سطح خوني برخي داروها ( به خصوص سيكلو سپورين ، ديگو كسين تئوفلين و وارفارين ) و در نتيجه سميت ناشي از آنها گردد .
مقدارمصرف :
روزي 3 بار هر بار يك قرص همراه با يك ليوان آّ ب ميل شود .
عوارض جانبي :
با مصرف اين فرآورده احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك و حساسيت به نور وجود دارد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فرآورده در دوران بارداري وش يردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود .
نكات قابل توصيه :
پس از مصرف دارو از قرار گرفتن بيش از حد در معرض نور و يا آفتاب شديد خودداري گردد
بهتر است دارو قبل از غذا مصرف شود
مصرف دارو در روزهاي اول ممكن است باعث ايجاد ناراحتيهاي گوارشي و يا تشديد سردرد گردد كه حداكثر پس از دو تا چهار هفته از بين مي رود

# پاسي پي PASIPAY

اشكال دارويي :
قطره 30 ميلي ليتري
موارد مصرف :
قطره پاسي پي به عنوان آرامبخش و خواب آور در تنش هاي عصبي و بي خوابي بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
پاسي پي از عصاره هيدروالكلي گياه گل ساعتي Passifilora incarnata به ميزان 20% تهيه شده است .
مواد موثره :
آلكاوييدهاي هارمون و هارمالين ، مالتول و اتيل مالتول ، فلانوييدهايي نظير ويتكسين
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مالتول و اتيل مالتول گل ساعتي احتمالا داراي اثر آرامبخشي روي سيستم اعصاب مركزي CNS مي باشد
تداخل دارويي :
مصرف مقادير زياد اين فراورده ممكن است باعث ايجاد خواب آلودگي و افزايش اثر داروهاي مهار كننده منو آمين اكسيداز MAOI شود .
مقدارمصرف :
در كودكان 2-6 سال : 6 قطره سه بار در روز و 10 قطره هنگام خواب
بزرگسالان و كودكان بالاي 6 سال : 10 قطره 3 بار در روز و 25-30 قطره شب هنگام خواب
در افراد بالاي 65 سال بهتر است مصرف دارو را از مقادير كم آغاز كرده و مقدار آنرا بتدريج افزايش داد
مصرف در حاملگي وشيردهي :
در مطالعات حيواني هارمان و هارمالين موجود در گياه گل ساعتي اثر تحريكي در فعاليت رحم نشان داده اند . بر اين اساس بايستي از مصرف مقادير زياد دارو در دوران بارداري و شيردهي اجتناب شود .

# اولئاکرات OLEA-CRAT

اشکال دارويي :
پودر در بسته هاي 100 گرمي
موارد مصرف :
اولئاکرات در درمان زيادي فشار خون بکار مي رود
اجزاء فرآورده :
اولئاکرات از مجموعه گياهان زير تشکيل شده است
1- برگ زيتون Olea europaea %32/5
2-ميوه سرخ وليك Crataegus microphilla %32/5
3-ميوه قره قات Vaccinium arctostaphylos %20
4-ميوه عناب Zizyphus vulgaris %10
5-برگ پونه Mentha pulegium %5
مواد موثره :
فلانوييدها ، پروسيانيدين ها اولئوروپئين
آثار فارماکولوژيك و مکانيسم اثر :
اثرات قلبي - عروقي اين فرآورده به ترکيبات فلاونوييدي موجود در کراتاگوس آن بخصوص پروسيانيدين ها نسبت داده شده است . مطالعات در انسان و در آزمايشگاه نشان داده است که اولئاکرات باعث افزايش جريان خون کرونر ، افزايش جريان خون محيطي ( در سر ، عضلات اسکلتي و کليه ) کاهش جريان خون محيطي ( در پوست و دستگاه گوارش ) کاهش مقاومت محيطي و کاهش فاشر خون مي گردد .
بررسي هاي انجام شده نشان داده است که اولئاکرات احتمالا با اتساع عروق خوني موجب کاهش فاشر خون مي گردد .
مقدارمصرف :
روزي 2 تا 3 بار هر بار يك قاشق غذا خوري از اولئاکرات را در يك ليوان آب جوش به مدت 15 دقيقه دم کرده پس از صاف نمودن ميل نمايند .
موارد احتياط :
بيماران تحت درمان با داروهاي قلبي - عروقي به اثرات فارموکولوژيك کراتاگوس حساس تر مي باشند . بنابريان مصرف اين فرآورده در موارد فوق بايد با احتياط صورت گيرد .
عوارض جانبي :
با مصرف فرآورده هاي حاوي کراتاگوس عوارضي نظير تهوع ، خستگي تعريق و راش هاي جلدي ( روي پوست ) گزارش شده است .

مصرف مقادير زياد اين فرآورده ممكن است باعث مسموميت و ايجاد ( برادیکاري و دپرسيون تنفسي ) شود .

# ميرتوپلکس MYRTOPLEX

اشکال دارويي :
پماد 5 گرمي
موارد مصرف :
پماد مير توپلکس داراي خاصيت ضد ويروس هرپس سيمپلکس نوع 1 و 2 مي باشد و در درمان تبخالهاي پوست نواحي مختلف بدن و اطراف واژن بکار مي رود
اجزاء فرآورده :
پماد مير توبلکس حاوي اسانس گياه مورد Myrtus communis به ميزان 10% است
مواد موثره :
تانن ، پلي فنلها روغن هاي فرار نظير مير تول سينئول و ... فلاونوييدها
آثار فارماکولوژيك و مکانيسم اثر :
مکانيسم اثر ضد ويروسي اين دارو تا کنون شناخته نشده است . آزمايشات اثر اين فرآورده را در درمان تبخالهاي نواحي مختلف پوست بدن تائيد نموده است .
مقدارمصرف :
روزي 5-3 بار ، پوشش نازکي از پماد بر روي ضايعه ماليده شود
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فرآورده در دوران بارداري وشيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود

# ميرتكس MYRTEX

اشكال دارويي :
قطره 15 ميلي گرمي
موارد مصرف :
قطره ميرتكس جهت درمان آفتهاي مينور بكار مي رود.
اجزاء فرآورده :
قطره ميرتكس حاوي اسانس گياه مورد Myrtus communis به ميزان 57/7% ( حاوي حداقل 946 ميلي گرم سينئول ) مي باشد .
مواد موثره :
روغنهاي فرار مانند 1 و 8- سينئول آلفا پينن ، ميرتنول ليمونن ميرتول
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مكانيسم اثر اين دارو تا كنون شناخته نشده است . منو و سزكوئي ترپنهاي موجود در اسانس مورد داراي خاصيت ضد باكتريايي ، ضد قارچي و دزانفكتانت مي باشند .
مقدارمصرف :
روزي 6-5بار هر بار 10 قطره از محلول را روي تنطيف ريخته به مدت 30 ثانيه روي ضايعات قرار دهيد .
موارد احتياط :
با مصرف اين فرآورده احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك وجود دارد . از آنجائي كه اسانس مورد بر روي صورت كودكان موجب اسپاسم حنجره و برونش ، حملات شبه آسُم و حتي نارسايي تنفسي مي گردد هنگان مصرف اين فرآورده در افراد فوق مي بايد احتياط لازم صورت گيرد .
عوارض جانبي :
1- مصرف داخلي مورد در موارد نادر موجب تهوع استفراغ و اسهال مي گردد
2- در نوزادان و كودكان موجب اسپاسم حنجره ، اسپاسم برونش ، حملات شبه آسم و حتي نارسايي تنفسي مي گردد .
موارد منع مصرف :
در صورت وجود التهاب مجاري گوارشي يا صفرائي و بيماريهاي كبدي مصرف داخلي اين فرآورده ممنوع است
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فرآورده در دوران بارداري وشيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود .

# موسيليوم MUSYLIUM

اشكال دارويي :
ساشه 10 گرمي
موارد مصرف :
پوسته پسيليوم در درمان يبوست هاي مزمن ، براي پيشگيري از يبوست بيماراني كه در حين اجابت مزاج نبايد تحت فشار باشند مانند بيماران با زخم برش فرج . هموروئيد ترومبوزه دردناك ، شقاق يا آبسه پرينه اي ، دبافراگم تنگي آنوركتال و در رفع يبوست ناشي از كولون تحريك پذير مصرف مي شود .
اجزاء فرآورده :
موسيليوم از پوسته دانه گياه اسفرزه Plantago Psyllium به ميزان 3/4 گرم در هر ساعت تهيه شده است
مواد موثره :
موسيلاژ
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
اثر درماني پوسته پسيليوم به واسطه تورم موسيلاژ موجود در آن ظاهر مي گردد . موسيلاژ احتمالا از طريق جذب آب باعث افزايش حجم و رطوبت مدفوع شده و اين افزايش حجم وجب تحريك روده بزرگ و افزايش حركات دودي و كوتاه شدن زمان عبور مواد از روده و افزايش دفعات دفع مي گردد .
تداخل دارويي :
پوسته پسيليوم باعث كاهش جذب برهي از مواد معدني نظير كلسيم ، منيزيم ، مس و روي و ويتامين B12 گليكوزيدهاي قلبي و مشتقات كومارييني مي گردد.
مصرف همزمان پوسته پسيليوم با نمكهاي ليتيم موجب كاهش غلظت پلاسمايي ليتيم و وقفه جذب آنها از مجراي گوارشي مي شود .
پوسته پسيليوم ممكن است موجب كاهش سرعت و ميزان جذب كاربامازپين شود .
مقدارمصرف :
1-3 بار در روز هر بار يك تا دو ساشه را در يك ليوان آب ريخته و مصرف شود .
موارد احتياط :
ملين ها در خردسالان تا سن 6 سال به جز با دستور پزشك نبايد مصرف شوند از آنجا كه اين كودكان قادر به توضيح علائم خود نيستند تشخيص

دقيق بيماري بر مصرف اين داروها ارجحيت دارد . به اين طريق مي توان از عواقب بيماري مانند آپانديسيت يا بروز عوارض جانبي شديد تر جلوگيري كرد

عوارض جانبي :

مصرف مقادير زياد پوسته پسيليوم باعث انسداد روده و مري معمولا به دليل مصرف كم مايعات مي گردد همچنين واكنشهاي آلرژيك با مصرف دارو گزارش شده است در شروع درمان ممكن است موقتا سنگيني و نفخ در بيماران ايجاد شود كه با ادامه درمان برطرف مي گردد .

موارد منع مصرف :

اين فرآورده در آپانديسيت ويا نشانه هاي آن ، خونريزي ركتوم با علت نامشخص ، نارسايي روده ديابت و رد صورت وجود اشكال در بلع نبايد مصرف شود.

نكات قابل توصيه :

1- مصرف حداقل 8-6 ليوان آب در روز براي كمك به نرم شدن مدفوع و جلوگيري از كاهش آب بدن بيمار ضروري است . اين امر به دليل خروج حجم زيادي از آب با مدفوع اهميت دارد .

2-مصرف طولاني مدت اين داروها كه به صورت عادت در آمده باشد ممكن است باعث وابسته شدن كار روده ها به اين داروها شود .

3-داروهاي ملين را نبايد بيشتر از يك هفته ( مگر با دستور پزشك ) يا در موارد غير ضروري ( مانند عدم اجابت مزاج طي يك يا دو روز ) مصرف نمود .

4-از مصرف داروهاي ملين تا دو ساعت بعد از مصرف ساير داروها خودداري شود

5-داروهاي حجيم كننده مدفوع حاوي مقادير قابل توجهي قند و يا سديم هستند اين موضوع دربيماران مبتلا به ديابت و افرادي كه محدوديت مصرف سديم دارند اهميت دارد .

منتازين MENTHAZIN

اشكال دارويي :
قرص جويدني - مكيدني 500 ميلي گرمي
موارد مصرف :
منتازين در حساسيت و خارش گلو ، سرفه و به عنوان ضد نفخ بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
قرص منتازين حاوي عصاره ها و اسانس هاي زير مي باشد :
اسانس نعناع Mentha Piperita %0/25
اسانس رازيانه Foeniculum vulgare %0/25
عصاره شيرين بيان Glycyrrhiza glabra %5
مواد موثره :
روغن هاي فرار نظير منتول و منتون و فنكون ، گليسيريزين ، فلاونوييد گليكوزيدهاي ليكويي رتين و ايزوليكويي رتين .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
روغن هاي فرار موجود در قرص منتازين با داشتن اثرات ضد اسپاسم و كاهش تونوس اسفنكتر تحتاني مري موجب تسهيل خروج گازها از معده مي شود .
منتول موجود در اسانس نعناع در غلظتهاي كم بطور انتخابي انتهاي اعصاب حسي مربوط به سرما را تحريك كرده بنابراين باعث احساس سرما مي شود به علاوه داراي اثرات ضد درد موضعي نيز مي باشد . اين اثر مي تواند علت مصرف آن به عنوان ضد سرفه باشد .
همچنين تركيبات موجود رد شيرين بيان داراي اثرات نرم كننده و خلط آور مي باشند .
مقدارمصرف :
هر 3-2ساعت يك يا دو قرص جويده يا مكيده شود .
موارد احتياط :
مصرف مقادير زياد اين فرآورده در بيماران قلبي - عروقي ( به دليل اثرات شبه مينرالو كورتيكوييدي شيرين بيان ) توصيه نمي گردد .
عوارض جانبي :
به دليل وجود اسانس نعناع در اين فرآورده احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك در افراد حساس وجود دارد
مصرف طولاني مدت اين فرآورده ممكن است سبب بروز اثرات شبه مينرا لو كورتيكوييدي شيرين بيان ( احتباس آب و سديم افزايش دفع

پتاسيم ) گردد .
موارد منع مصرف :
در افراد ديابتيك به علت داشتن ساكاروز منع مصرف دارد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فرآورده در دوران بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود .

# منتا MENTHA

اشكال دارويي :
قرص جويدني - مكيدني 700 ميلي گرمي
موارد مصرف :
قرص منتا در اسپاسمهاي دستگاه گوارش ، نفخ معده و به عنوان خوشبو كننده دهان بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
هر قرص منتا از 2/5 ميلي گرم اسانس و 35 ميليگرم پودر برگ نعناع Mentha piperita تهيه شده است .
مواد موثره :
روغن هاي فرار نظير منتول و منتون .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
منتا با داشتن اثرات ضد اسپاسم و كاهش تونس اسفنكتر تحتاني مري موجب تسهيل خروج گازها از معده مي گردد . به علاوه منتول موجود در اين فرآورده احتمالا از طريق اثر آنتاگونيستي كلسيم موجب شل شدن عضلات صاف جداره كولون مي شود .
مقدارمصرف :
در صورت لزوم يك قرص جويده شود
موارد احتياط :
عوارض جانبي :
در افراد حساس امكان بروز واكنشهاي آلرژيك وجود دارد
موارد منع مصرف :
در افراد ديابتيك به علت داشتن ساكاروز منع مصرف دارد .

## مليسان MELLISAN

اشكال دارويي :
ژل موضعي 5 گرمي
موارد مصرف :
ژل مليسان به عنوان ضد ويروس در درمان تبخال بكارمي رود .
اجزاء فرآورده :
ژل مليسان حاوي 1% عصاره خشك بادرنجبويه Melissa officinalis مي باشد .
مواد موثره :
روغن هاي فرار نظير ( سيترونلال ، سيترال و ژرانيال ) پلي فنلها ( نظير اسيد رزمارينيك و اسيد كافئيك )
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
گياه بادرنجبويه داراي اثر متوقف كننده فعاليت ويروسها Virustatic مي باشد
تداخل دارويي :
مقدارمصرف :
روزي 3-4 بار به موضع ماليده شود
عوارض جانبي :
با مصرف اين فرآورده احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك وجود دارد

ماسومنت MASUMINT

اشكال دارويي :
قرص جويدني - مكيدني 500 ميلي گرمي
موارد مصرف :
ماسومنت در حساسيت و خارش گلو ، سرفه و نفخ معده بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
قرص ماسومنت حاوي 0/5% اسانس نعناع Mentha piperita و 5% عصاره شيرين بيان Glycyrrhiza glabra مي باشد .
مواد موثره :
روغن هاي فرار نظير منتول گليسيريزين ، فلانوييد گليكوزيدهاي ليكويي رتين و ايزوليكويي رتين .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
روغن هاي فرار موجود در قرص ماسومنت با داشتن اثرات ضد اسپاسم و كاهش تونوس اسفنكتر تحتاني مري موجب تسهيل خروج گازها از معده مي شود . منتول موجود در اسانس نعناع در غلظت هاي كم بطور انتخابي انتهاي اعصاب حسي مربوط به سرما را تحريك كرده بنابراين باعث احساس سرما مي شود . به علاوه داراي اثرات ضد درد موضعي مي باشد . اين اثر مي تواند علت مصرف آن به عنوان داروي ضد سرفه باشد . همچنين تركيبات موجود درشيرين بيان ، داراي اثرات نرم كننده و خلط آور مي باشد .
تداخل دارويي :
مقدارمصرف :
هر 2 الي 3 ساعت يك قرص جويده يا مكيده شود .
موارد احتياط :
مصرف مقادير زياد اين فرآورده در بيماران قلبي - عروقي ( به دليل اثرات مينرالو كورتيكوييدي شيرين بيان ) توصيه نمي گردد .
عوارض جانبي :
بدليل وجود اسانس نعناع در اين فرآورده، احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك در افراد حساس وجود دارد . مصرف طولاني مدت اين فرآورده ممكن است سبب بروز اثرات شبه مينر الو كورتيكوييدي ( احتباس آب و سديم ، افزايش دفع پتاسيم ) گردد .
موارد منع مصرف :
به دليل وجود ساكاروز نبايد در افراد ديابتيك مصرف شود
مصرف در حاملگي وشيردهي :

ايمني مصرف اين فرآورده در دوران بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود .

## منتول مايع LIQUID MENTHOL

اشكال دارويي :
قطره در شيشه هاي 15 ميلي ليتري
موارد مصرف :
منتول مايع به عنوان ضد احتقان بيني و جهت تسيكن دردهاي موضعي بخصوص در ناحيه سر ، صورت و گردن بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
منتول مايع از اسانس گياه نعناع Mentha spicata به ميزان 5% تهيه شده است .
مواد موثره :
روغن هاي فرار نظير منتول و كاروون .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
منتول در غلظت هاي كم بطور انتخابي انتهاي اعصاب حسي مربوط به سرما را تحريك كرده و باعث احساس سرما مي شود .
اين دارو داراي اثر ضد درد موضعي مي باشد . منتول در غلظت هاي زياد علاوه بر اين اثر نه تنها باعث تحريك حس گرما و درد مي شود بلكه ممكن است سبب تحريك موضعي نيز بشود مصرف دارو بر روي پوست باعث گشاد شدن عروق و ايجاد احساس سرما ميشود و به دنبال آن اثر ضد درد ظاهر مي گردد .
مقدارمصرف :
به عنوان ضد احتقان بيني : 3-2 قطره در پشت لب ماليده شود
به عنوان ضد درد موضعي : 10-5 قطره در موضع ماليده شود
موارد احتياط :
مصرف اين فرآورده در بيني نوزادان خطرناك است و ممكن است باعث كلا پس فوري شود .
عوارض جانبي :
احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك در افراد حساس وجود دارد .
موارد منع مصرف :
در افراد حساس به نعناع مموعيت مصرف دارد

## ليكوفار LICOPHAR

اشكال دارويي :
قرص مكيدني 700 ميلي گرمي
موارد مصرف :
قرص مكيدني ليكوفار به عنوان ضد التهاب گلو ، خلط آور و ضد سرفه بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
قرص مكيدني ليكوفار حاوي عصاره و اسانس هاي زير مي باشد :
1- عصاره خشك شيرين بيان 51/2 ميلي گرم Glycyrrhiza glabra
2-اسانس اكاليپتوس 1/07 ميلي گرم Eucalyptus sp
3-فلفل قرمز 0/14 ميلي گرم Capsicun sp
4-منتول 6/3 ميلي گرم Menthol
مواد موثره :
گليسيريزين ، گليسيريتينيك اسيد روغن هاي فرار ( نظير منتول ، اكاليپتول ) و كاپسي سين .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
گليسيريزين و گليسيريتينيك اسيد موجود در عصاره شيرين بيان احتمالا با تاثير بر گيرنده هاي گلوكوكورتيكوييدي روي فعاليت استروييدهاي آندوژن تاثير مي گذارند و در كبد و كليه از تبديل كورتيزول به كورتيزون جلوگيري مي كنند . همچنين تركيبات موجود در عصاره شيرين بيان احتمالا موجب وقفه ليپواكسيژناز ، سيكلو اكسيژناز و كاهش فعاليت اسيد آراشيدونيك مي گردند . اسانسهاي موجود در فرآورده داري اثرات ضد سرفه ، ضد درد و آنتي سپتيك مي باشند .
تداخل دارويي :
مصرف همزمان فرآورده هاي حاوي شيرين بيان با كورتيكوستروييدها و داروهاي هورموني ( با اثرات استروژني و آنتي استروژن ) بايد با احتياط صورت گيرد .
مقدارمصرف :
روزي 3 بار هر بار 2-1 قرص مكيده شود
موارد احتياط :
مصرف مقادير زياد اين فرآورده در بيماران قلبي - عروقي ( به دليل اثرات مينرالو كورتيكوييدي شيرين بيان ) توصيه نمي گردد .
عوارض جانبي :
مصرف طولاني مدت و مقادير زياد اين فرآورده ممكن است سبب بروز

اثرات شبه مينرالو كورتيكوييدي ( احتباس آب و سديم و افزايش دفع پتاسيم ) گردد . به دليل وجود منتول و كاپسيكوم در اين فرآورده احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك و تحريك مخاط در افراد حساس وجود دارد .

موارد منع مصرف :

به دليل وجود ساكاروز نبايد در افراد ديابتيك مصرف شود

مصرف در حاملگي وشيردهي :

ايمني مصرف اين فرآورده در دوران بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود .

نكات قابل توصيه :

ليكوفار در التهابهاي ناشي از عفونت مخاط گلو به تنهايي موثر نمي باشد . بنابر اين توصيه مي گردد طبق دستور پزشك همراه با آنتي بيوتيك مصرف شود .

# لاگزاريسين LAXARICIN

اشكال دارويي :
روغن جهت تهيه امولسيون در شيشه هاي 60 ميلي ليتري
موارد مصرف :
لاگزاريسين به عنوان مسهل جهت آماده سازي كولون و ركتوم براي انجام مطالعات راديو گرافي و آمادگي قبل از اعمال جراحي بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
هر شيشه لاگزاريسين حاوي 4 گرم روغن كرچك Ricinius communis مي باشد كه با اسانسهاي مختلف
( اسانس پرتقال و وانيلين ) معطر شده است .
مواد موثره :
تري گليسيريد ، ريسينولئيك اسيد و ايزوريسينولئيك اسيد .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مكانيسم دقيق اثر ملين هاي محرك شناخته شده نيست . روغن كرچك در روده كوچك توسط آنزيم هاي ليپاز هيدروليز شده و به گليسرول و ريسينولئيك اسيد تبديل مي شود . ريسينولئيك اسيد مانند ساير سورفكتا نتهاي آنيونيك با اثر مستقيم روي عضلات صاف روده كوچك ، باعث افزايش حركات دودي روده و كاهش جذب آب و الكتروليتها مي شود . اين اثر احتمالا ناشي از تحريكات شبكه عصبي داخل ديواره سلولي مي باشد .
مقدارمصرف :
ابتدا محتوي شيشه را با آب حوش پر كرده خوب تكان داده و امولسيون شيري رنگ حاصل را ميل نماييد .
بزرگسالان : 15 تا 60 ميلي ليتر
كودكان و بالاتر از دو سال :5 تا 15 ميلي ليتر
موارد احتياط :
1- لاگزاريسين در دوران قاعدگي بايد با احتياط مصرف شود
2- ملين ها در خردسالان تا سن 6 سالگي بجز با دستور پزشك نبايد مصرف شود
عوارض جانبي :
- عوارضي كه در صورت تداوم و يا مزاحمت نياز به توجه پزشكي دارند :
كرامپ شكمي ، اسهال ، آروغ زدن تهوع ، تحريك پوست اطراف ناحيه مقعد و بثورات جلدي
-عوارضي كه نياز به توجه پزشكي دارند :
مصرف روغن كرچك با مقادير زياد و به مدت طولاني ندرتا ممكن است

سبب بهم خوردن تعادل الكتروليتها
( اغتشاش شعور ، ضربان نامنظم قلب ، كرامپهاي عضلاني ، ضعف يا خستگي غير عادي ) شود .
موارد منع مصرف :
اين فرآورده ماننندس اير ملين ها در دردهاي شكمي با علت نامشخص ، انسداد روده ، آپانديسيت و يا نشانه هاي آن ، تهوع استفراغ و حساسيت به روغن كرچك ممنوعيت مصرف دارد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
روغن كرچك طي بارداري به علت ايجاد پرخوني در ناحيه لگن كه ممكن است باعث شروع واكنش هاي تحريكي رحم شود منع مصرف دارد .
نكات قابل توصيه :
مصرف حداقل 8-6 ليوان آب در روز براي كمك به نرم شدن مدفوع و جلوگيري از كاهش آب بدن بيمار ضروري است اين امر به علت خروج حجم زيادي از آب مدفوع اهميت دارد .

# كاميل CAMIL

اشكال دارويي :
كرم 30 گرمي
موارد مصرف :
كرم كاميل در درمان التهابات پوستي آزردگيهاي جلدي ناشي از خراشها و بريدگيهاي سطحي ، خشكي و ترك پوست به كار مي رود .
اجزاء فراورده :
كرم كاميل حاوي 5% عصاره آبي و 0/5% اسانس بابونه Matricaria chomomilla مي باشد .
مواد موثره :
روغن هاي فرار نظير كامازولن ، آلفابيزابولول و فلانوييد آپي ژنين .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
فعاليت ضد التهابي عصاره بابونه بيشتر بواسطه تركيبات ماتريسين ( پيشتاز كامازولن ) بيزابولول و اكسيدهاي آن بوده كه عمده ترين تركيبات موجود در عصاره را تشكيل مي دهند . اين فعاليت به عمل آنتي اكسيدان آنها نسبت داده شده است . مطالعات در آزمايشگاه نشان داده است كه عصاره بابونه موجب وقفه سيكلواكسيژناز و ليپواكسيژناز شده در نتيجه توليد پروستاگلاندينها و لوكوترين ها را متوقف مي نمايد . آپي ژنين موجود رد عصاره بابونه علاوه بر وقفه در ايجاد محصولات 5- ليپو اكسيژناز و سيكلو اكسيژناز ( نظير 12 ليپواكسيژناز ) موجب مهار آزاد سازي هيستامين نيز مي گردد .
مقدارمصرف :
روزي 2 تا 4 بار در موضع ماليده شود .
عوارض جانبي :
در افراد حساس احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك مانند درماتيت تماسي وجود دارد .
موارد منع مصرف :
در افراد حساس به بابونه منع مصرف دارد
نكات قابل توصيه :
از تماس دارو با چشم و ساير مخاط خودداري شو د .

بخور اوكاليپتوس ايران داروك (پودر)

IRAN DARUK POWER EUCALYPTUS INHALER

اشكال دارويي :

پودر در بسته هاي 70 گرمي

موارد مصرف :

اين تركيب براي برطرف نمودن نشانه هاي سرماخوردگي و احتقان بيني بكار ميرود .

اجزاء فرآورده :

پودر بخور اكاليپتوس از اجزاء زير تشكيل شده است :

1- برگ اكاليپتوس Eucalyptus globulus %55

2-برگ مورد Myrtus communis %10/7

3-برگ پوتار Cymbopogon sp %8/3

4-برگ آويشن باريك Ziziphora regia %13

5-برگ آويشن صغير Thymus kotshyanus %13

مواد موثره :

روغن هاي فرار نظير سينئول (اكاليپتول) ، سيترونلول ، تيمول و فلانوييد كورستين

آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :

اسانسهاي موجود در اين فرآورده داراي اثرات ضد التهاب ف خلط آور و ضد عفوني كننده مي باشند . به نظر مي رسد اثرات ضد ميكروبي اكاليپتول روي باكتريهاي گرم مثبت بيشتر بوده بخصوص باسيلوس ساب تيليس و ميكرو كوكوس گلوتاميس به آن حساس تر مي باشد . آزمايشات در آزمايشگاه نشان داده است كه كورستين و هاپيروزيد موجود در اكاليپتوس اثرات ضد ويروس آنفلونزا تيپ A دارند .

مقدارمصرف :

روزانه چند بار هر بار يك قاشق سوپخوري از پودر را در ظرف مناسب آب داغ ريخته و به مدت 10-5 دقيقه در حالي كه چشمها بسته است بخور داده شود .

عوارض جانبي :

تيمول موجود در اين فرآورده ممكن است باعث تحريك غشا مخاطي گردد .

موارد منع مصرف :

اين فرآورده در بيماران مبتلا به تب بالا ، سرفه هاي مداوم و خون ريزي دستگاه تنفسي ممنوعيت مصرف دارد

نكات قابل توصيه :
اين دارو بايد به صورت بخور مصرف شودو از خوردن آن اكيدا خودداري شود
در خلال بخور دادن چشمها بايد بسته باشند
سرفه هاي مداوم ممكن است نشانگر يك بيماري جدي باشد در صورت تداوم نشانه هاي بيماري مصرف دارو را قطع و به پزشك مراجعه كنيد .

بخور اوكاليپتوس ايران داروك -محلول غير خوراكي

IRAN DARUK LIQUID EUCALYPTUS INHALER

اشكال دارويي :

محلول غير خوراكي (اينهالر ) در شيشه هاي 60 ميلي ليتري

موارد مصرف :

اين فرآورده براي برطرف نمودن نشانه هاي سرماخوردگي ، سرفه و احتقاق بيني بكار مي رود.

اجزاء فرآورده :

پودر بخور اكاليپتوس از اجزاء زير تشكيل شده است :

1- تنتوراكاليپتوس Eucalyptus globulus %49

2-بتنتورمورد Myrtus communis %25

3-بتنتورپوتار Cymbopogon sp %25

4-منتول Mentol %1

مواد موثره :

روغن هاي فرار نظير سينئول (اكاليپتول) ، سيترونلول ، تيمول و فلانوييد كورستين

آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :

اسانسهاي موجود در اين فرآورده داراي اثرات ضد التهاب ف خلط آور و ضد عفوني كننده مي باشند . به نظر مي رسد اثرات ضد ميكروبي اكاليپتول روي باكتريهاي گرم مثبت بيشتر بوده بخصوص باسيلوس ساب تيليس و ميكرو كوكوس گلوتاميس به آن حساس تر مي باشد . آزمايشات در آزمايشگاه نشان داده است كه كورستين و هاپيروزيد موجود در اكاليپتوس اثرات ضد ويروس آنفلونزا تيپ A دارند .

مقدارمصرف :

روزانه چند بار هر بار يك قاشق سوپخوري از پودر را در ظرف مناسب آب داغ ريخته و به مدت 10-5 دقيقه در حالي كه چشمها بسته است بخور داده شود .

عوارض جانبي :

تيمول موجود در اين فرآورده ممكن است باعث تحريك غشا مخاطي گردد .

موارد منع مصرف :

اين فرآورده در بيماران مبتلا به تب بالا ، سرفه هاي مداوم و خون ريزي دستگاه تنفسي ممنوعيت مصرف دارد

نكات قابل توصيه :

اين دارو بايد به صورت بخور مصرف شودو از خوردن آن اكيدا خودداري شود
در خلال بخور دادن چشمها بايد بسته باشند
سرفه هاي مداوم ممكن است نشانگر يك بيماري جدي باشد در صورت تداوم نشانه هاي بيماري مصرف دارو را قطع و به پزشك مراجعه كنيد .

هايپيران HYPIRAN

اشكال دارويي :
قطره 30 ميلي ليتري
موارد مصرف :
هايپيران در درمان افسردگي بي خوابي ، اضطراب ، سردردهاي عصبي سردردهاي دوران قاعدگي و ميگرن بكار مي رود
اجزاء فرآورده :
هايپيران از عصاره هيدرو الكلي گياه علف چاي Hypericum perforatum تهيه شده است كه هر ميلي ليتر آن حاوي 25% ميلي گرم هايپريسين مي باشد
مواد موثره :
هايپريسين ، پزودوهايپريسين و فلانوييدهاي هايپيرين كورستين ايزوكورستين و روتين .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مطالعات در آزمايشگاه و در انسان نشان داده است كه گياه هايپريكوم بدليل داشتن هايپريسين و فلانوييدهاي داراي اثرات آرام بخش ، مسكن و ضد اضطراب مي باشد بررسيهاي انجام شده روي هايپريسين نشان داده است كه اين ماده از طريق مهار آنزيم منو آمينو اكسيداز موجب بروي اثرات ضد افسردگي مي گردد .
آخرين تحقيقات انجام شده نشان داده است كه عصاره گياه هايپريكوم مي تواند ميزان اكسيژن سلولي را افزايش دهد .
تداخل دارويي :
تداخلات اين فرآورده به اثر القاي آنزيمي سيستم سيتوكروم P450 مي باشد كه منجر به كاهش غلظت هاي پلاسمايي و در نتيجه كاهش اثرات درماني برخي از فرآورده هاي دارويي مي گردد . اين نكته در بيماران ذيل بايد مورد توجه قرار گيرد :
بيماران مبتلا به ايدز تحت درمان با داروهاي آنتي رتروويرال ( بويژه ايندیناوير ) زيرا مصرف همزمان اين دو فرآورده موجب كاهش اثر بخشي درمان ايدز گردد .
بيماران تحت درمان با داروهاي ضد افسردگي ، زيرا مصرف همزمان خطر بروز عوارض ناخواسته دارويي( بي قراري تهوع و اختلالات گوارشي ) را افزايش مي دهد .
مصرف مقادير بيش از دوز درماني ممكن است با ساير داروهاي مهار كننده منو آمينو اكسيداز تداخل نمايد

مصرف همزمان با كنتراسپتيوهاي خوراكي موجب كاهش اثر بخشي اين داروها در جلوگيري از بارداري مي گردد
قطع مصرف ناگهاني اين فرآورده ممكن است منجر به افزايش سطح خوني برخي داروها ( به خصوص سيكلو سپورين ديگوكسين تئوفيلين وارفارين ) و در نتيجه سميت ناشي از آنها گردد .
مقدارمصرف :
بزرگسالان روزي 3-2 بار ، هر بار 0-20 قطره
كودكان بالاتر از سه سال : روزي 2 بار ، هر بار 15-10قطره
در نصف ليوان آب و يا آب ميوه ريخته و ميل شود
عوارض جانبي :
با مصرف اين فرآورده احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك و حساسيت به نور وجود دارد
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين دارو ر دوران بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود
نكات قابل توصيه :
رنگ دارو پس از افزودن آب به علت تغيير حلاليت تغيير مي كند
پس از مصرف دارو از قرار رگفتن بيش از حد در معرض نور و يا آفتاب شديد خودداري گردد
بهتر است دارو قبل از غذا مصرف شود
پس از مصرف دارو در روزهاي اول ممكن است باعث ايجاد ناراحتي هاي گوارشي و يا تشديد سردرد گردد كه حداكثر پس از دو تا چهار هفته از بين مي رود

هربي لاكس HERBILAX

اشكال دارويي :
كپسول 450 ميلي گرمي
موارد مصرف :
اين دارو براي برطرف ساختن كوتاه مدت يبوست بكار مي رود
اجزاء فرآورده :
كپسول هربي لاكس حاوي 450 ميلي گرم پودر برگ سنا Cassia acutiflia ( معادل 2/5% سنوزيد A,B ) مي باشد .
مواد موثره :
هيدروكسي آنتراسن گليكوزيد ( سنوزيد A,B)
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مطالعات در آزمايشگاه نشان داده است كه سنوزيدهاي A,B توسط باكتريهاي روده بزرگ متابوليز شده تبديل به مشتقات فعال Rhein-anthrone مي گردند . اين تركيبات موجب تحريك و افزايش حركات پريستالتيك روده و در نتيجه كاهش جذب آب و الكتروليتها شده و همچنين ترشح مايعات در روده بزرگ را از طريق تحريك ترشح فعال كلرايد و مخاط افزايش مي دهند . بر اساس گزارشات موجود، اثرات فوق احتمالا با افزايش بيو سنتز و آزاد سازي پروستا گلاندين ها ايجاد مي شوند .
تداخل دارويي
اين دارو به دليل تغيير رنگ و افزايش PH ادرار ممكن است با آزمايشهاي تشخيصي ( مانند تعيين ميزان اوروبيلينوژن ادرار و تعيين ميزان استروژن به روش كوبر ) تداخل نمايد . فرآورده هاي حاوي سنا با داروهاي پايين آورنده پتاسيم خون مانند مدرهاي تيازيدي ، آدرنوكورتيكوستروييدها ريشه شيرين بيان و گليكوزيدهاي قلبي تداخل اثر داشته و احتمالا ايجاد اختلالات قلبي و عصبي - عضلاني مي نمايد .
مقدارمصرف :
بعنوان ملين در بزرگسالان 2 كپسول در روز در كودكان بالاتر از 6 سال 1 كپسول در روز و براي تخليه معده 10 كپسول يكجا با دو ليوان آب ميل شود .
موارد احتياط :
1- ترشح كليوي تركيبات آنتراكينوني موجب تغيير رنگ ادرار ( زرد قهوه اي به قرمز ) همراه با افزايش PH
مي گردد
2- ملينها در خردسالان تا 6 سال بجز با دستور پزشك نبايد مصرف شود

عوارض جانبي :
1- مصرف سنا ايجاد درد و كرامپ شكمي مي نمايد ولي اين فرآورده بدليل داشتن اسانس زيره احتمالا اين عارضه را ايجاد نمي نمايد .
2- مصرف طولاني مدت و دوزهاي بالاي اين فرآورده موجب از بين رفتن كارايي روده ها ، اسهال و از دست دادن آب و الكتروليتها ( بويژه پتاسيم ) آلبومينوري و هماتوري مي گردد .
3-مقادير زياد سنا ممكن است ايجاد نفريت كند
4-در افرادي كه به مدت طولاني از ملين هاي آنتراكينوني استفاده نموده اند پيگمانتاسيون ملانوتيك مخاط روده ( Melanosis colic) مشاهده شده است . البته 12-4ماه پس از قطع مصرف دارو اين عارضه از بين خواهد رفت
موارد منع مصرف :
1-اين فرآورده مانند ساير ملين ها در بيماران مبتلا به تنگي و انسداد روده و ايلئوم ، دردهاي شكمي ناشناخته ، خونريزي ركتوم با علت نامشخص بيماريهاي التهابي روده و آپانديسيت ممنوعيت مصرف دارد
2-استفاده طولاني از ملين هاي آنتراكينوني ايجاد وابستگي مي نمايد لذا مصرف طولاني مدت آنها ممنوع مي باشد .
مصرف در حاملگي وشيردهي
1-مصرف اين فرآورده در دوران بارداري تنها هنگامي توصيه مي گردد كه رژيم غذايي مناسب و ملين هاي فيبري موثرواقع نشده اند .
2-به علت احتمال ترشح مشتقات آنتراكينون در شير مادر مصرف اين فرآورده در دوران شيردهي توصيه
نمي گردد .
نكات قابل توصيه :
1- با توجه به اينكه اثرات سنا 10-8 ساعت پس از مصرف آن ظاهر مي گردد بهتر است اين فرآورده قبل از خواب مصرف شود
2-مصرف حداقل 8-6 ليوان آب در روز براي كمك به نرمش دن مدفوع و جلوگيري از كاهش آب بدن بيمار ضروري است اين امر به علت خروج حجم زيادي از آب يا مدفوع اهميت دارد .

## گرايپ واتر GRIPE WATER

اشكال دارويي :
محلول خوراكي در شيشه هاي 60 و 120 ميلي ليتري
موارد مصرف :
گرايپ واتر جهت برطرف نمودن سوء هاضمه نفخ و درد ناشي از آن مصرف مي گردد .
اجزاء فرآورده :
گرايپ واتر از اسانس طبيعي گياهان زير تشكيل شده است
1- اسانس شويد Anethum graveolens %0/015
2-اسانس دانه رازيانه Foeniculum vulgare %0/015
3-اسانس برگ نعناع Mentha Piperita %0/015
مواد موثره :
روغن هاي فرار مانند كارون ، آنتول فنكون منتول و منتون
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
روغن هاي فرار موجود در گرايپ واتر با داشتن اثرات ضد اسپاسم و كاهش تونوس اسفنكتر تحتاني مري ، موجب تسهيل خروج گازها از معده مي گردد . بعلاوه منتول موجود در اين فرآورده احتمالا از طريق اثر كلسيم آنتاگونيستي موجب شل شدن عضلات صاف جداره كولون مي شود .
مقدارمصرف :
نوزادان : يك قاشق چايخوري
كودكان : يك قاشق مرباخوي
بزرگسالان يك قاشق سوپخوري
در صورت لزوم چهار تا شش بار مي توان در روز تكرار كرد .
عوارض جانبي :
به دليل وجود اسانس نعناع در اين فرآورده در افراد حساس ، امكان بروز واكنشهاي آلرژيك مانند ردماتيت تماسي وجود دارد .
موارد منع مصرف :
اين فرآروده در افراد حساس به سير و افراد مبتلا به زخم هاي حاد دستگاه گوارش ممنوعيت مصرف دارد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فرآورده در دوران بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود .

بخور اوکالیپتوس گل دارو

GOLDARU EUCALYPTUS INHALER
اشکال دارويي :
محلول در شيشه هاي 60 ميلي ليتري
موارد مصرف :
اين فرآورده براي برطرف نمودن نشانه هاي سرماخوردگي ، سرفه و احتقاق بيني بكار مي رود.
اجزاء فرآورده :
پودر بخور اكاليپتوس از اجزاء زير تشكيل شده است :
1- تنتور اكاليپتوس 20 گرم Eucalyptus globulus
2-تنتور بنژوئن 20 گرم Sryrax benzoin tincture
3-پودر منتول 1 گرم Menthol
مواد موثره :
روغن هاي فرار نظير سينئول (اكاليپتول) ، سيترونلول ، تيمول و فلانوييد كورستين
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
اسانسهاي موجود در اين فرآورده داراي اثرات ضد التهاب ف خلط آور و ضد عفوني كننده مي باشند . به نظر مي رسد اثرات ضد ميكروبي اكاليپتول روي باكتريهاي گرم مثبت بيشتر بوده بخصوص باسيلوس ساب تيليس و ميكرو كوكوس گلوتاميس به آن حساس تر مي باشد . آزمايشات در آزمايشگاه نشان داده است كه كورستين و هاپيروزيد موجود در اكاليپتوس اثرات ضد ويروس آنفلونزا تيپ A دارند .
مقدارمصرف :
روزانه چند بار هر بار يك قاشق سوپخوري از پودر را در ظرف مناسب آب داغ ريخته و به مدت 10-5 دقيقه در حالي كه چشمها بسته است بخور داده شود .
موارد منع مصرف :
اين فرآورده در بيماران مبتلا به تب بالا ، سرفه هاي مداوم و خون ريزي دستگاه تنفسي ممنوعيت مصرف دارد
نكات قابل توصيه :
اين دارو بايد به صورت بخور مصرف شودو از خوردن آن اكيدا خودداري شود
در خلال بخور دادن چشمها بايد بسته باشند

سرفه هاي مداوم ممكن است نشانگر يك بيماري جدي باشد در صورت تداوم نشانه هاي بيماري مصرف دارو را قطع و به پزشك مراجعه كنيد .

## گل گريپ GOL _ GRIPE

اشكال دارويي :
محلول خوراكي در شيشه هاي 120 ميلي ليتري
موارد مصرف :
گل گريپ جهت برطرف نمودن سوء هاضمه نفخ و درد ناشي از آن در نوزادن و كودكان بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
گل گريپ حاوي اسانس شويد Anethum graveolens 0/046% و بيكربنات سديم 1/05% مي باشد .
مواد موثره :
روغن هاي فرار مانند كارون ، ليمونن و بيكربنات سديم
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
روغن هاي فرار موجود درگل گريپ با داشتن اثرات ضد اسپاسم روي عضلات صاف مجراي گوارشي مي باشد
مقدارمصرف :
كودكان 1 تا 6 ماه : يك قاشق مرباخوي
كودكان 6 تا 12 ماهه : دو قاشق مرباخوري
كودكان بالاتر از 2سال : سه قاشق مرباخوري
در صورت لزوم اين مقادير را تا 6 بار در روز مي توان تكرار نمود .
موارد احتياط :
در نوزادان كمتر از 1 ماه توصيه نمي شود .
موارد منع مصرف :
در بيماران مبتلا به نارسايي كليه و افراد حساس به متيل و پروپيل پارابن توصيه نمي شود .

جن جي تون GINGITON

اشكال دارويي :
كپسول 365 ميلي گرمي
موارد مصرف :
اين فرآورده در پيشگيري از بيماري مسافرت مصرف مي شود
اجزاء فرآورده :
اين فرآورده حاوي 365 ميلي گرم پودر يرشه زنجبيل Zingiber officinale مي باشد .
مواد موثره :
روغن هاي فرار مانند زينجبيرن و بتابيزابولن و اولئورزين هايي مانند همولوگهاي جينجرول و شوگا ال .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مكانيسم اثر زنجبيل در پيشگيري از بيماري مسافرت مشخص نيست . به نظر مي رسد كه با تاثير موضعي بر مجاري گوارشي اثر خود را اعمال مي كند .
تداخل دارويي :
از آنجا كه گزارش شده اشت زنجبيل داراي اثرات كارديوتونيك و ضد فعاليت پلاكتي وپايين آورنده قند خون مي باشد . لذا مصرف مقادير زياد اين فرآورده ممكن است با درمانهاي قلبي ، پايين آورنده قند خون و ضد انعقاد تداخل نمايد .
مقدارمصرف :
در بزرگسالان و كودكان بالاي 6 سال : 2 كپسول نيمساعت قبل از شروع مسافرت سپس هر 4 ساعت يكبار 2 كپسول مصرف شود .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فرآورده در دوران بارداري وشير دهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود

## جنرال تونيك GENERAL TONIC

اشكال دارويي :
پودر در قوطي 350 گرمي
موارد مصرف :
اين فرآورده به عنوان تقويت كننده عمومي بدن و در بي اشتهايي بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
جنرال تونيك از مخلوط زير تشكيل شده است :
1- ريشه كاسني Cichorium intybus %10
2-دانه شنبليله Trigonella foenum-graecum %5
3-ريشه هويج Daucus carota %10
4-دانه جو زده جو Hordeun vulgare %15
5-اسانس رازيانه Foeniculum vulgare %1
6-دانه سويا %11
7-دانه نخود %8
8-كاكائو %5
9-شكر %29
مواد موثره :
كلروژنيك اسيد ايزوكلرونيك اسيد موسيلاژ ، پروتئين آمينو اسيد ( ليزين ، تريپتوفان هيستيدين ، آرژينين ...) آپي ژنين ويتكسين كورستين ، كاروتنوييدها ترانس آنتول ، فنكون كارتنوييدها و ليكوپن .
مقدارمصرف :
يك يا دو پيمانه پودر جنرال تونيك را با يك ليوان شير يا آب گرم مخلوط كرده 3-2بار در روز ميل شود و در صورت تمايل مي توان شكر يا عسل به آن اضافه نمود.

# گارسين GARSIN

اشكال دارويي :
قرص روكشدار 600 ميلي گرمي
موارد مصرف :
گارسين در زيادي فشار خون ، زيادي چربي خون ، تصلب شرائين و پيشگيري از ترومبوز بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
قرص گارسين حاوي 42/85% پودر سير Allium sativum ( معادل 9/8 ميلي گرم آليئين )مي باشد .
مواد موثره :
تيو آلليلها و مشتقات آنها نظير آليئين آليسين دي آلليل دي سولفايد و دي آلليل تري سولفايد .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مطالعات نشان داده است كه سير با اثر مستقيم روي عضلات صاف ديواره عروق باعث وازوديلاسيون عروق محيطي مي گردد . به نظر مي رسد اين دارو با باز نمودن كانالهاي پتاسيم موجب هيپرپلاريزه شده پتانسيل غشا ( در حاليكه كانالهاي كلسيم بسته شده اند ) و وازوديلاتاسيون عروق مي گردد .
همچنين مطالعات در آزمايشگاه كه با عصاره آبي ، عصاره الكلي و يا پودرسير انجام پذيرفته نشان داده است كهس ير از طريق فعال كردن نيتريك اكساید سنتتاز باعث افزايش توليد نيتريك اكساید و در نتيجه پايين آمدن فشار خون مي گردد . اين نتايج توسط در انسان نيز تاييد گرديده است .
اثر سير در كاهش كلسترول و تري گليسيريد احتمالا از طريق مهار آنزيم هاي كليدي سنتز كلسترول و سايدهاي چرب مانندهيدروسكي متيل گلوتاريل كوآنزيم A و استيل كوآكربوكسيلاز ظاهر مي شود .
سير همچنين باعث تنظيم فسفوليپيدهاي پلاسما و ديواره سلولي شده و موجب كاهش ميزان LDL و VLDL و افزايش ميزان HDL مي گردد .
سير با افزايش فعاليت فيبرينوليتيكي افزايش زمان انعقاد و وقفه تجمع پلاكتي از ايجاد لخته جلوگيري مي نمايد .
تداخل دارويي :
در بيماراني كه تحت درمان با ساليسيليك اسيد و يا ساير داروهاي ضد انعقاد و داروهاي پايين آورنده قند خون مي باشند با احتياط مصرف شود .
مقدارمصرف :

روزي 3 بار هر بار يك قرص بعد از غذا ميل شود .
موارد احتياط :
مصرف زياد سير ممكن است باعث خونريزي پس از جراحي گردد .
عوارض جانبي :
با مقدار مصرف پيشنهاد شده عوارضي مشاهده نشده ولي مصرف مقادير زياد آن و يا در صورت خالي بودن معده ممكن است اختلالات گوارشي نظير سوزش معده ، تهوع استفراغ و اسهال ايجاد نمايد .
همچنين در افراد حساس واكنش هاي آلرژيك مانند درماتيت تماسي و حملات آسم با مصرف سير گزارش شده است .
موارد منع مصرف :
اين فرآورده در افراد حساس به سير و افراد مبتلا به زخم هاي حاد دستگاه گوارش ممنوعيت مصرف دارد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
مطالعات كلينيكي در آزمايشگاه نشان داده است كه سير موجب انقباضات رحمي مي گردد . البته مطالعات كلينيكي و باليني در اين زمينه انجام نپذيرفته است ولي با اين وجود مصرف سير در زنان باردار و شيرده ممنوع است .

## گارلي كپ GARLICAP

اشكال دارويي :
كپسول 330 ميلي گرمي
موارد مصرف :
گارلي كپ در زيادي فشار خون ، زيادي چربي خون ، تصلب شرائين و پيشگيري از ترومبوز بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
كپسول گارلي كپ حاوي 330 ميلي گرم پودر سير Allium sativum مي باشد .
مواد موثره :
تيو آلليلها و مشتقات آنها نظير آليئين آليسين ، آجوئين دي آلليل دي سولفايد و دي آلليل تري سولفايد .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مطالعات نشان داده است كه سير با اثر مستقيم روي عضلات صاف ديواره عروق باعث وازوديلاسيون عروق محيطي مي گردد . به نظر مي رسد اين دارو با باز نمودن كانالهاي پتاسيم موجب هيپرپلاريزه شده پتانسيل غشا ( در حاليكه كانالهاي كلسيم بسته شده اند ) و وازوديلاتاسيون عروق مي گردد .
همچنين مطالعات در آزمايشگاه كه با عصاره آبي ، عصاره الكلي و يا پودرسير انجام پذيرفته نشان داده است كهس ير از طريق فعال كردن نيتريك اكساييد سنتتاز باعث افزايش توليد نيتريك اكساييد و در نتيجه پايين آمدن فشار خون مي گردد . اين نتايج توسط در انسان نيز تاييد گرديده است .
اثر سير در كاهش كلسترول و تري گليسيريد احتمالا از طريق مهار آنزيم هاي كليدي سنتز كلسترول و سايدهاي چرب مانندهيدروسكي متيل گلوتاريل كوآنزيم A و استيل كوآكربوكسيلاز ظاهر مي شود .
سير همچنين باعث تنظيم فسفوليپيدهاي پلاسما و ديواره سلولي شده و موجب كاهش ميزان LDL و VLDL و افزايش ميزان HDL مي گردد .
سير با افزايش فعاليت فيبرينوليتيكي افزايش زمان انعقاد و وقفه تجمع پلاكتي از ايجاد لخته جلوگيري مي نمايد .
تداخل دارويي :
در بيماراني كه تحت درمان با ساليسيليك اسيد و يا ساير داروهاي ضد انعقاد و داروهاي پايين آورنده قند خون مي باشند با احتياط مصرف شود .
مقدارمصرف :

روزي 3 بار هربار 2-1 كپسول با يك ليوان آب بعد از غذا ميل شود .
موارد احتياط :
مصرف زياد سير ممكن است باعث خونريزي پس از جراحي گردد .
عوارض جانبي :
با مقدار مصرف پيشنهاد شده عوارضي مشاهده نشده ولي مصرف مقادير زياد آن و يا در صورت خالي بودن معده ممكن است اختلالات گوارشي نظير سوزش معده ، تهوع استفراغ و اسهال ايجاد نمايد .
همچنين در افراد حساس واكنش هاي آلرژيك مانند درماتيت تماسي و حملات آسم با مصرف سير گزارش شده است .
موارد منع مصرف :
اين فرآورده در افراد حساس به سير و افراد مبتلا به زخم هاي حاد دستگاه گوارش ممنوعيت مصرف دارد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
مطالعات كلينيكي در آزمايشگاه نشان داده است كه سير موجب انقباضات رحمي مي گردد . البته مطالعات كلينيكي و باليني در اين زمينه انجام نپذيرفته است ولي با اين وجود مصرف سير در زنان باردار و شيرده ممنوع است .

## گارليك GARLIC

اشكال دارويي :
قطره 15 ميلي ليتري
موارد مصرف :
گارليك در زيادي فشار خون ، زيادي چربي خون ، تصلب شرائين و پيشگيري از ترومبوز بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
هر 10 قطره گارليك حاوي 0/25 گرم عصاره سير Allium sativum مي باشد .
مواد موثره :
تيو آلليلها و مشتقات آنها نظير آليئين آليسين ، آجوئين دي آلليل دي سولفايد و دي آلليل تري سولفايد .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مطالعات نشان داده است كه سير با اثر مستقيم روي عضلات صاف ديواره عروق باعث وازوديلاسيون عروق محيطي مي گردد . به نظر مي رسد اين دارو با باز نمودن كانالهاي پتاسيم موجب هيپرپلاريزه شده پتانسيل غشا ( در حاليكه كانالهاي كلسيم بسته شده اند ) و وازوديلاتاسيون عروق مي گردد .
همچنين مطالعات در آزمايشگاه كه با عصاره آبي ، عصاره الكلي و يا پودرسير انجام پذيرفته نشان داده است كهس ير از طريق فعال كردن نيتريك اكساييد سنتتاز باعث افزايش توليد نيتريك اكساييد و در نتيجه پايين آمدن فشار خون مي گردد . اين نتايج توسط در انسان نيز تاييد گرديده است .
اثر سير در كاهش كلسترول و تري گليسيريد احتمالا از طريق مهار آنزيم هاي كليدي سنتز كلسترول و سايدهاي چرب مانندهيدروسكي متيل گلوتاريل كوآنزيم A و استيل كوآكربوكسيلاز ظاهر مي شود .
سير همچنين باعث تنظيم فسفوليپيدهاي پلاسما و ديواره سلولي شده و موجب كاهش ميزان LDL و VLDL و افزايش ميزان HDL مي گردد .
سير با افزايش فعاليت فيبرينوليتيكي افزايش زمان انعقاد و وقفه تجمع پلاكتي از ايجاد لخته جلوگيري مي نمايد .
تداخل دارويي :
در بيماراني كه تحت درمان با ساليسيليك اسيد و يا ساير داروهاي ضد انعقاد و داروهاي پايين آورنده قند خون مي باشند با احتياط مصرف شود .
مقدارمصرف :

روزي 1-3 بار هر بار 10 قطره به همراه غذا يا آب ميوه ميوه ميل شود .
موارد احتياط :
مصرف زياد سير ممكن است باعث خونريزي پس از جراحي گردد .
عوارض جانبي :
با مقدار مصرف پيشنهاد شده عوارضي مشاهده نشده ولي مصرف مقادير زياد آن و يا در صورت خالي بودن معده ممكن است اختلالات گوارشي نظير سوزش معده ، تهوع استفراغ و اسهال ايجاد نمايد .
همچنين در افراد حساس واكنش هاي آلرژيك مانند درماتيت تماسي و حملات آسم با مصرف سير گزارش شده است .
موارد منع مصرف :
اين فرآورده در افراد حساس به سير و افراد مبتلا به زخم هاي حاد دستگاه گوارش ممنوعيت مصرف دارد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
مطالعات كلينيكي در آزمايشگاه نشان داده است كه سير موجب انقباضات رحمي مي گردد . البته مطالعات كلينيكي و باليني در اين زمينه انجام نپذيرفته است ولي با اين وجود مصرف سير در زنان باردار و شيرده ممنوع است .

## گارلت GARLET

اشكال دارويي :
قرص روكشدار 570 ميلي گرمي
موارد مصرف :
گارلت در زيادي فشار خون ، زيادي چربي خون ، تصلب شرائين و پيشگيري از ترومبوز بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
قرص گارلت حاوي 400 ميلي گرم پودر سير Allium sativum مي باشد و ميزان آلئين و آليسين آن در هر قرص معادل 1000 ميكرو گرم است .
مواد موثره :
تيو آلليلها و مشتقات آنها نظير آلئين آليسين ، آجوئين دي آلليل دي سولفايد و دي آلليل تري سولفايد .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مطالعات نشان داده است كه سير با اثر مستقيم روي عضلات صاف ديواره عروق باعث وازوديلاسيون عروق محيطي مي گردد . به نظر مي رسد اين دارو با باز نمودن كانالهاي پتاسيم موجب هيپرپلاريزه شده پتانسيل غشا ( در حاليكه كانالهاي كلسيم بسته شده اند ) و وازوديلاتاسيون عروق مي گردد .
همچنين مطالعات در آزمايشگاه كه با عصاره آبي ، عصاره الكلي و يا پودرسير انجام پذيرفته نشان داده است كهس ير از طريق فعال كردن نيتريك اكساید سنتتاز باعث افزايش توليد نيتريك اكساید و در نتيجه پايين آمدن فشار خون مي گردد . اين نتايج توسط در انسان نيز تاييد گرديده است .
اثر سير در كاهش كلسترول و تري گليسيريد احتمالا از طريق مهار آنزيم هاي كليدي سنتز كلسترول و سايدهاي چرب مانندهيدروسكي متيل گلوتاريل كوآنزيم A و استيل كوآكربوكسيلاز ظاهر مي شود .
سير همچنين باعث تنظيم فسفوليپيدهاي پلاسما و ديواره سلولي شده و موجب كاهش ميزان LDL و VLDL و افزايش ميزان HDL مي گردد .
سير با افزايش فعاليت فيبرينوليتيكي افزايش زمان انعقاد و وقفه تجمع پلاكتي از ايجاد لخته جلوگيري مي نمايد .
تداخل دارويي :
در بيماراني كه تحت درمان با ساليسيليك اسيد و يا ساير داروهاي ضد انعقاد و داروهاي پايين آورنده قند خون مي باشند با احتياط مصرف شود .
مقدارمصرف :

روزي 3 بار هر بار 1-2 قرص بعد از غذا ميل شود .
موارد احتياط :
مصرف زياد سير ممكن است باعث خونريزي پس از جراحي گردد .
عوارض جانبي :
با مقدار مصرف پيشنهاد شده عوارضي مشاهده نشده ولي مصرف مقادير زياد آن و يا در صورت خالي بودن معده ممكن است اختلالات گوارشي نظير سوزش معده ، تهوع استفراغ و اسهال ايجاد نمايد .
همچنين در افراد حساس واكنش هاي آلرژيك مانند درماتيت تماسي و حملات آسم با مصرف سير گزارش شده است .
موارد منع مصرف :
اين فرآورده در افراد حساس به سير و افراد مبتلا به زخم هاي حاد دستگاه گوارش ممنوعيت مصرف دارد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
مطالعات كلينيكي در آزمايشگاه نشان داده است كه سير موجب انقباضات رحمي مي گردد . البته مطالعات كلينيكي و باليني در اين زمينه انجام نپذيرفته است ولي با اين وجود مصرف سير در زنان باردار و شيرده ممنوع است .

# انوکسولون ENOXOLONE

اشکال دارويي :
پماد جلدي 15 گرمي
موارد مصرف :
انوکسولون در درمان التهابات پوستي و موارد زير بکار مي رود :
- قرمزي پوست نوزادان ناشي از ادرار سوختگي
- قرمزي پوست در اثر آفتاب سوختگي
- اگزماهاي ملايم در سطح صورت پلکها و اطراف دهان
-خارش ناشي از نيش حشرات ، خارش هاي انگلي يا خارش دستگاه تناسلي در زنان
اجزاء فرآورده :
پماد انوکسولون حاوي 2% اسيد گليسيريتينيك مي باشد که از گياه شيرين بيان به دست مي آيد .
مواد موثره :
اسيد گليسيريتينيك ( انوکسولون )
آثار فارماکولوژيك و مکانيسم اثر :
مکانيسم اثر پد تورومي اسيد گليسيريتينيك با وجود شباهت ساختماني آنب ه هيدروکورتيزون مورد ترديد مي باشد . مطالعات انجام شده نشان داده است که گليسيريتينيك اسيد تمايل نسبي به اتصال با گيرنده هاي گلوکورتيکوييدي و ميزالوروتيکوييدي را دارد و احتمالا با تاثير بر اين گيرنده ها ، روي فعاليت استروييدهاي آندوژن تاثير مي نمايد .
همچنين اين ترکيبات با وقفه عمل آنزيمBeta Hydroxy steroid-11 در کبد و کليه از تبديل کورتيزول به کورتيزون غير فعال جلوگيري مي کنند .
همچنين ترکيبات موجود در عصاره شيرين با موجب وقفه ليپواکسيژناز و سيکلو اکسيژناز و کاهش فعاليت اسيد آراسيدونيك مي گردند .
مقدارمصرف :
پس از تميز کردن پوست روزي 2 تا 4 بار لايه نازکي از پماد روي موضع بماليد
موارد احتياط :
1- به علت ايجاد حساسيت در اثر تماس با اين دارو به مدت طولاني و روي سطح وسيعي از پوست استفاده مي شود .
2- در مورد پوست نوزادان روي مخاط و پوستي که هنوز لايه خارجي آن تشکيل نشده استفاده نشود
3-از استعمال پماد در چشم و اطراف آن خودداري شود

عوارض جانبي :
در صورت مصرف دارو به مدت طولاني و در سطح وسيع و اُسيب ديده پوست احتمال بروز علائم ميزالوكورتيكوييدي وجود دارد .

## ديورتيك DIURETIC

اشكال دارويي :
پودر در بسته هاي 100 گرمي
موارد مصرف :
ديورتيك در تخفيف نشانه هاي خيز در نارسايي احتقاني قلب و كم كاري كليه ، عفونتها دستگاه ادراري و كمك به دفع سنگهاي مجاري ادرار و افزايش فشار خون بكار مي رود.
اجزاء فرآورده :
پودر مخلوط گياهي ديورتيك از مجموعه گياهان زير تشكيل شده است
1- دم آلبالو Prunus cerasus %57/4
2-كاكل ذرت Zea mays % 8/8
3-ميوه خارخاسك Tribulus terrestris %25
4-برگ پونه Mentha longifolia %8/8
مواد موثره :
پتاسيم ، كلسيم ، گلوكز ، لوولوز روغن هاي فرار و فلانوييدها
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مكانيسم اثر اين فرآورده بطور كامل شناخته نشده است . احتمالا يونها وق ندهاي موجود در آب مشابه مدرهاي اسمزي ، سبب افزايش اسمولاريته مايع تصفيه شده در گلومرولها و تسهيل دفع آب و مهار جذب مجدد آب و املاح مي گردد .
روغن هاي فرار موجود در پونه به علت داشتن اثرات ضد اسپاسم موجب شل شدن عضلات صاف مجاري ادرار و تسهيل خروج سنگ مي گردد .
مقدارمصرف :
روزي 2 بار هر بار يك قاشق غذاخوري از مخلوط گياهي را در يك ليوان آب جوش به مدت 10 دقيقه دم نموده پس از صاف كردن ميل نمايند .
عوارض جانبي :
در افراد حساس به كاكل ذرت احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك مانند درماتيت تماسي و كهير وجود دارد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين دارو در دوران بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن سنجيده مي شود .
نكات قابل توصيه :
مصرف مقادير زياد اين فرآورده ممكن است منجر به اختلال آب و الكتروليتها گردد .

بخور دينه (پودر)

DINEH INHALER POWDER

اشكال دارويي :

پودر در بسته هاي 50 گرمي

موارد مصرف :

اين فرآورده براي برطرف نمودن نشانه هاي سرماخوردگي ، سرفه و احتقاق بيني بكار مي رود و همچنين براي بهبود آكنه قابل استفاده مي باشد .

اجزاء فرآورده :

بخور دينه ز اجزاء زير تشكيل شده است :

1-دانه رازيانه Foeniculum vulgare %20

2-برگ مورد Myrtus communis %30

3-برگ اكاليپتوس Eculiptus globulus %30

4-برگ آويشن Thymus sp %15

5-گل بابونه Matricaria chamomilla %5

مواد موثره :

روغن هاي فرار نظير سينئول (اكاليپتول) ، سيترونلول ، تيمول و فلانوييد كورستين

آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :

اسانسهاي موجود در اين فرآورده داراي اثرات ضد التهاب ف خلط آور و ضد عفوني كننده مي باشند . به نظر مي رسد اثرات ضد ميكروبي اكاليپتول روي باكتريهاي گرم مثبت بيشتر بوده بخصوص باسيلوس سابتيليس و ميكرو كوكوس گلوتاميس به آن حساس تر مي باشد . آزمايشات در آزمايشگاه نشان داده است كه كورستين و هاپيروزيد موجود در اكاليپتوس اثرات ضد ويروس آنفلونزا تيپ A دارند .

مقدارمصرف :

بخور : يك قاشق سوپخوري از بخور دينه را در يك ليتر آب جوش ريخته بخور دهيد .

درمان كمكي آكنه : يك قاشق سوپخوري از فرآورده را در يك ليتر آب جوشان ريخته سپس جوشانده حاصل را پس از صاف نمودن به صورت كمپرس روي پوست استفاده نمايند.

عوارض جانبي :

تيمول موجود در اين فرآورده ممكن است باعث تحريك غشا مخاطي گردد .

بدليل وجود بابونه در اين فراورده احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك در افراد حساس وجود دارد
موارد منع مصرف :
اين فرآورده در بيماران مبتلا به تب بالا ، سرفه هاي مداوم و خون ريزي دستگاه تنفسي ممنوعيت مصرف دارد
نكات قابل توصيه :
اين دارو بايد به صورت بخور مصرف شودو از خوردن آن اكيدا خودداري شود
در خلال بخور دادن چشمها بايد بسته باشند
سرفه هاي مداوم ممكن است نشانگر يك بيماري جدي باشد در صورت تداوم نشانه هاي بيماري مصرف دارو را قطع و به پزشك مراجعه كنيد .

بخور اوکالیپتوس دینه

DINEH EUCALYPTUS INHALER

اشكال دارويي :

محلول در شيشه هاي 60 ميلي ليتري

موارد مصرف :

اين فرآورده براي برطرف نمودن نشانه هاي سرماخوردگي ، سرفه و احتقاق بيني بكار مي رود.

اجزاء فرآورده :

پودر بخور اكاليپتوس از اجزاء زير تشكيل شده است :

1- اسانس اكاليپتوس Eucalyptus sp %0/1

2-اسانس آويشن Thymus sp %0/1

3-اسانس رازيانه Foenicuhum vulgare %0/1

4-اسانس نعناع Mentha piperita %0/4

5-تنتور اكاليپتوس تا Eucalyptus sp %100

مواد موثره :

روغن هاي فرار نظير سينئول (اكاليپتول) ، سيترونلول ، تيمول و فلانوييد كورستين

آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :

اسانسهاي موجود در اين فرآورده داراي اثرات ضد التهاب ف خلط آور و ضد عفوني كننده مي باشند . به نظر مي رسد اثرات ضد ميكروبي اكاليپتول روي باكتريهاي گرم مثبت بيشتر بوده بخصوص باسيلوس ساب تيليس و ميكرو كوكوس گلوتاميس به آن حساس تر مي باشد . آزمايشات در آزمايشگاه نشان داده است كه كورستين و هاپيروزيد موجود در اكاليپتوس اثرات ضد ويروس آنفلونزا تيپ A دارند .

مقدارمصرف :

روزانه چند بار هر بار يك قاشق سوپخوري از پودر را در ظرف مناسب آب داغ ريخته و به مدت 10-5 دقيقه در حالي كه چشمها بسته است بخور داده شود .

عوارض جانبي :

تيمول موجود در اين فرآورده ممكن است باعث تحريك غشا مخاطي گردد .

موارد منع مصرف :

اين فرآورده در بيماران مبتلا به تب بالا ، سرفه هاي مداوم و خون ريزي دستگاه تنفسي ممنوعيت مصرف دارد

نكات قابل توصيه :
اين دارو بايد به صورت بخور مصرف شودو از خوردن آن اكيدا خودداري شود
در خلال بخور دادن چشمها بايد بسته باشند
سرفه هاي مداوم ممكن است نشانگر يك بيماري جدي باشد در صورت تداوم نشانه هاي بيماري مصرف دارو را قطع و به پزشك مراجعه كنيد .

## د- رگليس D-REGLIS

اشكال دارويي :
قرص 650 ميلي گرمي
موارد مصرف :
د - رگليس در زخم اثني عشر و معده گاستريت و گاسترالژي بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
هر قرص د - رگليس حاوي 380 ميلي گرم عصاره شيرين بيان Glycyrrhiza glabra مي باشد كه مقدار گليسيريزين آن تا حد كمتر از 3% كاهش داده شده است .
مواد موثره :
فلانوييدها گليكوزيدهايي نظير ليكوئي رتين ايزوليكوئي رتين و رامنوليكوئي رتين و مشتقات كومارين ( هرنيارين)
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
اثرات درمان كننده زخم معده و اثني عشر اين فرآورده مربوط به تركيبات فلانوييدي گياه شيرين بيان مي باشد كه احتمالا با تاثير بر موكوس معده سد موكوسي را نسبت به تاثير اسيد معده تقويت مي نمايد . به نظر مي رسد اين اثر مشابه كربنوكسولون بوده و با تداخل در سنتز پروستانوييد معده موجب افزايش توليد موكوس و جريان خون مخاطي مي گردد .
مقدارمصرف :
در زخم معده 2قرص ، 3 بار در روز ميل شود
در زخم اثني عشر اين مقدار را مي توان در صورت لزوم تا 2 قرص ، 6 بار در روز افزايش داد .
موارد احتياط :
عصاره تام شيرين بيان به علت داشتن اثرات شبه مينرالو كورتيكوييدي سبب احتباس برگشت پذير آب و سديم شده دفع پتاسيم را افزايش مي دهد . عصاره د - گليسيريزه شيرين بيان معمولا اين اثرا را نداشته ولي توصيه مي گردد اين دارو در افرادي كه مشكلات قلبي - عروقي و يا فشار خون بالا دارند با احتياط مصرف شود.
مصرف در حاملگي وشيردهي :
عصاره تام شيرين بيان داراي اثرات استروژنيك و استروييدي بوده و باعث افزايش فشار خون در زمان بارداري و تحريك فعاليت رحم در حيوانات آزمايشگاهي مي گردد كه اين عارضه براي فرآورده هاي د- گليسيرزينه

شده کمتر مشاهده خواهد شد ولي مصرف اين داروها در دوران حاملگي باید مورد توجه قرار گیرد .

# کراتاگوس CRATAGUS

اشكال دارويي :
قطره 30 ميلي ليتري
موارد مصرف :
كراتاگوس با داشتن اثرات كارديوتونيك ، گشاد كننده عروق كرونر و پايين آورنده فشار خون در درمان نارساييهاي خفيف قلبي و زيادي فشار خون به كارمي رود .
اجزاء فرآورده :
قطره كراتاگوس از عصاره هيدروالكلي گياه سرخ وليك Crataegus microphylla تهيه شده است كه هر 100 ميلي ليتر آن حاوي 0/2 گرم ماده موثره فلانوييد مي باشد .
مواد موثره :
فلانوييدها ، پروسيانيدين ها و پروآنتو سيانيدين ها
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
اثرات قلبي - عروقي اين فرآورده به تركيبات فلانوييدي موجود در كراتاگوس ، بخصوص پروسيانيدين ها نسبت داده شده است . مطالعات در انسان و در آزمايشگاه نشان داده است كه كراتاگوس باعث افزايش جريان خون كرونر ، افزايش جريان خون محيطي ( در سر ، عضلات اسكلتي و كليه ) كاهش جريان خون محيطي ( رد پوست و دستگاه گوارش ) كاهش مقاومت محيطي و كاهش فشار خون مي گردد . بررسي هاي انجام شده نشان داده است كه كراتاگوس احتمالا با استاع عروق خوني موجب كاهش فشار خون مي گردد . همچنين بر طبق مطالعات در آزمايشگاه تركيبات فلانوييدي و پروآنتوسيانيدين اين گياه داراي اثرات كرونو تروپ منفي و اينوتروپ مثبت مي باشد .
مقدارمصرف :
مقدار مصرف اوليه : 70-60 قطره 3 بار در روز به مدت 4-3 روز
مقدار مصرف نگهدارنده : روزي 3 بار هر بار 25 قطره
بهتر است قطره را با كمي آب رقيق نموده مصرف شود
موارد احتياط :
بيماران تحت درمان با داروهاي قلبي - عروقي به اثرات فارموكولوژيك كراتاگوس حساس تر مي باشند . بنابريان مصرف اين فرآورده در افراد فوق بايد با احتياط صورت گيرد .
عوارض جانبي :
با مصرف فرآورده هاي حاوي كراتاگوس عوارضي نظير تهوع ، خستگي ،

تعريق و راش هاي جلدي معمولا روي دست گزارش شده است.
مصرف مقادير زياد اين فرآورده ممكن است ايجاد مسموميت (براديكاري ، دپرسيون تنفسي )نمايد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فرآورده دردوران بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود.

## کارمینت CARMINAT

اشكال دارويي :
قطره در شيشه هاي 30 ميلي ليتري
موارد مصرف :
اين فرآورده جهت برطرف نمودن سوء هاضمه نفخ و درد ناشي از آن مصرف مي گردد
اجزاء فرآورده :
قطره كارمينت از عصاره هيدرو الكلي گياهان زير تشكيل شده است
1-برگ نعناع Mentha piperita %50
2-برگ بادرنجبويه Melissa officinalis %25
3-دانه گشنيز Coriandrum sativum %25
مواد موثره :
روغن هاي فرار مانند ليناكول ،منتول . سيترال
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
روغن هاي فرار موجود در كارمينت با داشتن اثرات آنتي اسپاسموديك و كاهش تونوس اسفنكتر تحتاني مري موجب تسهيل خروج گازها از معده مي گردد .
بعلاوه منتول موجود در نعناع احتمالا از طريق اثر آنتاگونيستي كلسيم موجب شل شدن عضلت صاف جداره كولون مي شود .
مقدارمصرف :
بزرگسالان : 30 قطره كودكان زير 12 سال : 15 قطره در نصف استكان آب ريخته بعد از هر وعده غذا ميل شود
عوارض جانبي :
بدليل وجود اسانس نعناع در اين فرآورده احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك در افراد حساس وجود دارد
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فرآورده دردوران بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود.

## كارمیناتیف CARMINATIF

اشكال دارويي :
پودر در بسته هاي 55 گرمي
موارد مصرف :
اين فرآورده جهت برطرف نمودن سوء هاضمه نفخ و درد ناشي از آن مصرف مي گردد
اجزاء فرآورده :
كارمیناتیف از مجموعه گیاهان زیر تشكیل شده است
1- دانه زیره سیاه Carim carvi %15
2-دانه زیره سبز Curninum cyminum %10
3-دانه انیسون Pimpinella anisun %15
4-برگ نعناع Mentha piperita %20
5-برگ بادرنجبویه Melissa officinalis %5
6-دانه رازیانه Foeniculum vulgare %20
7-دانه گشنیز Coriandrum sativum %15
مواد موثره :
روغن هاي فرار مانند كاروون ، آنتول ، فنكون ، منتول . سیترال ، لینالول و كومینالدئید
آثار فارماكولوژيك و مكانیسم اثر :
روغن هاي فرار موجود در كارمیناتیف با داشتن اثرات آنتي اسپاسمودیك و كاهش تونوس اسفنكتر تحتاني مري موجب تسهیل خروج گازها از معده مي گردد .
بعلاوه منتول موجود در نعناع احتمالا از طریق اثر آنتاگونیستي كلسیم موجب شل شدن عضلت صاف جداره كولون مي شود .
مقدارمصرف :
بزرگسالان 2-1 قاشق مرباخوري از پودر كارمیناتیف را با نصف لیوان آب جوش مخلوط كرده ( در صورت لزوم شیرین كرده ) پس از غذا میل نمایند . همچنین پودر كارمیناتیف را مي توان مستقیما به غذا یا ماست افزوده میل نمود .
كودكان زیر 12 سال : نصف مقدار بزرگسالان
عوارض جانبي :
بدلیل وجود اسانس نعناع در این فرآورده احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك در افراد حساس وجود دارد
موارد منع مصرف :

در اختلالات شديد گوارشي ، زخم معده و همچنين در بيماراني كه جراحي سيستم گوارشي داشته و يا خونريزي دارند نبايد مصرف شود .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فرآورده دردوران بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود.

## كارواي ميكسچرCARWAY MIXTURE

اشكال دارويي :
محلول خوراكي در شيشه هاي 120 ميلي ليتري
موارد مصرف :
كارواي ميكسچر در برطرف نمودن سوء هاشمه نفخ و درد ناشي از در نوزادان و كودكان بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
كارواي ميكسچر از مجموعه گياهان زير تشكيل شده است :
1- عرق زيره سياه Carum carvi %33/32
2-عرق رازيانه Foenciculum vulgare %33/32
3-عرق نعناع Mentha arvensis %8/43
4-عرق پونه Mentha longifolia %8/33
مواد موثره :
روغن هاي فرار مانند كاروون ، آنتول ، فنكون ، منتول .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
روغن هاي فرار موجود در كارواي ميكسچر با داشتن اثرات آنتي اسپاسموديك و كاهش تونوس اسفنكتر تحتاني مري موجب تسهيل خروج گازها از معده مي گردد .
بعلاوه منتول موجود در نعناع احتمالا از طريق اثر آنتاگونيستي كلسيم موجب شل شدن عضلت صاف جداره كولون مي شود .
مقدارمصرف :
كودكان تا 6 ماه : يك قاشق مرباخوري
كودكان 6 ماه تا 2سال : دو قاشف مرباخوري
كودكان بالاتر از دو سال : سه قاشق مرباخوري
در صورت لزوم اين مقادير را تا 6 بار در روز مي توان تكرار نمود .
عوارض جانبي :
بدليل وجود اسانس نعناع در اين فرآورده احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك در افراد حساس وجود دارد

## كارامين CARAMIN

اشكال دارويي :
پودر در بسته هاي 40 گرمي
موارد مصرف :
كارامين در برطرف نمودن سوء هاضمه نفخ و درد ناشي از آن مصرف شود
اجزاء فرآورده :
كارامين از مجموعه گياهان زير تشكيل شده است :
1- دانه انيسون Pinpinella anisum %20
2-دانه رازيانه Foeniculun vulgare %20
3-دانه زيره سياه Carun carvi %20
4-گل بابونه Matricaria chamomilla %20
5-برگ نعناع Mentha pipreita %20
مواد موثره :
روغن هاي فرار مانند كاروون ، آنتول ، فنكون ، منتول ، كامازولن و فلانوييد آپي ژنين
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
روغن هاي فرار موجود در كارامين با داشتن اثرات آنتي اسپاسموديك و كاهش تونوس اسفنكتر تحتاني مري موجب تسهيل خروج گازها از معده مي گردد .
مطالعات در آزمايشگاه نشان داده است كه تركيبات فلانوييدي و بيزابولول بابونه داراي اثرات آنتي اسپاسموديك مي باشد ( اثرات آنتي اسپاسموديك فلانوييدها بخصوص آپي ژنين سه بار قويتر از پاپاورين است .)
بعلاوه منتول موجود در نعناع احتمالا از طريق اثر آنتاگونيستي كلسيم موجب شل شدن عضلت صاف جداره كولون مي شود .
مقدارمصرف :
روزي 2 بار هر بار 2-1 قاشق مرباخوري از پودر كارامين را در يك ليوان آب جوش دم كرده نيم ساعت بعد از غذا ميل نمايند .
عوارض جانبي :
در افراد حساس امكان بروز واكنشهاي آلرژيك مانند درماتيت تماسي وجود دارد
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فرآورده دردوران بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود.

# كالاندولا CALENDULA

اشكال دارويي :
پماد 15 گرمي
موارد مصرف :
- در ماتيت آلرژيك
- پيشگيري و تسكين التهاب و تحريكپ وست بدن شيرخوار بر اثر تماس با ادرار
- آزردگي هاي جلدي ناشي از خراش ها و بريدگي هاي سطحي
- خشكي و ترك پوست
-پيشگيري و درمان آفتاب سوختگي
- تسكين خارش و التهاب ناشي از گزيدگي حشرات
اجزاء فرآورده :
پماد كالاندولا از عصاره تام گلهاي كالاندولا Calendula officinalis به ميزان 1/5% تهيه شده است
مواد موثره :
فلانوييدهايي نظير كورستين ، ايزوكورستين ، استرولها كاروتنوييها و ساپونين .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
- فلانوييدهاي موجود در گل همشه بهار از آزاد شدن هيستامين و توليد پروستاگلاندين ها جلوگيري مي نمايند . همچنين براي اين دسته از مواد گياه ، اثرات ديگري نظير تثبيت غشا ليزوزومي و تاثير بر نفوذ پذيري و مقاومت مويرگي قائل هستند .
-ساپونين هاي گل هميشه بهار از آزاد شدن هيستامين برادي كينين و بعضي از آنزيمهاي پروتئوليتيك جلوگيري كرده و با كاهش نفوذ پذيري مويرگها ، مانع ترشح پلاسما به داخل بافتها گرديده و مهاجرت گويچه هاي سفيد را به محل التهاب كاهش مي دهند . بعلاوه گزارشهايي مبني بر وقفه در رشد برخي از باكتريها و قارچها توسط اين مواد وجود دارد .
-كاروتنو ئيدهاي گل هميشه بهار ، بخصوص بتاكاروتن پيش ساز ويتامين A بوده و به اثرات ضد التهاب و التيام بخش فلانوييدها و ساپرنوزيدهاي آن كمك مي كنند . كاروتنوئيها همچنين همراه با تانن موجود در گياه در پيشگيري و بهبود حالت قرمزي پوست ، تورم و درد ناشي از آفتاي سوختگي كه در اثر اشعه ماوراء بنفش ايجاد مي شود موثر گزارش شده اند .
مقدارمصرف :

روزي چند بار پس از تميز كردن پوست ف به مقدار كافي از پماد روي موضع ماليده شود .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فرآورده دردوران بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود.

سي لاكس C_LAX

اشكال دارويي :
قرص 750 ميلي گرمي
موارد مصرف :
اين دارو براي برطرف ساختن كوتاه مدت يبوست بكار مي رود
اجزاء فرآورده :
قرص سي لاكس حاوي 600 ميلي گرم برگ سنا Cassia obovata ( معادل 15 ميلي گرم سنوزيد B) و 100 ميلي گرم دانه گشنيز Coriandrum sativum مي باشد.
مواد موثره :
هيدروكسي آنتراسن گليكوزيد ( سنوزيد A,B) ،روغن هاي فرار نظير لينالول و كورياندرول.
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مطالعات در آزمايشگاه نشان داده است كه سنوزيدهاي A,B توسط باكتريهاي روده بزرگ متابوليز شده تبديل به مشتقات فعال Rhein-anthrone مي گردند . اين تركيبات موجب تحريك و افزايش حركات پريستالتيك روده و در نتيجه كاهش جذب آب و الكتروليتها شده و همچنين ترشح مايعات در روده بزرگ را از طريق تحريك ترشح فعال كلرايد و مخاط افزايش مي دهند . بر اساس گزارشات موجود، اثرات فوق احتمالا با افزايش بيو سنتز و آزاد سازي پروستا گلاندين ها ايجاد مي شوند . روغنهاي فرار اسانس زيره بعلت داشتن اثرات آنتي اسپاسموديك مانع ايجاد درد و كرامپ ناشي از مصرف سنا مي گردند .
تداخل دارويي
اين دارو به دليل تغيير رنگ و افزايش PH ادرار ممكن است با آزمايشهاي تشخيصي ( مانند تعيين ميزان اوروبيلينوژن ادرار و تعيين ميزان استروژن به روش كوبر ) تداخل نمايد . فرآورده هاي حاوي سنا با داروهاي پايين آورنده پتاسيم خون مانند مدرهاي تيازيدي ، آدرنوكورتيكوستروييدها ريشه شيرين بيان و گليكوزيدهاي قلبي تداخل اثر داشته و احتمالا ايجاد اختلالات قلبي و عصبي - عضلاني مي نمايد .
مقدارمصرف :
ملين : بزرگسالان 2-1 قرص در روز
كودكان بالاتر از 6 سال ، 1-0/5 قرص طبق دستور پزشك مصرف شود
مسهل : 3-2 قص بطور همزمان قبل از خواب مصرف شود
موارد احتياط :

1- دفع كليوي تركيبات آنتراكينوني موجب تغيير رنگ ادرار ( زرد قهوه اي به قرمز ) همراه با افزايش PH مي گردد
2- مليناها در خردسالان تا 6 سال بجز با دستور پزشك نبايد مصرف شود
عوارض جانبي :
1- مصرف سنا ايجاد درد و كرامپ شكمي مي نمايد ولي اين فرآورده بدليل داشتن اسانس زيره احتمالا اين عارضه را ايجاد نمي نمايد .
2- مصرف طولاني مدت و دوزهاي بالاي اين فرآورده موجب از بين رفتن كارايي روده ها ، اسهال و از دست دادن آب و الكتروليتها ( بويژه پتاسيم ) آلبومينوري و هماتوري مي گردد .
3-مقادير زياد سنا ممكن است ايجاد نفريت كند
4-در افرادي كه به مدت طولاني از ملين هاي آنتراكينوني استفاده نموده اند پيگمانتاسيون ملانوتيك مخاط روده ( Melanosis colic) مشاهده شده است . البته 12-4ماه پس از قطع مصرف دارو اين عارضه از بين خواهد رفت
موارد منع مصرف :
1-اين فرآورده مانند ساير ملين ها در بيماران مبتلا به تنگي و انسداد روده و ايلئوم ، دردهاي شكمي ناشناخته ، خونريزي ركتوم با علت نامشخص بيماريهاي التهابي روده و آپانديسيت ممنوعيت مصرف دارد
2-استفاده طولاني از ملين هاي آنتراكينوني ايجاد وابستگي مي نمايد لذا مصرف طولاني مدت آنها ممنوع مي باشد .
مصرف در حاملگي وشيردهي
1-مصرف اين فرآورده در دوران بارداري تنها هنگامي توصيه مي گردد كه رژيم غذايي مناسب و ملين هاي فيبري موثرواقع نشده اند .
2-به علت احتمال ترشح مشتقات آنتراكينون در شير مادر مصرف اين فرآورده در دوران شيردهي توصيه
نمي گردد .
نكات قابل توصيه :
1- با توجه به اينكه اثرات سنا 10-8 ساعت پس از مصرف آن ظاهر مي گردد بهتر است اين فرآورده قبل از خواب مصرف شود
2-مصرف حداقل 8-6 ليوان آب در روز براي كمك به نرمش دن مدفوع و جلوگيري از كاهش آب بدن بيمار ضروري است اين امر به علت خروج حجم زيادي از آب يا مدفوع اهميت دارد .

# برونكوتيدي BRONCHO T.D

اشكال دارويي :
شربت 120 ميلي ليتري
موارد مصرف :
شربت برونكوتيدي به عنوان ضد سرفه و خلط آور بكار مي رود
اجزاء فرآورده :
هر 100 ميلي ليتر شربت حاوي 25 گرم عصاره هيدروالكلي 20% آويشن شيرازي Zataria multiflora مي باشد.
مواد موثره :
روغن هاي فرار نظير تيمول و كارواكرول
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
اثرات ضد سرفه و خلط آور آويشن شيرازي احتمالا مربوط به روغن هاي فرار ( تيمول و كارواكرول) آن مي باشد .
مقدارمصرف :
بزرگسالان : يك قاشق غذاخوري 3 تا 4 بار در روز
كودكان : يك قاشق مرباخوري 3 تا 4 بار در روز
عوارض جانبي :
تيمول موجود در اين فراورده ممكن است باعث تحريك غشا مخاطي مي گردد
موارد منع مصرف :
بدليل وجود ساكاروز نبايد در افراد ديابتيك مصرف شود
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فراورده در دوران بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود .

برن BRAN

اشكال دارويي :
پودر در بسته هاي 250 گرمي
موارد مصرف :
برن د ر اختلالات دستگاه گوارش نظير يبوست ، بيماريهاي ديورتيكولار روده بزرگ و سندرم روده تحريك پذير بكار مي رود . ملين هاي حجيم كننده مدفوع براي پيشگيري از يبوست در بيماراني كه در حين اجابت مزاج نبايد تحت فشار باشند مانند بيماراني كه زخم برش فرج دارند ، هموروئيد ، ترومبوزه دردناك ، شقاق يا آبسه پرينه اي ، فتق ديافراگم و تنگي آنوركتال مصرف مي شود .
اجزاء فرآورده :
پودر برن از پوسته خارجي گندم تهيه شده است
مواد موثره :
پلي ساكاريدها (سلولز [ همي سلولز و پكتين ) پروتئين ، چربي و املاح
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
برن احتمالا از طريق جذب و نگهداري آب باعث افزايش حجم و رطوبت مدفوع شده و اين افزايش حجم موجب تحريك روده بزرگ و افزايش حركات دودي و در نتيجه كوتاه شده زمان عبور مواد از روده و افزايش دفعات دفع مي گردد
تداخل دارويي :
پودر برن باعث كاهش جذب برخي از مواد معدني ( نظير كلسيمم ، منيزيم ،مس و روي ) ، ويتامين B12 ، گليكوزيدهاي قلبي و مشتقات كومارييني مي گردد .
مقدارمصرف :
روزانه 3-2 بار يك يا دو قاشق غذاخوري از پودر برن را در يك ليوان آب ميوه ، شير و يا ساير نوشيدنيها اضافه كرده 15 تا 30 دقيقه قبل از غذا ميل شود .
موارد احتياط :
1- ميلن ها در كودكان ( تا سن 6 سال ) به جز با دستور پزشك نبايد مصرف شوند . از آنجا كه اين كودكان قادر به توضيح علائم بيماري خود نيستند تشخيص دقيق بيماري بر مصرف اين داروها ارجحيت دارد .به يان طريق مي توان ازعواقب بيماري مانند آپانديسيت يا بروز عوارض جانبي شديدتر جلوگيري كرد.
2-پودر برن بايد با مقادير زياد مايعات مصرف شود . زيرا در صورت عدم

مصرف كافي مايعات احتمال بروز انسداد مري و تراكم مدفوع در روده وجود دارد .
عوارض جانبي :
در شروع درمان ممكن است سنگيني و نفخ موقتي در بيماران ايجاد گردد كه با ادامه درمان برطرف مي شود . مصرف مقادير زياد از پودر برن ، باعث انسداد روده و مري( معمولا بدليل مصرف كم مايعات ) مي گردد . همچنين واكنشهاي آلرژيك با مصرف دارو گزارش شده است .
موارد منع مصرف :
اين فراورده مانند ساير داروهاي ملين در آپانديسيت و يا نشانه هاي آن ، خونريزي رکتوم با علت نامشخص ، نارسايي احتقاني قلب و انسداد روده ممنوعيت مصرف دارد . داروهاي ملين حجيم كننده مدفوع در صورت وجود اشكال در بلع نبايد مصرف شوند .
نكات قابل توصيه :
1- مصرف حداقل 8-6 ليوان آب در روز براي كمك به نرم شدن مدفوع . جلوگيري از كاهش آب بدن بيمار ضروري است . اين امر به دليل خروج حجم زيادي آب با مدفوع اهميت دارد .
2-مصرف طولاني مدت اين داروها كه بصورت عادت درآمده باشد ممكن است باعث وابسته شدن كار روده ها به اين دارو هاشود .
3-داروهاي ملين نبايد بيشتر از يك هفته ( مگر با دستور پزشك ) يا در موارد غير ضروري ( مانند عدم اجابت مزاج طي يك يا دو روز ) مصرف شود
4-از مصرف داروهاي ملين تا دو ساعت بعد از مصرف ساير داروها خودداري شود.

# BABOONEH بابونه

اشكال دارويي :
قطره 15 ميلي ليتري
موارد مصرف :
قطره بابونه براي درمان التهاب بافت مخاطي دهان وساير قسمتهاي دستگاه گوارش بكار مي رود علاوه بر اين داراي اثرات ضد اسپاسم و ضد نفخ مي باشد . اين فرآورده به صورت دهانشويه جخت رفع التهابات مخاطي دهان نيز بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
قطره بابونه از عصاره هيدرو الكلي گياه بابونه Matrivaria chamomilla تهيه شده است كه هر 100 ميلي ليتر از قطره حاوي 10 ميلي گرم كامازولن و حداقل 2 ميلي گرم آپي ژنين مي باشد .
مواد موثره :
روغن هاي فرار نظير كامازولن ، بيزابولول و فلانوييد آپي ژنين
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
فعاليت ضد التهابي عصاره بابونه بيشتر بواسطه تركيبات ماتريسين (پيشاز كامازولن ) ، بيزابولول و اكسيدهاي آن بوده كه عمده ترين تركيبات موجود در عصاره را تشكيل مي دهند و اين فعاليت به عمل آنتي اكسيدان آنها نسبت داده شده است . مطالعات در آزمايشگاه نشان داده است كه عصاره بابونه موجب وقفه سيكلواكسيژناز و ليپواكسيژناز شده در نتيجه توليد پروستاگلاندين ها و لوكوترين ها را متوقف مي نمايد و آپي ژنين موجود در عصاره بابونه علاوه بر وقفه در ايجاد محصولات 5- ليپو اكسيژناز و سيكلو اكسيژناز ( نظير 12- ليپو اكسيژناز ) موجب مهار آزاد سازي هيستامين نيز مي گردد . اثرات آنتي اسپاسموديك بابونه به آپي ژنين نسبت داده ميشود كه يمزان اين اثر نسبت به پاپاورين 3/92 برابر قويتر است .
مقدارمصرف :
براي مصرف خوراكي در بزرگسالان روزي 3 بار هر بار 30 قطره و رد اطفال روزي 3 بار هر بار 20-10 قطره در يك فنجان آب ولرم ميل نمائيد .
به عنوان دهانشويه : روزي سه بار هر بار يك قاشق مرباخوري از قطره با نصف ليوان آب ولرم مخلوط و غرغره شود .
عوارض جانبي :
در افراد حساس احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك مانند درماتيت و

آنافيلاكسي وجود دارد .
موارد منع مصرف :
اين فرآورده در افراد حساس به بابونه و بيماران مبتلا به آسم منع منصرف دارد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فرآورده در دوران بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار بايد سنجيده شود .
نكات قابل توصيه :
در كاربرد دارو به عنوان ضد التهاب و سوزش مخاط معده و روده نيم ساعت قبل از غذا مصرف شود
و به عنوان ضد اسپاسم و ضد نفخ بايد دارو يك ساعت بعد از غذا مصرف شود

# آوي پكت AVIPECT

اشكال دارويي :
قطره 30 ميلي ليتري
موارد مصرف :
قطره آوي پكت به عنوان ضد سرفه و خلط آور به كار مي رود
اجزاء فرآورده :
قطره آوي پكت از عصاره هيدر و الكلي گياهان زير تهيه شده است
1-سرشاخه آويشن Thymus Kotschyanus %50
2-برگ اكاليپتوس Eucalyptus globolus %30
3-دانه رازيانه Foenivulum vulgare %20
مواد موثره :
فلانوييدها روغن هاي فرار نظير تيمول ، اكاليپتول كارواكرول آنتون و فنكون
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مكانيسم اثر اين فرآورده شناخته نشده است مطالعات نشان داده است كه اثرات خلط آور و ضد سرفه آويشن مربوط به فلانوييدها و روغن هاي فرار (تيمول و كارواكرول) آن مي باشد . همچنين براي روغن ها فرار اكاليپوس نيز اثرات خلط آور و ضد سرفه گزارش شده است .
مقدارمصرف :
بزرگسالان 20-30 قطره 4-3 بار در روز با كمي آب قند ميل نمائيد.
عوارض جانبي :
تيمول موجود در اين فرآورده ممكن است باعث تحريك غشاء مخاطي گردد . به دليل وجود آنتول احتمال بروز واكنش هاي آلرژيك ( درماتيت تماسي ) در افراد حساس وجود دارد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني مصرف اين فرآورده در دوران بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار بايد سنجيده شود .

آفروديت APHRODIT

اشكال دارويي :
قطره 30 ميلي ليتري
قرص روكشدار 380 ميلي گرمي
موارد مصرف :
برطرف كننده اختلالات ناشي از ناتواني و كمبود تمايلات جنسي
اجزاء فرآورده :
قطره آفروديت حاوي 0/32-0/48 ميلي گرم فلانوييد تام مي باشد و از گياهان زير تشكيل شده است :
1- عصاره خارخاسك Tribulus tertestris %65
2- عصاره دارچين Cinnanomum zeylanicum %30
3-عصاره زنجبيل Zingiber officinale %4/5
4-عصاره كلاله زعفران Crocus sativus %0/5
قرص حاوي 0/35-0/75 ميلي گرم فلانوييد تام مي باشد و از گياهان زير تشكيل شده است :
1- عصاره خشك خارخاسك Tribulus tertestris 40 ميلي گرم
2- عصاره خشك دارچين Cinnanomum zeylanicum 11 ميلي گرم
3-عصاره خشك زنجبيل Zingiber officinale 12/27 ميلي گرم
4-كلاله زعفران Crocus sativus 3 ميلي گرم
مواد ويژه :
فلانوييدها ، ساپونين هاي استروييدي ، 3-د-اكسي ديوزژنين و روغن هاي فرار تقطير بنزو آلدئيد ، كومينالدئيد ، زينجبيرن
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مكانيسم اثر اين دارو بدرستي شناخته نشده است آزمايشات باليني انجام شده اثرات برطرف كننده اختلالات ناشي از ناتوانايي و كمبود تمايلات جنسي را تائيد كرده همچنين براساس آزمايشات انجام شده بر روي رت گزارش شده است كه گياه خارخاسك بعلت داشتن استروئيدهاي مختلف باعث تحريك اسپرماتوژنز شده و با تاثير بر روي سلولهاي سرتولي موجب افزايش توليد اسپرم و قوه باء مي گردد .
تداخل دارويي :
از آنجا كه گزارش شده است زنجبيل داراي اثرات كارديوتونيك و ضد فعاليت پلاكتي و پائين آورنده قند خون مي باشد لذا مصرف مقادير زياد اين فرآورده ممكن است با داروهاي قلبي پائين آورنده قند خون و ضد انعقاد تداخل نمايد .

موارد احتياط :
در بيماران قلبي و بيمارانيكه اخيرا مبتلا به سكته قلبي شده اند با احتياط مصرف شود .

# آنتي ميگرن ANTIMIGRAINE

اشكال دارويي :
قطره 30 ميلي ليتري
موارد مصرف :
قطره آنتي ميگرن به عنوان پيشگيري كننده و برطرف كننده حملات ميگرني و سردردهاي با منشاء عصبي بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
قطره آنتي ميگرن از عصاره هيدروالكلي گياهان زير تهيه مي شود :
1- دانه رازيانه 30% Foeniculum vulgare]
2-ريشه سنبل الطيب 30% Valeriana officinalis
3-پوست ساقه بيد 20% Salix alba
4-برگ بادرنجبويه 20% Melissa officinalis
مواد موثره :
والرينيك اسيد ، والپوتريات ها ، ساليسين روغن هاي فرار نظير آنتول سيترال و سيترونال .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مكانسيم دقيق اثر ضد ميگرني اين فرآورده بطو كامل شناخته نشده است . آنتي ميگرن به دليل داشتن سنبل الطيب و بادرنجبويه داراي اثرات مضعف سيستم اعصاب مركزي مي باشد . ساليسين موجود در پوست بيد اثر ضد درد مشابه ساليسيلات ها ايجاد مي نمايد .
تداخل دارويي :
- از مصرف همزمان اين فرآورده با داروهاي حاوي ساليسيلات ها خودداري شود .
- مصرف اين فرآورده موجب تشديد اثر ساير داروهاي آرامبخش مي شود .
مقدارمصرف :
به محض شروع اولين آثار حمله ميگرني 30 تا 40 قطره در يك فنجان آب سرد ريخته و ميل شود . در صورت لزوم مي توان بعد زا يك ساعت مصرف دارو را تكرار نمود .
موارد احتياط :
1- مصرف مقادير زياد اين فرآورده ممكن است ايجاد خواب آلودگي نمايد بنابراين هنگام رانندگي و يا كار با ابزاري كه به هوشياري كامل نياز دارد با احتياط مصرف شود .
2- در افراد حساس به ساليسيليك اسيد مبتلا به اُسم ، زخمهاي حاد

گوارشي فهموفيلي نقرس اختلالات انعقادي و كمي پروترومبين خون با احتياط مصرف شود .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني در مصرف اين فراورده در دوران بارداري وشيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار بايد سنجيده شود

# آنتي ديابتيك ANTI-DIABETIC

اشكال دارويي :
پودر در بسته هاي 100 گرمي
موارد مصرف :
آنتي ديابتيك در درمان زيادي قند خون بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
آنتي ديابتيك از مجموعه گياهان زير تشكيل شده است
1- برگ توت سياه Morus nigra %20
2-دانه شنبليله Trigonella foenum -graecum %60
3-برگ زيتون Olea europea %10
4-ريشه شيرين بيان Glycyrrhiza glabre %5
5-پونه Mentha pulegium %5
مواد موثره :
تري كونلين ، كومارين ف نيكوتينيك اسيد د-اكسي نوجري مايسين و اولئوروپئين .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مكانيسم اثر دقيق اين فراورده شناخته نشده است مطالعات انجام شده نشان ميدهد كه د- اكسي نوجري مايسين موجود در برگ توت سياه وارد واكنشهاي آنزيمي شده و بجاي قند مورد مصرف آنزيمها قرار گرفته و آنها را غير فعال مي كند همچنين با ايجاد وقفه در عمل آنزيم گليكوزيداز مي توان از شكسته شدن زنجيره قندها جلوگيري نمايد .
مطالعات در انسان نشان داده است كه اثرات پايين آورنده قند خون دانه شنبليله ممكن است به علت نيكوتينيك اسيد كومارين و تريگونلين موجود در آن باشد .
مقدارمصرف :
روزي 2 بار ، هر بار 2 قاشق غذا خوري از فرآورده را با يك ليوان آب جوش دم كرده و پس از صاف كردن ميل شود
موارد احتياط :
مصرف همزمان اين فرآورده با داروهاي پايين آورنده قند و چربي خون داروهاي ضد انعقاد ، داروهاي هورموني و وقفه دهنده هاي منوآمين اكسيداز MAOI بايد با احتياط صورت گيرد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني درمصرف اين فراورده در زنان باردار وشيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار بايد سنجيده شود .

نكات قابل توصيه :
از آنجا كه شنبليله موجود در آنتي ديابتيك ( به دليل داشتن فيبرهاي موسيلاژي ) ممكن است باعث جلوگيري از جذب ساير داوها گردد . لذا توصيه مي شود اين فرآورده با فاصله زماني مناسب از ساير داروها مصرف گردد .

# آنتوم ANETHUM

اشكال دارويي :
قرص 650 ميلي گرمي
گرانول در بسته هاي 100 گرمي
موارد مصرف :
آنتوم در زيادي چربي خون ( كلسترول و تري گليسريدها ) پيشگيري و درمان آرتريو اسكلروز و كوليكهاي صفراوي بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
آنتوم از عصاره گياهان زير تهيه شده است
1- دانه وبرگ شويد Anethum graveolens %68
2- ريشه كاسني Cichorium intybus %5
3-سرشاخه هاي گلدار شاهتره Fumaria parviflora %5
4-ليمو عماني Citrus sp %4
مواد موثره :
روغن هاي فرار نظير كارون ، ليمونن گليكوزيد ، تلخ لاكتوكوپيكرين و آلكالوييد پروتوپين ، هيسپريدين و كورستين .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مكانيسم اثر اين دارو تا كنون شناخته نشده است آزمايشات باليني انجام شده اثرات پائين آروندگي چربي خون اين فراورده را تاييد نموده است .
تركيبات موجود در آنتوم موجب افزايش ترشحات صفرا شده بريا كورستين و لاكتوكوپيكرين موجود در اين فراورده نيز اثر مهار كنندگي آنزيمهاي ليپوژناز گزارش شده است . آزمايشات در آزمايشگاه نشان داده است كه عصاره شاهتره مانع تشكيل سنگهاي صفراوي مي گردد .
مقدارمصرف :
قرص : روزي 3 بار ، هر بار 3-2 قرص با آب يا آّ ب ميوه ميل شود .
گرانول روزي 2 تا 3 بار ، هر بار يك قاشق مرباخوري از گرانول را در يك ليوان آب جوش ريخته و پس از 10 دققيه ميل نماييد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
ايمني رد مصرف اين فراورده در زنان باردار وشيرده به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار بايد سنجيده شود .

آلتيب ALTIB

اشكال دارويي :
پودر در بسته هاي 40 گرمي
موارد مصرف :
آلتيب در درمان اضطراب ، بي خوابي و سردردهاي با منشاء عصبي بكار مي رود
اجزاء فرآورده :
پودر مخلوط گياهي آلتيب از مجموعه اي از گياهان زير تشكيل شده است :
1- ريزوم و ريشه سنبل الطيب Valeriana officinalis %32
2-برگ بادرنجبويه Melissa officinalis %17
3- سرشاخه هاي گلدار گاو زبان Borage officinalis %17
4-گلهاي بابونه Matrivaria chamomoilla %17
5- برگ اسطوخودوس Lavandula stoechas %17
مواد موثره :
كامازولن والرينيك اسيد ، والپوتريات ها ، لينالیل استات ، سيترال و سيترونلال
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
اين فرآورده به عنوان داروي مضعف سيستم عصبي مركزي (CNS ) عمل مي كند ولي مكانيسم دققي آن بطور كامل شناخته نشده است .
مطالعات بيو شيميايي نشان داده است كه والرينيك اسيد موجود در گياه سنبل الطيب احتمالا باعث وقفه رد سيستم آنزيمي مسئول كاتاوليسم گابا مي شود . افزايش غلظت گابا (GABA ) موجب كاهش فعاليت سيستم عصبي مركزي (CNS ) و بروز اثر آرامبخش والرينيك اسيد مي گردد .
طبق بررسي هاي انجام شده عصاره هيدروليكي بادرنجبويه داراي اثر آرامبخش روي سيستم اعصاب مركزي (CNS) ( در موش ) مي شود .
تداخل دارويي :
مصرف اين دارو مي تواند موجب تشديد اثر ساير داروهاي آرام بخش گردد
مقدارمصرف :
روزي 2 بار هر بار 2-1 قاشق مربا خوري از پودر آلتيب را در يك ليوان آب جوش به مدت 15 دققيه دم كرده و پس از صاف كردن ميل شود .
موارد احتياط :
مصرف مقادير زياد اين فراورده ممكن است ايجاد خواب آلودگي كند

بنابراين هنگام رانندگي يا كار با ابزاري كه به هوشياري كامل نياز دارد احتياط شود .

عوارض جانبي :

به دليل وجود بابونه در اين فرآورده امكان بروز واكنشهاي آلرژيك (درماتيت ، آنافيلاكسي ) در افراد حساس به اين گياه وجود دارد .

مصرف در حاملگي وشيردهي :

ايمني مصرف اين فرآورده در دوران بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود .

# آلتادين ALTHADIN

اشكال دارويي :
قرص مكيدني 700 ميلي گرمي
موارد مصرف :
آلتادين در درمان التهاب و تحريك مخاط گلو بكار مي رود همچنين به عنوان خلط آور در سرفه هاي تحريكي ناشي از افزايش ترشحات مجاري تنفسي فوقاني استفاده مي شود.
اجزاء فرآورده :
قرص آلتادين حاوي 220 ميلي گرم پودر گل ختمي ، 150 ميلي گرم عصاره تام شيرين بيان و 2 ميلي گرم اسانس نعناع مي باشد .
مواد ويژه :
موسيلاژ ( گالاكتورونيك ، گلوكورنيك اسيد ، رامنوز ... ) پكتين ، آسپاراژين ، لسيتين ، منتول ، فلاونوييدها و گليسيريزين .
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
آلتادين با داشتن موسيلاژ و ساير مواد موثر داراي خاصيت نرم كننده و كاهش دهنده تحر يكات و التهابات خفيف در مخاط دهان و گلو مي باشد . احتمالا اين اثر با ايجاد يك غشا و مانع فيزيكي براي جلوگيري از گسترش تحريكات ظاهر مي شود .
مقدار مصرف :
طبق دستور پزشك و يا هر 2 تا 3 ساعت يك قرص مكيده شود .
مصرف در حاملگي و شيردهي :
ايمني مصرف آلتادين در دوران بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است با اين وجود منافع آن در برابر مضار آن بايد سنجيده شود .

آليكوم ALICOM

اشكال دارويي :
قرص روكشدار 260 ميلي گرمي
موارد مصرف :
آليكوم در زيادي فشار خون ، چربي خون ، تصلب شرائين و پيشگيري از ترومبوز بكار مي رود .
اجزاء فرآورده :
قرص آليكوم حاوي 100 ميلي گرم پودر سير ( Allium sativum ) مي باشد .
مواد موثره :
تيو آلليل ها و شمتقات آنها نظير آليئين آليسين آجوئين دي آلليل دي سولفايد و دي آلليل تري سولفايد
آثار فارماكولوژيك و مكانيسم اثر :
مطالعات نشان داده است كه سير با اثر مستقيم روي عضلات صاف ديواره عروق باعث وازوديلاتاسيون عروق محيطي مي گردد به نظر مي رسد اين دارو با باز نمون كانالهاي پتاسيم موجب هيپر پلاريزه سيون پتانسيل غشا و وازوديلاتاسيون عروق مي گردد .
همچنين مطالعات در آزمايشگاه كه با عصاره آبي ، عصاره الكلي و با پودر سير انجام پذيرفته نشان داده است كه سير ازطريق فعال كردن نيتريك اكساييد سنتتاز باعث افزايش توليد نيتريك اكساييد و در نتيجه پائين آمدن فشار خون مي گردد اين نتايج توسط آزمايشات در انسان نيز تاييد گرديده است .
از سير در كاهش كلسترول و تري گليسيرد احتمالا از طريق مهار آنزيم هاي كليدي سنتز كلسترول و اسيد هاي جرب مانند هيدروكسي متيل گلوتاريل كوآنزيم A و استيل كوآكربوكسيلاز ظاهر مي شود .
سير با افزايش فعاليت فيبرينو ليتيكي افزايش انعقاد و وقفه و تجمع پلاكتي از ايجاد لخته جلوگيري مي كند .
تداخل دارويي :
در بيماراني كه تحت درمان با استيل ساليسيليك اسيد و يا ساير داروهاي ضد انعقاد و داروهاي پايين آورنده قند خون مي باشند با احتياط مصرف شود .
مقدارمصرف :
روزي 3 بار ، هر بار 2-1 قرص بعد از غذا ميل شود .
موارد احتياط :

مصرف زياد سير ممكن است باعث خونريزي پس از جراحي گردد .
عوارض جانبي :
با مقدار مصرف پيشنهاد شده عوارضي مشاهده نشده است ولي مصرف مقادير زياد آن و يا در صورت خالي بودن معده ممكن است اختلالات گوارشي نظير سوزش معده ، تهوع استفراغ و اسهال ايجاد نمايد . همچنين در افراد حساس واكنش هاي آلرژيك مانند درماتيت تماسي و حملات آسم با مصرف سير گزارش شده است .
موارد منع مصرف :
اين فرآورده در افراد حساس به سير و افراد ميتلا به زخمهاي حاد دستگاه گوارش ممنوعيت مصرف دارد .
مصرف در حاملگي وشيردهي :
مطالعات در آزمايشگاه نشان داده است كه سير موجب انقباضات رحمي مي گردد و ايمني مصرف آن در دوران بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است لذا توصيه مي شود در اين دوران مصرف نگردد .

مرجع كامل گياهان دارويي

آلو (اجاص)

طريقه مصرف:
خوردني بهتر است صبح ناشتا باشد
توضيحات:
آلوي تازه حرارت را خاموش ميكند و صفرا را فرو مي نشاند و خشكش خون را آرام ميكند و دردهاي بدن را بيرون ميكشد همچنين ضماد برگش با سركه كرمها را در شكم ميكشد - اگر خودش را بخورند ناشتا خون را تصفيه ميكند
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

## چاي كوهي

طريقه مصرف:
به صورت دم كرده و در گاهي از اوقات براي مرحم زخمها به كار ميرود.
توضيحات:
چاي كوهي St.johns Wort
نام علمي Hypericum perfratum
گياه شناسي
چاي كوهي بمقدر زياد در آمريكا و اروپا پرورش مي يابد و معمولا بصورت خودرو در ميان مزارع گندم و ذرت يافت مي شود . چاي كوهي در اروپاو آمريكا بنام سنت جونز شهرت دارد و مدتي است كه بسيار معروف شده است .
جالب است بدانيد كه روغن چاي كوهي براي مدت سه قرن در انگلستان تنها داروي زخم ها بوده است .
چاي كوهي در ايران در دامنه كوههاي البرز كرج چالوس و مازندران و نقاط غرب ايران به حد زياد مي رويد .
در اروپا نانوائيها اين گياه را خوب مي شناسند زيرا كمي از آنرا به در اضافه مي كنند كه نان را بهتر و خوش طعم تر مي كند .
گلهاي چاي كوهي برنگ سفيد يا زرد مي باشند كه در بالاي ساقه بصورت مجتمع بچشم مي خورد . اين گلها كمي معطر و داراي بوي مخصوصي مي باشد . ميوه چاي كوهي بشكل كپسول است .
خواص داروئي:
از نظر طب قديم ايران اين گياه گرم و خشك است . ماده قرمز رنگي كه در برگهاي چاي كوهي وجود دارد وبا فشار دادن برگها از آن استخراج مي شود براي التيام زخم ها و درمان سوختگي ها بكار مي رود .
براي تهيه جوشانده و يا دم كرده اين گياه بايد حدود يك قاشق چايخوري برگ و گل خشك گياه را در دو فنجان آب جوش ريخته و آنرا آنقدر بجوشانيد تا يك فنجان باقي بماند سپس آنرا مصرف كنيد .
بطور خلاصه مي توان به مورد زير اشاره كرد :
1)ضد كرم معده و روده مي باشد.
2)ادرار آور وقاعده آور است .
3)گرفتگي صدا را باز مي كند و خلط آور است.
4)براي درمان مرض كزاز بكار مي رود.
5)اگر برگ آنرا بصورت پودر داروريد و روي زخم هاي عميق و متعفن بپاشيد اين نوع زخم ها را خوب مي كند.

6)درمان كننده اسهال و اسهال خوني است .
7)براي درد دنبالچه بهترين دارو است .
8)اگر مشكوك به خونريزي مغزي هستيد و يا احتمال خونريزي مغزي وجود دارد حتما از اين دارو استفاده كنيد .
9)ضعف جنسي را درمان مي كند.
10)درمان كننده بيماري مننژيت است .
11)براي درمان فلج بكار مي رود .
12)سياه سرفه را از بين مي برد.
13)درد پشت و گردن و خشكي گردن را درمان مي كند .
14)براي كم خوني مفيد است .
15)چاي كوهي اشتها را باز مي كند بنابراين مي توان آنرا به بچه ها و افراد مسن كه اشتها ندارند داد.
16)ضد افسردگي مي باشد .
17)درمان كننده بيخوابي است .
18)در درمان سرمخوردگي معجزه مي كند .
19)براي درمان تب و اثر نيش سمي حشرات بكار ميرود.
و بالاخره با تحقيقات جديدي كه دانشمندان روي اين گياه معجزه آسا انجام داده اند و دريافته اند دريافته اند كه چاي كوهي مي تواند ويروسها را از بين ببرد و حتي روي ويروس بيماري AIDS نيز اثر درد .مدتي است كه بيماران مبتلا به ايدز ازاين گياه استفاده ميكنند كه سيستم دفاعي بدن آنها را تقويت كرده وبيماري را تخفيف مي دهد .
دانشمندان مدتي است كه روي اثر چاي كوهي بر ريو سرطان خون تحقيقات دامنه دري راشروع كرده اند و به نتايج درخشاني دست يافته اند .
همانطوريكه قبل گفته شد اين دارو اثر بسيار خوبي بر روي افسردگي درد البته اگر سه متوالي از اين دارو استفاده شود حالات افسردگي را از بين برده بيخوابي را مداوا مي كند و بيماران اعتماد بنفس خود را باز مي يابند .
مرجع: كتب طب سنتي

باد روج (تره خراساني)

طريقه مصرف:
در اول غذا و آخر غذا شايسته است مصرف شود
توضيحات:
باد گلو، بوي دهان را خوشبو ميكند و اگر غذا را با آن شروع كنند اشتها آور و اگر با آن تمام كنند گوارا است درد را بيرون ميكشد سل را بهبود ميبخشد و همينكه در جوف (شكم ) انسان جا گرفت تمام دردها را فرو مينشاند اما سبب ز
ياد شدن كرمها ميشود
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

خربزه (بطيخ)

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
خربزه داراي مقدار زيادي ويتامين A,C و سلولز است. به طوركلي خانواده خربزه شامل انواع گرمك و طالبي نيز مي شود كه البته اين دو نوع كم آب تر از خربزه هستند. و بهترين نوع آنها شيرين ترين و كم تفاله ترين آنهاست به طوري كه به راحتي در دهان آب شوند. طالبي شيرين براي اغلب بيماري ها تجويز و خوردن آن به هضم غذا كمك مي كند و گرمك براي يرقان و يبوست مفيد است.
خواص خربزه ـ رفع كننده يبوست و كمك كننده به هضم غذا، افزاينده ادرار و دفع كننده كم خوني و سنگ مثانه و توليدكننده عرق در بدن.
تقويت كننده مثانه و دفع كننده زخمهاي داخلي براي درمان كك و مك و لكهاي صورت، گوشت خربزه را له كنيد و روي صورت بماليد.
برعكس آنچه كه در ايران مرسوم است و خربزه را با غذا يا بعد از غذا به عنوان دسر مي خورند، بهتر است با فاصله زيادي قبل از غذا آن را خورد.
خوردن خربزه كال در كساني كه معده اي ضعيف دارند ممكن است توليد اسهال كند و خلط را افزايش دهد. اين ميوه براي سينه درد و سرماخوردگي بسيار مضر است و باعث تب هاي صفراوي مي شود. زياد خوردن آن هم توليد گرمي مي كند.
خوردن خربزه به همراه عسل خطرناك و مضر است. افراط در خوردن خربزه توليد ورم روده مي كند.
خواص خربزه از نظر احاديث :
در آن درد و ناراحتي نيست طعام، نوشابه، ميوه، گياه خوشبو ، اشنان ، خوشبو كننده و نان خورشت است.
بر باه مي افزايد مثانه را ميشويد در روايتي وارد شده خربزه سنگ مثانه را ذوب ميكند.
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

بنفشه

طريقه مصرف:
ضماد كردني ، خوردني
توضيحات:
طبيعت را معتدل ميكند و روغنش بهترين روغنهاست سردرد و چشم درد را آرام ميكند در تابستان سرد و در زمستان گرم است براي شيعه نرم و براي دشمنان خشك است مغز را سنگين ميكند و كشيدنش در بيني گرمي تب را ميكشد و چرب كردن ابرو ها با آن سردرد را از بين ميبرد
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

تخم مرغ (بيض)

طريقه مصرف:
خوراكي ميباشد و مصارف ديگري هم دارد كه در ذيل به آن اشاره خواهد شد.
توضيحات:
اسيد پانتوتينك در آن زياد بوده و خوردن آن مانع ريزش مو و داراي هورمونهاي جنسي و هرموني شبيه انسولين بوده و خوردن آن براي مبتلايان به مرض قند خوب است .
سينه را نرم كرده و از سرفه هاي خشك جلوگيري مي كند.
مانع از خونريزي از سينه معده مي شود .
براي كسانيكه كه خون زيادي از آنها رفته و دچار ضعف شده پخته تخم مرغ با سركه شكم را جمع مي كند و براي معده مفيد است .
ماليدن زرده و سفيده بر صورت جهت در آمدن ريش و بر سر جهت تقويت مو مخصوصاً موهاي خشك سودمند مي باشد.
سفيده تخم مرغ غذاييت زيادي داشته كمي دير هضم است و خوردن آن با آرد جو براي جلوگيري از خونريزي معده و سينه مفيد است .
ماليدن تخم مرغ مانع آفتابزدگي مي شود .
پوست سخت آن را اگر كوبيده بر روي زخم بپاشيد آنرا ضد عفوني مي كند و اگر در سوراخ بيني بريزيد خون دماغ را بند مي آورد .
براي شناسايي تازگي و كهنگي تخم مرغ كافي است يك محلول دوازده درصد آب نمك را در يك ليوان ريخته و آن را در آن بيندازيد اگر در ته ليوان عمودي ايستاد تخم مرغ روز بوده و تازه است اگر وسط محلول معلق ماند دوسه روز از عمر آن مي گذرد و اگر بالا آمد بيش از چهار روز از عمر آن مي گذرد و اگر روي محلول افقي افتاد بسيار كهنه و فاسد است
سيتن كلسترول و تري گليسريد را كاهش مي دهد .
سنگ كيسه صفرا را كوچك مي كند و در برخي موارد حل و حذف مي كند.
براي ترميم حافظه و كاهش فراموشي در اشخاص سالخورده و حتي در جوانان كمك مي كند .
براي درمان تصلب شرايين حتي در مراحل پيشرفته بسيار مقدي است.
انرژي صدري را آرام مي كند و در برخي موارد كاملاً درمان مي نمايد .
خونريزيهاي مفرط را كاهش مي دهد .
براي كم خوني و ضعف عضلاني اثر شفابخش دارد .
در بيماري M.S اثر مفيدي نشان داده است .

در ناراحتي هاي مربوط به داء الرقرص و ناراحتي (Syndrome Gilles de tourette) آثار مثبت نشان داده است .
براي اختلالات عصبي مغز و در مورد اختلالات اعصاب كنترل و اعصاب محيطي مفيد است .
لسيتين در روغن سويا – زرده تخم مرغ بميزان قابل استخراج وجود دارد . ارزشمند ترين خاصيت لسيتين توانايي آن براي كاهش جزء مضر كلسترول همين LDL است زيرا كلسترول تنها با بودن در مجاورت لسيتين و اسيد لينولئيك در خون حل مي شود . به ا صطلاح فني لسيتين در خون مانند يك امولسي فاير عمل مي كند موجب مي شود كه مولكولهاي درشت چربي شكسته و به مولكولهاي خيلي ريز تبديل شود و به آساني از داخل رگها عبور كند و رسوب ننمايد . لسيتين يك ماده روغني از فسفر است و فسفر از نظر توانايي كه براي كاهش جزء بد كلسترول LDL دارد مورد توجه خاص است . لسيتن به ترميم ضعف حافظه وهمچنين براي ضعف شدت يادگيري و قواي فكري در اشخاص سالخورده و رقيق كردن و به جريان انداختن كلسترول در رگها كمك مي كند.
خواص تخم مرغ از نظر احاديث :
زياد خوردن آن سبب زيادي فرزند است بخصوص اگر با آن پياز بخورند و در هنگام خوردن استغفار كنند سبك است احتياج زياد به خوردن گوشت را كم ميكند و درد سرهاي گوشت را ندارد و همراه با گوشت نسل انسان را زياد ميكند زرده اش سبك و سفيدهاش سنگين است.
مرجع: كتب طب سنتي

تربت امام حسين(ع)

طريقه مصرف:
بايد همراه انسان باشد خوردني به مقدار خيلي خيلي كم محلول در اب و خوردن هر خاكي حرام است و موجب مرگ مگر تربت امام حسين (ع) كه در آن شفاست
توضيحات:
شفاي از هر درد است و ايمن از هر ترس از داروهاي مفرد است و تربت سرخي كه در نزد سر ابي عبدالله است شفاي هر دردي است مگر مرگ و هيچكس از آن نمي خورد مگر اينكه ميبيند كه خدا به وسيله آن سودي به او رسانده و دارويي بزرگ براي هر بيماري است كه به نيت آن خورده شود . دعايي دارد و اگر آن دعا را نخوانند سودي از آن نميبرند آنرا پيش از هر چيز به كار ببر و آن را برچشم بگذار و بگو : اللهم اني اسالك بحق الملك الذي قبضها و اسالك بحق النبي الذي خزنها و اسالك بحق الوصي الذي حل فيها ان تصلي علي محمد و آل محمد و ان تجعلها لي شفعا من كل داء و امانا من كل خوف و حفظا من كل سوء وچون اينها را گفتي آنرا در چيزي بپيچ و سوره قدر (انا انزلنا) بر آن بخوان و اين بر حكم مهري است كه به آن بزنند و اگر در ظرفي كه در آن است چيزي به آن مخلوط گردد و يا اينكه كسيكه از آن ميخورد به شفايي كه خدا در آن قرار داده يقين نداشته باشد بي اثر ميگردد
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

خرما (تمر)

طريقه مصرف:
به صورت رسيده و خام خورده ميشود و دانه و ديگر قسمتهاي آن هم مصارفي دارند كه در ذيل به آن اشاره خواهيم كرد :
توضيحات:
خرما Date
نام علمي Phoenix dactylitera
گياه شناسي
خرما ميوه اي بسيار قديمي است. اين ميوه پرخاصيت براي مردم كشورهاي اروپايي و آمريكايي تا حدي ناآشنا است و آنرا فقط در كيك و شيريني مصرف مي كنند ولي در خاورميانه و مخصوصا در كشورهاي عربي بعنوان يك غذاي اصلي بكار مي رود .
خواص داروئي:
درخت خرما خواص بيشماري دارد و مي توان گفت كه از تمام قسمتهاي اين درخت مي توان استفاده كرد و يك ضرب المثل عربي مي گويد كه خواص درخت خرما باندازه روزهاي سال است.
از برگ و شاخه درخت خرما سبد و فرش تهيه مي كنند . از هسته آن نان و از ميوه خرما عسل. همانطور كه مي دانيم خرما تنها ميوه ايست كه در صحرا وجود دارد و طبيعت اين درخت را به مردم صحرا داده است كه تمام احتياجات خود را از آن رفع مي كنند .
مردم صحرا هسته درخت خرما را در كرده و از آن نان مي پزند يا در اين هسته را بو داده و از آن بعنوان قهوه استفاده مي كنند زيرا دم كرده آن بسيار مطبوع است و يا حتي اين در را در آب براي چند روز خيس كرده و بعنوان غذاي مقوي به شترهاي خود مي دهند و معتقدند كه اين غذا از گندم و جو مقوي تر است .
اعراب از قديم اعتقاد داشتند كه خرما انرژي خورشيد را گرفته و در خود ذخيره مي كنند و اين انرژي با خوردن خرما به بدن آنها منتقل مي شود .
اعراب از خرماي كال نيز استفاده مي كنند و معتقدند كه اثرات درماني بسياري دارد من جمله خرماي سبز تقويت كننده اعمال جنسي و انرژي زا ميباشد . حتي هسته خرماي سبز را نيز در كرده و پمادي از آن تهيه مي كنند كه براي زخمهاي آلات تناسلي بكار ميرود .
اثر ديگر معجزه آساي هسته خرما از بين بردن تورم پلك هاي چشم است براي اين منظور پمادي از در هسته خرما درست كرده و آنرا روي چشم مي گذارند اين پماد براي رشد مژه هاي چشم نيز بهترين دارو است .

زندگي پرمشغله و ناراحتي هاي رواني كه ميل جنسي را در بعضي از اشخاص از بين مي برد بهترين علاجش خوردن مداوم خرما است كه ميل جنسي را باين اشخاص باز مي گرداند . در زمانهاي قديم همواره خرما را براي قدرت و انرژي بكار مي برده اند و هنوز بهترين ميوه براي بازيافتن انرژي و قدرت جواني است .
گلهاي درخت خرما نيز خاصيت دارويي دارند . طعم گلهاي درخت خرما تلخ است و اثر مسهلي دارد .
خرما از نظر احاديث :
ناشتا خوردن آن كرمها را در شكم ميكشد و در هنگام تب بايد از آن پرهيز كرد خوردن خرماي نارس ناشتا و نوشيدن آب پس از آن بدن را فربه و اگر آب ننوشند لاغر ميكند و در آن شفاي دردهاست.
مرجع: كتب طب سنتي

بابا آدم

طريقه مصرف:
ريشه، تخم و برگ آن مصرف ميشود
توضيحات:
بابا آدم Burdock
نام علمي Arctium lappa
بابا آدم كه فيل گوش و آراقيطون نيز ناميده مي شود گياهي است علفي و دوساله كه ارتفاع ساقه آن تا 1/5 متر مي رسد . اين گياه بحالت وحشي در دشت ها و نواحي معتدل و مرطوب و سايه در اروپا و آسيا مي روید . ساقه آن كه شبيه پوست مار است پوشيده از كركهاي خشن و زبر مي باشد . برگهاي آن بسيار بزرگ و پهن بحالت افتاده بر روي ساقه قرار درد .
رنگ برگها در قسمت چسبيده به ساقه سبز كم رنگ و هر چه بطرف انتهاي برگ نزديك تر مي شويم تيره تر مي شود .
ريشه گياه دراز دوكي شكل و مانند هويج بضخامت انگشت دست بوده وداراي مقدر زيادي كربنات پتاسيم و نيترات پتاسيم است . پوست ريشه بابا آدم قهوه لي ، مغز آن سفيد و طعم آن كمي شيرين است ولي بوي تهوع آوري درد .
ميوه آن پس از رسيدن بصورت فندقه اي با 3 يا 4 سطح و برنگ زرد حنايي ظاهر مي شود .
در انتهاي ميوه تارهاي زرد رنگي وجود دارد كه در موقع عبور گوسفندان و جانوران به پشم هاي آنها مي چسبد و موجب پخش تخم اين گياه به مناطق ديگر مي شود .
بابا آدم در بعضي از نقاط ايران بحالت وحشي مي روید . از ريشه اين گياه استفاده طبي بعمل مي آيد پس از خارج كردن ريشه بابا آدم از خاك آنرا بخوبي شسته و به قطعات كوچك سه سانتيمتري تقسيم كرده و در اثر حرارت خورشيد يا در كوره هاي مخصوصي خشك مي كنند .
خواص داروئي:
از نظر طب قديم ايران ريشه بابا آدم سرد و خشك است .
1) بهترين تصفيه كننده خون است و خون را تميز كرده و سموم را از بدن خارج مي كند .
2)جوشهاي صورت و كورك را برطرف مي كند .
3)ادرار آور و معرق است .
4)سيستم لنف بدن را تميز مي كند .

5)بيماريهاي پوستي نظير اگزما ، گل مژه و زخم ها را برطرف مي كند .
6)تورم را از بين ميبرد .
7) تقويت كننده بدن است .
8)جوشانده برگهاي بابا آدم را در معالجه سرگيجه و رماتيسم بكار مي برند .
9)براي تنظيم قند خون و معالجه بيماري قند از جوشانده برگهاي بابا آدم بمقدر سه فنجان در روز استفاده كنيد
10)براي معالجه سرخك ، برگهاي بابا آدم را با كمي شكر بجوشانيد و به مريض بدهيد .
11)جوشانده تخم بابا آدم ضد عفوني كننده است .
12)تخم بابا آدم ضد كرم معده و روده است .
13)در ناراحتي هاي ريوي و گلو درد از جوشانده تخم بابا آدم استفاده كنيد .
14)در معالجه ذات الريه بكار مي رود .
15)ريشه بابا آدم در برطرف كردن سرماخوردگي موثر است .
16)تب حاصل از بيماري مخملك را برطرف مي كند.
17)در معالجه يبوست موثر است .
18)بعنوان ضد سم در هنگام نيش زدن جانوران سمي استفاده مي شود.
19) براي معالجه كچلي برگ بابا آدم را دم كرده و روي پوست سر بماليد .
20)براي معالجه زخم ها و التيام جراحات ، جوشانده برگ بابا آدم را با مقدر مساوي روغن زيتون مخلوط كرده و روي زخم ها و جراحات بماليد .
21) ريشه بابا آدم علاج كم خوني و رنگ پريدگي است زيرا داراي مقدر زيادي آهن است .
22)براي معالجه رماتيسم و آرتروز مفيد است .
23) نقرس را برطرف مي كند .
24)در معالجه بيماريهاي عفوني موثر است .
25)درد سياتيك را آرام مي كند .
26)در برطرف كردن كمر درد موثر است .
27)آب آوردن بدن را درمان مي كند .
28) هضم غذا را تسريع مي كند .
29)ورم كليه را دفع مي كند .
30)آنهائيكه ميل زيادي بخوردن شيريني و شكر دارند اگر صبح ناشتا از دم كرده اين گياه بنوشيد بزودي اين عادت رفع خواهد شد .
31)براي ترك قهوه مفيد است.
32)كهير را برطرف مي كند.
33)ريشه بابا آدم را له كرده و يا بجوشانيد و آنرا روي كورك و يا اگزما

بماليد تا آنرا برطرف كند .
34) براي جلوگيري از ريزش مو و تقويت آن جوشانده غليظ ريشه بابا آدم را به سر ماليد .
35)براي برطرف كردن سوزش و درد گزيدگي زنبور با حشرات برگ بابا آدم را له كرده و به محل گزيدگي بماليد .
مرجع: كتب طب سنتي

پنير (جبن)

طريقه مصرف:
خوردني
توضيحات:
بامداد زيان آور و در شب سودمند است ، آب پشت ( مني ) را زياد ميكند و دهان را خوشمزه و خوشبو ميكند روايت شده كه زيان آن در پوسته روي آن است و اصلاح كننده آن گردو است و اگر اين دو با هم باشند در هر دو اينها شفا است و اگر جدا باشند هر يك از آنها دردي ميآورد فراموشي مي آورد
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

شاهي (جرجير - ترتيزك)

طريقه مصرف:
خوردني
توضيحات:
كسيكه پس از شام آنرا بخورد از جذام بر او بايد ترسيد. سبزي بني اميه ( لعنة الله )است
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

# گوجه فرنگي

طريقه مصرف:
به شيوه هاي مختلف در غذا مصرف ميشود
توضيحات:
گوجه فرنگي Tomato
نام علمي Lycopersicum esculentum
كليات گياه شناسي
گوجه فرنگي از هزاران سال پيش وجود داشته است ولي البته باندازه يك گيلاس بوده است و كم كم در اثر پرورش درشت تر شده است .
وطن اصلي اين گياه از آمريكاي جنوبي است . درقرن شانزدهم در كشور پرو به مقدر زياد كشت مي شده است . در قرن هفدهم گوجه فرنگي به انگلستان و هلند راه يافت و چون بسيار گران بود فقط مردم ثروتمند مي توانستند از آن استفاده كنند و بنام سيب عشق معروف شد .
گوجه فرنگي در حال حاضر در تمام مناطق دنيا كشت مي شود و تقريبا در تمام فصول سال وجود دارد گوجه فرنگي انواع مختلف دارد و در حدود شانزده نوع آن در بازار بفروش مي رسد .
يك نوع آن گوجه فرنگي سفيد است كه داراي اسيد نمي باشد
گوجه فرنگي را بايد هنگاميكه كاملا رسيده است از بوته چيد و مصرف كرد زيرا گوجه فرنگي نارس و سبز است و براي بدن مخصوصا كليه ها مضر است البته در كشورهاي صنعتي گوجه فرنگي را كال مي چينند تا هنگاميكه به مقصد مي رسد و يا در انبار مي رسد و قرمز مي شود . اگر گوجه فرنگي كاملا قرمز باشد ولي هنگاميكه آنرا باز مي كنند تخم آن سبز باشد نشانه اين است كه گوجه فرنگي را كال چيده اند و بعدا رسيده است .
گوجه فرنگي گياهي است يكساله داراي شاخه هاي زياد كه ارتفاع آن تا حدود يك متر مي رسد
گلهاي آن زرد رنگ است كه از كنار شاخه ها و يا ساقه آن بيرون مي آيد .
مويه آن گرد و يا تخم مرغي و برنگ زرد و يا قرمز ديده مي شود .
خواص داروئي:
گوجه فرنگي گر چه داراي اسيد سيتريك است اما بدن را قليايي مي كند
1)گوجه فرنگي درجه قليايي بودن خون را بالا برده و به دفع مواد سمي خون كمك مي كند بطور كلي تصفيه كننده خون است
2)به دفع سايد اوريك كمك مي كند
3)گوجه فرنگي ملين است
4)براي درمان ورم ملتحمه چشم مفيد است

5)سنگ كليه را دفع مي كند
6)آقايان با خوردن مرتب گوجه فرنگي مي توانند خود را در مقابل سرطان پروستات بيمه كنند
7)گوجه فرنگي از ورم آپانديس جلوگيري مي كند
8)براي رفع دندان درد ، ريشه و شاخه برگهاي گوجه فرنگي را با آب بجوشانيد و اين جوشانده را مضمضه كنيد .
9)از جوشانده برگ گوجه فرنگي براي دفع شته و حشرات مي توانيد استفاده كنيد . بدين منظور بايد يك كيلو گرم برگ تازه گوجه فرنگي را در يك ليتر سركه خيس كرده و در داخل ظرفي كه 2 ليتر آب جوش دارد بريزيد و ظرف را روي چراغ قرار داده وبمدت 15 دقيقه بجوشانيد ظرف را از روي چراغ برداشته بگذاريد تا مدت دو روز بماند و گاهگاهي آنرا هم بزنديد سپس آنرا با فشار صاف كنيد
10)گوجه فرنگي براي مبتلايان به نقرس و رماتيسم مفيد است
11)گوجه فرنگي ورم مفاصل را برطرف مي كند
12)از تصلب شرائين جلوگيري مي كند و حتي مصرف آن براي اين مرض مفيد است
13)اوره خون را پائين مي آورد
14)ورم مخاط روده را رفع مي كند
15)براي تميز كردن خون بايد ازآب گوجه فرنگي و كرفس به نسبت مساوي و بمقدر سه فنجان در روز قبل از غذا و بمدت سه هفته استفاده كنيد .
16)براي تميز كردن لكه جوهر بر روي لباس يك تكه پنبه را در داخل آب گوجه فرنگي برده و لكه جوهر را با آن مالش دهيد و سپس آنرا بشوئيد
17)اگر پوست شما كك و مك درد هر روز آنرا با آب گوجه فرنگي تميز كنيد كم كم كك و مك ها را از بين مي برد
مرجع: كتب طب سنتي

# سیاه دانه (حبه السودا)

طريقه مصرف:
به صورت خام همراه با نان و غذا و عسل و روغن آن براي ضماد و چرب كردن مفيد است
توضيحات:
گياه شناسي :
سياه دانه، شونيز بياباني، سياه تخمه گندم، حبه سودا، گيل نيك، علف چنگ، سياه دانه گندم، اركل چمن اوتي
نام انگليسي: Corncockle - Common corncokle – wild sawager – bastard nigella
نام علمي: Agrostemma githago
خانواده: Caryophyllaceae
سياه دانه حاوي 30 تا40 درصد ماده روغني و 0.5 تا يك ونيم درصد اسانس با بوي نامطبوع و قندهاي مختلف ، مواد صنعتي و ساپونوئيدي است.
سياه دانه گرم و گياه سياه دانه علاوه برخواص درماني در بيماريهاي گوارشي ،تنفسي و كليوي داراي خواص ضد تشنجي است.
گياه سياه دانه به دل گياه سياه دانه به دليل داشتن ماده اي موسوم به تيمو كيتون در دانه هاي خود داراي اثر خود داراي اثرات ضدتشنجي است .نتايج آزمايشهاي مختلف به عمل آمده نشان داد كه گياه سياه دانه مي تواند موجب تاخير در زمان شروع تشنج و كاهش مدت تشنج شود.
همچنين از دانه هاي آن، اثر ضدتوموري و ضدباكتري نيز مشاهده شده و ممكن است اثر ضدنفخي آن مربوط به داشتن اثر ضدباكتريايي باشد.
بيماري نفخ ، بسيار شايع است بيشتر مردم جامعه به دليل بي توجهي و رعايت نكردن رژيم غذايي مناسب و زياده روي در غذا دچار آن مي شوند.
از اسانس سياه دانه، ماده اي به نام نيژلون استخراج مي شود دانه اين گياه اثر قاعده آور، ضد كرم ، مسهل و زياد كننده ترشحات شير دارد از دانه هاي آن براي مصارف مذكور و دفع گازهاي معده و بيماري هاي نزله اي دستگاه تنفسي استفاده مي شود
خواص سياه دانه از نظر احاديث :
از حضرت رضا (عليه السلام) نقل شده است كه :
سياه دانه شفاي از هر دردي است به جز مرگ. بخصوص براي قرقرهاي شكم ( صداي شكم ) و درد شكم و خصوصا اگر با عسل خورده شود سودمند است و روايت شده كه براي تب يك روز درميان و تب غالبه سه

قاشق عسل و سیاه دانه بخوریدزیرا این دو نه به حرارت مایلند نه به برودت و نه به تبعها( صفرا ، سوداء ، بلغم و خون ) و شفاي این دو در آنهاست

مرجع: کتب شیعه و اسلامي

سپنج (حرمل)

طريقه مصرف:
دود كردن و خوردن
توضيحات:
شفاي هفتاد درد است كه كمترين آن جذام است و شيطان رو ميآورد به هفتاد خانه به جز خانه اي كه اسپند در آن است و به هر برگ و دانه اش فرشته اي موكل است اما در ريشه و شاخه هايش بدي نهفته است و در شاخه هايش شفاي هفتاد و دو درد پس با آن و كندر خود را درمان كن
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

شنبليله (حلبه)

طريقه مصرف:
خوردن خود شنبليله و دانه آن
توضيحات:
براي بادي كه در شكم در گرفته و نيز براي گوشت آوردن و چيزهاي سردي كه در بندها است مفيد ميباشد
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

حنا

طريقه مصرف:
با آب خمير كرده بر سر و پوست بدن ميگذارند و بعد از مدتي ميشويند
توضيحات:
براي لكه هاي سفيد پوست و بهق ( لك و پيسي ) همانطور كه خواهد آمد همراه با نوره مفيد است، خضاب با حنا چشم را پر نور ميكند مو را مي روياند بو را خوش مينمايد و زوجه را آرام مينمايد و قوه باه ( نرديكي ) را زياد ميكند
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

هندوانه ابوجهل(حنظل)

طريقه مصرف:
روغن و ميوه آن مصرف خوراكي دارد اما بسيار تلخ ميباشند.
توضيحات:
روغنش براي كرم خوردگي دندان مفيد است وهمراه با سركه براي درد دهان و خوني كه از دندان ميآيد و ضربان و قرمزي دهان سودمند است.
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

خس

طريقه مصرف:
خوراكي است
توضيحات:
خون را صاف ميكند
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

# سرکه

طریقه مصرف:
همراه غذا و بعد از غذا خورده شود شایسته است
توضیحات:
صفرا شکن است قلب را زنده و عقل را محکم میکند شهوت زنا را قطع میکند و حیوانات شکم را میکشد سرکه اي که از شراب بدست آمده باشد لثه را محکم میکند و خداوند و ملائکه اش برسفره اي که سرکه و نمك در آن است درود میفرستند و سزاوار آن است که در آغاز خوردن با نمك شروع و پس از آن با سرکه تمام کنند و شایسته است به عنوان نان خورشت خورده شود
مرجع: کتب شیعه و اسلامي

# کدو (دبا)

طريقه مصرف:
خوراكي به عنوان غذا
توضيحات:
کدو Squash
نام علمي Lagenaria vulgaris
گياه شناسي
کدو گياهي است يکساله و خزنده که برگهاي آن بشکل قلب و پهن و پوشيده از کرك ريز مي باشد . گلهاي زرد رنگ است و گل نر و گل ماده آن روي يك پايه قرار دارد . ريشه آن باريك و بلند ، کمي شيرين است . کدو انواع مختلف دارد مانند کدوي حلوايي ، کدوي تنبل يا کدوي زرد ،کدوي خورشي يا کدوي سبز .
نوعي از کدوي حلوايي در کانادا و آمريکا و بعضي نقاط دنيا مي رويد که بسيار بزرگ مي شود و گاهي وزن آن مرباتا 60 کيلوگرم نيز مي رسد . در آمريکا و کانادا اين کدوها را براي شب هالوين بکار ميبرند و با آن رو کيك درست مي کنند .
خواص داروئي:
خواص کدو و تخم کدو :
کدو از لحاظ طب قديم ايران سرد و تر يعني خنك کننده و مرطوب کننده است و از لحاظ شيميايي بدن را قليايي مي کند . کدو هم مانند بادمجان چون داراي کالري است بنابراين مهمترين غذا براي کساني است که مي خواهند وزن کم کنند .
1)تخم کدوي خام اثر دفع کرم روده دارد و چون سمي نيست اطفال نيز مي توانند از آن استفاده کنند . براي اين منظور بايد مقدر 50 گرم تخم کدو را پودر کرده و با عسل مخلوط نموده و مصرف کنيد و بايد بعد از چهار ساعت يك مسهل مانند روغن کرچك بخوريد که کرمها را دفع کند .
2)کدو اثر ملين ، مدر و رفع يبوست و رفع سوء هاضمه را دارد
3)به اشخاصي که تب دارند کدو مي دهند تب را پائين مي آورد
4)کدو براي اشخاص گرم مزاج و صفراوي غذاي خوبي است
5)کدو خونساز است و براي استفاده از اين خاصيت کدو بايد آنرا همراه با آب غوره و يا سرکه در روغن زيتون پخت و مصرف نمود
6)براي رفع دندان درد آب کدو قرقره کنيد
7)براي درمان گوش درد چند قطره آب کدو در گوش بچکانيد
8)براي برطرف کردن التهاب معده ، کبد و کليه کدوي پخته را روي اين

اعضاء بگذاريد
9)پوست كدو را خشك كنيد خوردن آن درمان بواسير و خونريزي معده و روده است
10)تخم كدو درمان كننده سرفه و برطرف كننده اخلاط خون است
11)براي زخم روده ها و مثانه و سوزش مجراي ادرار تخم كدو مصرف كنيد
12)روغن تخم كدو براي رفع تب و دل پيچه مفيد است
13)كدو و تخم كدو هر دو براي پيشگيري سرطان مفيد مي باشند
14)تخم كدو علاج كننده سرطان پروستات و برطرف كننده ورم پروستات مي باشد در مادران بالاتر از سن چهل معمولا غده پروستات شروع به بزرگ شدن مي كند و بنابراين اين اشخاص بايد چند روز در هفته كدو حلوايي يا تخم كدو بخورند .
15)كدو و تخم كدو در پيشگيري سرطان ريه بسيار موثر است و اشخاص سيگاري و حتي آنهائيكه با اين اشخاص زندگي مي كنند و باصطلاح سيگاري دست دوم هستند براي اينكه مريض نشوند بايد از كدو استفاده كنند .
خواص كدو از نظر احاديث :
بر مغز و عقل مي افزايد ، قلب غمگين را محكم ميكند و براي درد قولنج مفيد است.
مرجع: كتب طب سنتي

خون (دم)

طريقه مصرف:
نبايد مصرف شود
توضيحات:
خوردن خون سبب فساد بدن و زرد آب است، دهان را بخار دار و باد را بدبو و خلق را بد ميكند قساوت قلب آورده و مهرباني و ترحم را كم ميكند تا آنجا كه ايمن از كشتن فرزند و پدر و مادر و همسر نيست و انچه از خوره به انسان ميرسد از خوردن خون است و از اين حديث روشن ميشود كه چرا گوشت ميته ( حيوان مرده ) حرام است زيرا خون در آن منعقد گرديده
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

روغن (دهن)

طريقه مصرف:
روغن انواع مختلف دارد و به گونه هاي مختلف به مصرف ميرسد.
توضيحات:
بدي را ميبرد پوست را نرم ميكند ، بر مغز مي افزايد و در مجراي آب سهولت مي آورد و رنگ را خوش و بي نيازي را ظاهر ميكند و تنگ دستي را ميبرد بهترين روغنها روغن بنفشه است و باروغن مالي در شب، خون در رگها جريان مييابد و پوست را آبياري و رو را سفيد ميكند روغن مالي با روغن بنفشه سردرد و چشم درد را ميبرد و در تابستان سرد و در زمستان گرم و نرم است بر شيعه نرم و براي دشمنان خشك است و مغز را سنگين ميكند و بيني كشيدن بنفشه حرارت تب را ميكشند و چرب كردن ابروها با روغن مالي سردرد را آرام ميكند ، روغن مالي بر ناف با روغن بان براي شقاق ( شكافتگي ) دستها و پاها مفيد است روغن درخت بان حرز و امان از هر بلا است و ضرر سلطان را دفع ميكند و روغن زنبق شفاي هفتاد درد است وسعوط روغن جلجلان ( گشنيز ) براي سر مفيد است.
به شكم چيزي بهتر از روغن وارد نميشود مگر اينكه براي سالخوردگان چندان خوب نيست ولي روغن گاو شفا است ودرحديثي ازپيغمبر(صلي الله عليه واله وسلم)روايت شده كه همينكه مرد به پنجاه سالگي برسد البته سزاوار نيست شب را به روز برساند در حاليكه روغن گاو در شكمش نباشد.
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

انار (رمان)

طريقه مصرف:
خوردن انار هم صبح مفيد است هم شام
توضيحات:
انار Pomegranate
نام علمي Punica
انار يكي از ميوه هايي است كه از قديم وجود داشته است حتي در كتب مقدس چندين بار نام آن ذكر شده است . هومر شاعر معروف يونان در كتاب خود ( اوديسه ) از آن نام برده است . معروف ايت كه حضرت سليمان باغ بزري پر از درخت هاي انار داشته كه به ان عشق مي ورزيده است .
درخت انار بومي ايران و مناطق مجاور آن است . كلمه انگليسي Pomegranate از زبان يوناني مشتق شده كه به معني ( سيب با هسته هاي زياد ) مي باشد .
انار درخت كوچكي است كه ارتفاع آن تا 6 متر مي رسد و در مناطق نيمه گرمسيري مي رويد . شاخه هاي آن كمي تيغدر و برگهاي آن متقابل ، شفاف و ساده است .
گلهاي انار درشت برنگ قرمز اناري ولي بي بو مي باشد . ميوه آن كروي با اندازه هاي مختلف داراي پوستي قرمز رنگ و يا زرد رنگ مي باشد .
رويهمرفته در حدود بيست نوع مختلف انار در دنيا موجود است
خواص ميوه انار
از نظر طب قديم ايران ميوه انار سرد ف تر و قابض است . آب انار سرد و تر و پوست انار سرد و خشك و بسيار قابض مي باشد .
پوست ريشه درخت انار از بقيه قسمت هاي اين درخت قابض تر است .
كليه قسمت هاي درخت انار داراي تان مي باشد كه بسيار قابض است .
براي مصارف دارويي از گل ، برگ ، پوست درخت ، پوست ريشه و دانه انار استفاده مي شود .
1)انار شيرين ادرار آور است .
2)ملين مزاج است .
3) آب انار شيرين براي بيماريهاي مجاري ادرار مفيد است .
4)ترشح صفرا را زياد مي كند.
5)آب انار اسهال را برطرف مي كند.
6)اگر آ انار را با عسل مخلوط كرده و هر روز چند قطره در بيني بچكانيد از رشد پوليپ در بيني جلوگيري مي كنيد .

7) خون ساز است .
8)خون را تصفيه مي كند .
10)براي سالمندان بهترين دارو براي تقويت كليه است .
11)آب انار خنك كننده است .
12)رنگ صورت را شاداب مي كند .
13)صدا را باز كرده و گرفتگي صدا را برطرف مي كند .
14)براي وزن اضافه كردن انار بخوريد .
15)آب انار مقوي قلب و معده است .
خواص ديگر قسمت هاي درخت انار
1. جوشانده پوست ريشه درخت انار كرم معده و روده را از بين مي برد .
2. جوشانده پوست درخت انار نيز اثر ضد كرم دارد .
3. براي برطرف كردن گلو درد و زخم گلو از جوشانده پوست انار و يا جوشانده برگهاي انار استفاده كنند .
4.خانم هائيكه عادت ماهيانه شان منظم نيست مي توانند از جوشانده برگهاي انار استفاده كنند.
5.برگهاي له شده انار را اگر روي پوست بگذاريد خارش را از بين مي برد .
6.براي برطرف كردن سوختگي پوست ، گلهاي انار را له كرده و با روغن كنجد مخلوط كنيد و اين پماد را روي قسمت سوختگي بماليد .
7. جوشانده پوست درخت و پوست ريشه درخت انار كرم كش است .
8.دم كرده گل انار اسهال مزمن را برطرف مي كند .
9.دم كرده گلهاي انار را بصورت غرغره براي از بين بردن زخمهاي دهان بكار ببريد .
10.براي برطرف كردن دندان درد ، دم كرده ريشه درخت انار را در دهان مضمضه كنيد .
11.انار ترش و شيرين (ميخوش )ادرار را زياد مي كند .
12. براي برطرف كردن بواسير بايد معقد را با جوشانده پوست انار شستشو داد .
13.اگر شيرين باشد بر آب مرد ( مني ) مي افزايد و بچه را نيكو ميكند و اگر ملس باشد براي شكم خوب است و دود درخت انار حشرات را دور ميكند و خلال كردن با سيخهاي آن آكله را به حركت در ميآورد. انار سوراني طبيعت را معتدل ميكند و خوردنش با پوست كرم خوردگي دندان و بخار را ميزدايد و نفس را خوشبو و آن را روشن و قلب را زنده ميكند و هر كس به هنگام خواب اناري بخورد تا صبح كند از خودش در امان است انار شيرين با پيه آن معده را دباغي ميكند و تخمه را درمان ميكند و غذا را هضم مينمايد و در بدن تسبيح ميكند و كسي كه اناري را كامل بخورد

خداوند شيطان را از سوزاندن دل او تا چهل روز باز ميدارد و كسي كه دو انار كامل بخورد خداوند شيطان را از سوزاندن دل او تا صد روز باز ميدارد و كسي كه سه انار كامل بخورد خداوند شيطان را تا يك سال از سوزاندن دل او باز ميدارد و كسي كه يك سال گناه نكند وارد بهشت ميشود و در هر انار دانه اي از بهشت است . شايسته است كه انار را ناشتا بخورند و بخصوص در پنجشنبه و جمعه به تنهايي بخورند و براي همه چيز سودمند است و هيچ چيز زياني به آن نميرساند.
مرجع: كتب طب سنتي

مویز (زبیب)

طریقه مصرف:
هر روز صبح ناشتا 20 دانه خورده میشود.
توضیحات:
كسي كه با بيست دانه مويز قرمز صبح كند انشاء الله بيمار نميشود مگر بيماري مرگ، سودا را ميزدايد و بلغم را دفع ميكند
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

سعد

طريقه مصرف:
ضماد كردني
توضيحات:
ماليدن آن براي دندانها و بيماري هاي دهان مفيد است و اگر با آن استنجا كنند براي بادهاي بواسير مفيد است و دهن را خوشبو كرده و نيروي نزديكي را زياد ميكند
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

به (سفرجل)

طريقه مصرف:
خوردني تازه و مرباي آن و آب به و ...
توضيحات:
به Quince
نام علمي Cydonia
به درخت كوچكي است كه پوست ساقه و تنه آن قهو هاي بوده و در اكثر نقاط اروپا ، نواحي مديترانه ، آسيا و آفريقاي شمالي مي روييد .
برگهاي آن پوشيده از كرك و صاف است . گلهاي آن درشت ، برنگ سفيد و يا صورتي و داراي پنج گلبرگ مي باشد . ميوه رسيده زردرنگ ، گرد و يا بشكل گلابي است و در سطح آن پوشيده از كرك بوده و دريا طعمي مطبوع ، شيرين و يا كمي ترش است .
خواص داروئي ميوه به :
از نظر طب قديم ايران به شيرين كيم گرم و تر و ترش و سرد و خشك است . روغن به سرد ، تر و قابض و به دانه سرد و تر است .
1)به تقويت كنده قلب است .
2)ادرار آور است.
3)نرم كننده سينه است .
4)مقوي معده و دستگاه هاضمه است .
5)قابض است .
6)خونريزي را بند مي آرود .
7)به ترش مسهل است .
8)به ترش براي تنگي نفس مفيد است .
9)به ترش استفراغ را بند مي آورد .
10)اسهال هاي ساده و اسهال خوني را درمان مي كند .
11)به بهترين و مفيد ترين ميوه براي مسلولين است .
12)خونريزي از رحم را متوقف مي كند .
13)اثر مفيد روي بواسير درد .
14)براي هضم غذا مفيد است .
خواص به دانه
1- لعاب به دانه را روي زخم ها و سوختگي ها بگذاريد تا باعث شفاي سريع آنها شود .
2-ضد تب است .
3-اسهال خوني و ساده را درمان مي كند .

4- براي درمان جراحات گلو موثر است .
5-سرفه را برطرف مي كند .
6- براي درمان تورم هاي داخلي بدن مفيد است .
7-براي التيام ترك پوست دست وبدن ، نوك پستان ، لب و بواسير لعاب به دانه را روي موضع بماليد .
8-براي درمان خشكي زبان و دهان مفيد است .
9-آفتاب زدگي را با ماليدن لعاب به دانه بر روي پوست درمان كنيد .
10-جويدن به دانه براي تقويت نيروي جنسي مفيد است .
خواص دم كرده گل و شكوفه به
1-سردرد را برطرف مي كند.
2- مقوي معده است .
3-سينه را صاف و تقويت مي كند.
4-سرفه كودكان را برطرف مي سازد .
5-براي درمان بي خوابي دم كرده گل را با آّب بهار نارنج مخلوط كرده و قبل از رفتن به رختخواب بنوشيد .
خواص روغن به
1)براي برطرف كردن زنگ زدن در گوش مفيد است
2)سرگيجه را برطف مي كند
3)براي مداواي زخم هاي دهان مفيد است .
4)خونريزي ريوي را درمان مي كند .
5)اسهال مزمن را برطرف مي كند.
6)دوست كبد است و روم كبد را رفع مي كند .
7)زخم روده ها را درمان مي كند .
خواص برگ وشاخه هاي به
1)جوشانده برگ درخت به ورم چشم را مداوا مي كند .
2)زخم ها را با جوشانده برگ به بشوئيد .
3)قابض است .
4)ضماد برگ درخت به براي ورم چشم مفيد است .
خواص به از نظر قرآن و احاديث
عقل را زياد ، قلب ضعيف را نيرومند و معده را تميز ميكند بر نيروي دل مي افزايد و ترسو را شجاع و فرزند را نيكو ميكند و كسي كه آن را بخورد خداوند تا چهل روز حكمت را به زبان او جاري ميكند و همّ ( نگراني ) را ميبرد بخيل را بخشنده ميكند و كسي كه سه روز ناشتا آن را بخورد ذهنش صاف ميشود و بر حلم و علم او مي افزايد و از كيد شيطان و لشكريان او حفظ مينمايد.
مرجع: كتب طب سنتي

# شكر

طريقه مصرف:
شكر خام و نيشكر در روز و شب
توضيحات:
براي همه چيز سودمند است و از چيزي زياني به او نميرسد و اگر هنگامي كه به رختخواب ميروند شكر بخورند سودمند است و براي تب مفيد است و خالص آن بلغم را ميخورد و نيشكر هيچگاه ضرر ندارد روش خوراندن شكر به بيمار اين است كه شكر سفيد را بكوبي بر آن آب سرد بريزي و به بيمار بنوشاني زيرا كسي كه در چيزهاي تلخ شفا قرار داده ميتواند كه آن را در شيريني نيز قرار بدهد
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

# چغندر (سلق)

طريقه مصرف:
خوردن پخته ان هم به تنهايي و هم به همراه گوشت گاو و خوردن برگ آن
توضيحات:
چغندر BEETS
نام علمي Beta vulgaris
گياه شناسي
چغندر را از قديم شناختند و حتي در حدود چهار قرن قبل از ميلاد بخواص درماني آن آشنا بوده و از آن استفاده مي كرده اند .
چغندر بطور بومي در ناحيه مديترانه و شرق اروپا وجود داشته است و در حال حاضر در بيشتر نقاط دنيا كشت مي شود .
چغند دو نوع مي باشد يك نوع آن چغندر معمولي است برنگ بنفش تيره و يا قرمز است و نوع ديگر آن چغندر قند است برنگ زرد روشن مي باشد كه بمقدربسيار زياد در نقاط مختلف دنيا براي استفاده از شكر آن كشت مي شود .
چغندر خوب آن است كه زياد در خاك نمانده باشد و يا باصطلاح جوان باشد زيرا چغندري كه زياد رسيده باشد سفت مي شود .چغند پير معمولا گردني باريك درد و شيارهايي روي آن بوجود مي آيد .
خواص داروئي:
برگ چغندر خواص درماني بسياري درد
1-بعنوان ملين و رفع يبوست بكار مي رود
2-تقويت كننده كليه است
3-درمان كننده التهاب مجاري ادرار است
4-بعنوان مصرف خارجي براي پانسمان زخم و درمان تاول مصرف مي شود.
چغندر مخلوط با آ ب هويج دفع كننده سنگ كيسه صفرا نيز هست .
شربت چغندر بهترين نوشابه و تقويت كننده بدن و دافع سموم بدن است .
خواص چغندر از نظر احاديث :
بر ساحل بهشت روئيده است و در آن شفاي دردهاست استخوان را كلفت ميكند و گوشت ميرويانند و برگ آن صالح است كه غذاي بيمار باشد زيرا كه در آن شفا است و دردي و دردسري ندارد خواب را براي بيمار آرام ميكند اما بايد از ريشه آن بپرهيزند زيرا سودا را زياد ميكندچغندر ريشه جزام را از بن مي كند و چيزي داخل شكم بيمار برسام ( آماس پرده هاي حجاب حاجز ) دارد نشده و همراه با گوشت گاو براي سفيدي ( ظاهرا

سفيدي چشم ) مفيد است
مرجع: كتب طب سنتي

ماهي (سمك)

طريقه مصرف:
هم پخته شده همراه با نان تجويز شده هم سرخ شده آن
توضيحات:
نقش ماهي در جلوگيري از بيماري هاي قلب و عروق
بيماري عروق كرونر چيست؟
قلب انسان، عضله اي است كه در تمام دوران زندگي، هرگز فعاليتش متوقف نمي شود و براي اين تلاش بدون وقفه، نياز به اكسيژن دارد. اكسيژن از طريق جريان خون سرخرگي حمل مي شود و سرخرگ هايي كه اكسيژن را براي عضله ي قلب تامين مي كنند، "عروق كرونر" نام دارند.
در بيماري انسداد عروق كرونر، سرخرگ هاي هاي مذكور با تجمع رسوبات چربي مسدود شده و عضله ي قلب از وجود اكسيژن محروم مي ماند كه شروع اين روند از آغاز كودكي است. به تدريج با افزايش سن، رسوبات چربي جدار رگ ها خوني بيشتر شده تا جايي كه ممكن است در داخل رگ هاي خوني برآمده شوند و رگ ها را مسدود كنند كه اين روند در نهايت به كم خوني عضله ي قلب منجر مي شود. درهمين حال هر چه انسداد رگ بيشتر باشد، عضله ي قلب، كم خون تر خواهد شد و در نتيجه مقدار اكسيژني كه دريافت مي كند، بسيار كاهش خواهد يافت.
با انجام فعاليت بدني، نياز اندام ها و عضوهايي كه مشغول فعاليت هستند به اكسيژن افزايش مي يابد. در اين حال قلب بايستي عمل خود را طوري تنظيم كند كه بتواند اكسيژن مورد نياز عضوهاي فعال را فراهم سازد. اما اگر عروق كرونر مسدود شده باشند، به دليل كاهش جريان خون به عضله ، مقدار اكسيژني كه قلب دريافت مي كند، كم خواهد شد؛ لذا قادر به افزايش فعاليت خود در جهت رفع نياز عضوها و اندام هاي محيطي نخواهد بود. در عين حال، كاهش جريان خون به عضله قلب ممكن است باعث احساس ناراحتي در قفسه سينه (احساس درد، خواب رفتگي، فشار شديد روي قفسه سينه با تنگي نفس و درد در دست ها به هنگام فعاليت) مبتلا شود و اگر انسداد عروق كرونر قابل توجه باشد، احتمال دارد حمله ي قلبي رخ دهد و قسمتي از عضله ي قلب نيز از بين برود.
لازم است ذكر كنيم كه رسوب چربي در سرخرگ ها احساس نمي شود و انسداد پيشرفته ي رگ ها، به بيماري منجر مي شود. حتي گاهي اوقات در مراحل پيشرفته نيز علامتي ندارد و ناگهان فرد دچار يك حمله ي شديد قلبي مي شود.

در عين حال روش هايي وجود دارد كه نشان دهد، آيا فرد در معرض خطر اين بيماري هست يا خير؟ يا اگر به اين بيماري مبتلا است، در چه مرحله اي از پيشرفت آن قرار دارد؟

چه عواملي موجب افزايش احتمال خطر بيماري عروق كرونر مي شوند؟

عوامل خطر متعددي وجود دارند كه فرد را در معرض خطر بيماري عروق كرونر قرار مي دهند كه اين عوامل به طور كلي به دو دسته تقسيم مي شوند:

1- عواملي كه مي توان آنها را تغيير داد و اصلاح كرد و شامل موارد زير هستند:

* سطح بالاي چربي خون ( كلسترول بالا، LDL- كلسترول بالا، تري گليسيريد بالا)
* فشار خون بالا
* مصرف دخانيات
* ديابت
* تغذيه نامناسب ( مصرف بيش از حد چربي هاي اشباع و نمك)
* اضافه وزن و چاقي
* كمي تحرك و فعاليت بدني

2- عواملي كه قابل تغيير يا اصلاح نيستند. اين عوامل عبارتند از:

* سابقه بيماري عروق كرونر در افراد نزديك خانواده (پدر، مادر، برادر و خواهر) كه عوامل ژنتيكي نام دارند.
* سن بالا؛ با افزايش سن، احتمال ابتلا به بيماري عروق كرونر نيز زياد مي شود.
* هورمون هاي زنانه كه نقش حفاظتي در مقابل بيماري عروق كرونر دارند. حداقل تا زماني كه زن ها به يائسگي برسند، مردها بيش از زن ها در معرض خطر بيماري عروق كرونر هستند.

اگر چه اين عوامل خطر قابل اصلاح نيستند، اما تلاش در جهت كاهش و اصلاح عوامل خطر گروه يك مي تواند از پيشرفت بيماري عروق كرونر در افراد گروه دوم نيز كم كند.

نقش ماهي در سلامتي قلب

همان طور كه اشاره شد، يكي از عوامل خطر زمينه ساز بيماري عروق كرونر، تغذيه نامناسب است كه به تدريج باعث افزايش كلسترول، تري گليسيريد،LDL- كلسترول ، چاقي، اضافه وزن و فشار خون مي شود. پس يكي از روش هاي مقابله با اين عوامل خطر، تغيير و اصلاح الگوهاي غذايي و ترويج آن در جامعه است.

ماهي يكي از انواع غذاهاي سالمي است كه مصرف آن در جامعه ي ما بسيار كم است و در سبد خانوار كمتر ديده مي شود( مصرف سرانه ي

ماهي در كشور ما 5 كيلو گرم است در حاليكه مصرف سرانه ي آن در كشور ژاپن 50 كيلوگرم است)كه با رواج فرهنگ مصرف اين ماده ي غذايي غني و با ارزش، مي توان به سلامت افراد جامعه كمك كرد.
ماهي با داشتن چربي غير اشباع "امگا-3" ، پروتئين و اسيد آمينه ي تورين نقش مهمي در حفظ و ارتقاي سلامتي افراد جامعه دارد. بيشترين تاثير ماهي بر سيستم قلب و عروق از طريق چربي غير اشباع آن يعني "امگا-3" و اسيد آمينه ي تورين است.
از انواع ماهي هايي كه به مقدار زياد، چربي "امگا-3" دارند ، ماهي تون، ساردين و سالمون (ماهي آزاد) را مي توان نام برد. البته ديگر ماهي ها نيز حاوي اين چربي غير اشباع مفيد هستند.
طبق توصيه انجمن قلب آمريكا افرادي كه داراي بيماري هاي قلبي هستند بايستي هفته اي 180 گرم ( دو بار درهفته و هر بار 90 گرم) ماهي مصرف كنند كه به علت داشتن اسيدهاي چرب امگا-3 باعث كاهش كلسترول خون شده و احتمال ابتلا به سكته هاي قلبي را كاهش مي دهد.
تاثيرماهي بر فشار خون بالا
چربي غير اشباع "امگا-3" موجب كاهش فشار خون در افراد مبتلا به فشار خون بالا مي شود و فشار خون ماكزيمم يا سيستولي را تا 8 ميليمتر جيوه كاهش مي دهد ولي روي فشار خون طبيعي بي تاثير است.
در افرادي كه مبتلا به فشار خون بالا هستند، مقاومت به انسولين وجود دارد و عقيده بر اين است كه اين ناهنجاري باعث افزايش فشار خون مي شود. چربي غير اشباع "امگا-3" مقاومت به انسولين را كاهش مي دهد و از اين طريق فشار خون را پايين مي آورد.
تاثير ماهي بر چربي هاي خون
تري گليسيريد كه يكي از انواع چربي هاي موجود در خون است، مي تواند زمينه ساز بيماري عروق كرونر به ويژه در خانم ها شود. چربي غير اشباع "امگا-3" سطح تري گليسيريد خون را در افرادي كه تري گليسيريد خونشان بسيار بالاست، كاهش مي دهد. مي توان گفت اگر درمان هاي دارويي در اين افراد موثر نبوده است، "امگا-3" مي تواند به عنوان مكمل دارويي در كاهش تري گليسيريد موثر باشد.
LDL- كلسترول بالا نيز كه از چربي هاي بسيار بد است و رسوب آن در جدار عروق كرونر، آن ها را مسدود مي سازد، مي تواند توسط "امگا-3" كاهش يابد. "امگا-3" مقدارVLDL- كلسترول را نيز كه از جمله چربي هاي نامطلوب است، كاهش مي دهد.
اما اشاره به اين نكته ضروري است كه "امگا-3" زماني بر روي كاهش اين چربي هاي مضر موثر است كه مصرف چربي هاي اشباع (روغن هاي جامد و مايع، غذاهاي پر چرب) در برنامه غذايي فرد محدود شده باشد.

تاثير ماهي روي انعقاد خون و پيش گيري از لخته شدن خون (ترومبوز)
"امگا-3" بر روي پلاكت ها و سلول هايي كه سطح داخلي رگ ها را مي پوشانند و نقش عمده اي در انعقاد خون و تشكيل لخته دارند، تاثير به سزايي دارد. همچنين از تجمع پلاكت ها كه از مراحل ابتدايي تشكيل لخته است، پيشگيري مي كند و مانع از ترشح بعضي مواد منعقد كننده از پلاكت ها مي شود.
اين عملكرد "امگا-3" در كساني كه جراحي قلب باز و باي پاس(by pass) شده اند، بسيار مفيد است؛ زيرا از انسداد رگ هاي پيوند شده پيشگيري مي كند و مانع از حوادث قلبي جديد در اين افراد مي شود.
اثر مصرف ماهي روي سكته هاي مغزي ناشي از لخته در رگ هاي مغز
"امگا-3" موجود در ماهي و نقشي كه در مهار تشكيل لخته دارد، احتمال سكته هاي مغزي را كم مي كند كه اين آثار مطلوب را در خانم ها بيشتر مي توان مشاهده كرد.در كساني كه هفتهاي يك بار ماهي مصرف مي كنند، تا 7 درصد احتمال سكته مغزي كاهش مي يابد. اگر دفعات مصرف ماهي به هفته اي 5 بار برسد، احتمال سكته ي مغزي تا 50 درصد نيز كاهش خواهديافت.
مصرف ماهي و بيماري عروق كرونر
رژيم غذايي عمده اسكيموها از غذاهاي دريايي تامين مي شود. طي مطالعات گوناگون ثابت شده است كه مقدار كلسترول، تري گليسيريد،LDL- كلسترول وVLDL- كلسترول در خون اسكيموها كم است و سطحHDL- كلسترول كه از چربي هاي مفيد خون و از عوامل پيشگيري كننده ي بيماري عروق كرونر است، بالاست. به همين دليل اسكيموها كمتر دچار بيماري عروق كرونر و مرگ ناشي از اين بيماري مي شوند.
اين تحقيقات نشان مي دهد كه مصرف ماهي مي تواند احتمال خطر ابتلا به بيماري عروق كرونر و سكته هاي قلبي را كاهش دهد.
طي مطالعات گوناگون ثابت شده است كه با مصرف 35 گرم يا بيشتر ماهي در روز خطر سكته ي قلبي و سكته مغزي، به طور چشمگيري كاهش مي يابد و در بعضي موارد نشان داده تا 44 درصد از حملات قلبي پيش گيري مي كند.
يك ارتباط معكوس بين مقدار و دفعات مصرف ماهي با كاهش عوامل زمينه ساز بيماري عروق كرونر يعني چاقي، فشارخون بالا، چربي خون بالا و غلظت خون وجود دارد، يعني هر چه مصرف ماهي بيشتر باشد، عوامل مذكور بيشتر كاهش خواهند يافت.
ماهي به دليل داشتن "امگا-3" از ضربان هاي نامنظم قلبي (آريتمي قلبي) پيشگيري مي كند. يكي از اين آريتمي هاي خطرناك به نام " تاكيكاردي بطني" است كه موجب ايست قلبي مي شود و "امگا-3" ازوقوع آن

جلوگيري مي كند.
تاثير ماهي بر افرادي كه دخانيات مصرف مي كنند
استعمال سيگار و دخانيات به عملكرد لايه ي سلولي كه سطح داخلي رگ هاي خوني را مي پوشاند و " اندوتليال" ناميده مي شود، آسيب مي رساند و مانع از انعطاف پذيري آنها مي شود. در نتيجه در مواقع ضروري رگ ها نمي توانند گشاد شوند و به مرور سفت و سخت مي شوند. اختلال عملكرد اين لايه ي سلولي يكي از مهم ترين علائم پيشرفت رسوب چربي در جدار رگ هاست (آترواسكلروز يا تصلب شريان ها).
افراد سيگاري با مصرف ماهي مي توانند با اين تغييرات خطرناك مقابله كنند، به شرط آن كه ابتدا مصرف دخانيات را ترك كنند.
اسيد آمينه تورين كه به مقدار زياد در انواع ماهي ها وجود دارد، مي تواند عملكرد لايه سلولي داخل رگ ها را بهبود بخشد و مانع از آسيب آنها شود و در نهايت احتمال بيماري عروق كرونر را كاهش مي دهد.
با توجه به فوايد بي شمار و با ارزش ماهي و تاثير آن بر سلامتي سيستم قلب و عروق، بايد فرهنگ مصرف آن گسترش يابد و با حذف و كاهش نارسايي هايي كه در مسير دسترسي خانواده ها به اين ماده ي غذايي مهم وجود دارد، براي آن جاي مناسبي در سبد و سفره ي غذايي خانوار ايراني باز كنيم.
خواص ماهي از نظر احاديث :
خوردن ماهي بدن را ذوب و بلغم را زياد نفَس را سنگين جسم را كهنه ميكند خوردنش با نان گوارا است و كسي كه پس از آن خرما نخورد و بر آن بخوابد تا صبح در معرض فلج است كسي كه پس از حجامت گرفتار صفرا ميشود بايد پس از آن ماهي تازه كباب شده همراه با آب و نمك بخورد ماهي تازه پيه چشم را آب ميكند و خوردن زياد ماهي سبب پيدايش سل است.
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

## سويق (آرد بوداده)

طريقه مصرف:
بصورت غذا و وعده هاي غذايي
توضيحات:
بهترين غذا در هنگام گرسنگي است اما امساك كن اگر سير باشي تا غذايت هضم شود، براي برسام (ورم پرده حجاب حاجز) مفيد است و صالح براي آن است كه غذاي بيمار باشد گوشت را ميروياند و استخوان را محكم ميكند و اگر كسي چهل روز از آن بخورد شانه هايش پر از نيرو ميشود سودا و بلغم را از معده ميكند و هفتاد نوع بلا را دفع ميكند و مغز حيوانات را هضم ميكند و شفاي كسي است كه آن را خورده .سه كف دست ارد بو داده اگر صبح ناشتا بخورند سودا و بلغم را ميخشكاند و چيزي از آن باقي نميگذارد و اگر پدر و مادر بخورند بپه انها قوي ميشود اگر سه بار شسته شود و از ظرفي به ظرفي ريخته شود تب را ميبرد . ارد بوداده همراه روغن زيتون گوشت را ميروياند و استخوان را سخت پوست را نازك و بر باه مي افزايد
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

# آويشن (صعتر)

طريقه مصرف:
خوراكي است و به صورت جوشانده مصرف ميشود.
بخور آن براي سرماخوردگي مفيد ميباشد.
توضيحات:
آويشن يكي از قديمي ترين گياهان دارويي و ادويه اي است . تيموس كلمه اي يوناني و به معناي شجاع مي باشد و به طوري كه زنان يونان باستان اين گياه را به لباس شوهرانشان كه عازم جنگ بودند مي دوختند . زيرا آنها معتقد بودند آويشن سبب شجاعت و در نتيجه پيروزي آنها در جنگ مي شود . آويشن گياهي است خشبي و چند ساله . منشأ آن نواحي مديترانه گزارش شده است و در جنوب اروپا در سطوح وسيعي كشت مي شود .ريشه آويشن مستقيم ، كم و بيش چوبس و انشعابهاي فراواني دارد و ساقه آن مستقيم و چهار گوش است . ارتفاع اين گياه متفاوت و بين 20 تا 50 سانتي متر مي باشد . برگها كوچك ، متقابل و كم وبيش نيزه اي شكل ، بدون نوك و دمبرگ ، پوشيده از كركهاي خاكستري رنگ و حاوي اسانس هستند . گلها كوچك و به صورت مجتمع در قسمت فوقاني ساقه هايي كه از بغل برگها خارج مي شوند روي چرخه هايي مجتمع پديدار مي شوند . ميوه چهار بذر به رنگ قهوه اي تيره وجود دارد . بذر آويشن بسيار ريز بوده و وزن هزار دانه آن 25/0 تا 28/0 گرم است .
قسمت دارويي :
پيكر رويشي آويشن حاوي اسانس است . از اين رو داراي بويي مطبوع مي باشد . پيكر رويشي در مرحله گلدهي از بيشترين مقدار اسانس برخوردار است .
خواص درماني :
اسانس آويشن خاصيت ضد باكتري و ضد قارچي دارد . مجموعه مواد موثر آويشن خلط آور است و ار آن براي معالجه سرفه استفاده مي شود .
خواص آويشن از نظر ائمه :
داروي امير المومنين (ع) است و ميفرمود كه آويشن براي معده خملي مي آورد مانند خمل (پرز) قطيفه و سفوف آن پيش از غذاي صبح براي رطوبت مفيد است
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

# عدس

طريقه مصرف:
هم به صورت غذا و هم ارد ان خورده ميشود
توضيحات:
عدس Lentil
نام علمي Lens culinaris medic
عدس يكي از حبوبات است كه از قديم الايام در اكثر نقاط دنيا كشت مي شده است . گياه شناسان اعتقاد دارند كه عدس حتي قبل از تاريخ نيز وجود داشته است . عدس از نظر مقدر پروتئين بسيار غني است و دربين گياهان فقط لوبياي سويا بيشتر از عدس پروتئين دارد .
عدس گياهي است يكساله كه ارتفاع آن بيش از 30 سانتيمتر نيست . برگهاي آن داراي 6 تا 14 برگچه مي باشد كه در انتهاي آن پيچك قرار دارد . گلهاي عدس رنگ سفيد و داراي رگه هايي به رنگ بنفش است . ميوه آن غلاف كوچكي است و معمولا در هر غلاف 1 تا 3 عدس وجود دارد .
عدس دو نوع است :
عدس رسمي كه دانه آن گرد و نسبتا درشت است و رنگ آن سبز مايل به زرد است .
عدس ريز يا عدس قرمز كه دانه هاي آن ريز و به رنگ قرمز مي باشد .
خواص داروئي:
عدس از نظر طب قديم ايران معتدل و خشك است و مانند ديگر گياهان پوست و دانه آن داراي اثرات متضاد يكديگر مي باشد . يعني پوست عدس گرم و خود عدس قابض است . بعبارت ديگر پوست آن ملين و مغز آن ضد اسهال مي باشد .
عدس يك غذاي كامل است و انرژي لازم را براي كارهاي بدني براي انسان تامين مي كند .
عدس داراي خواص زير است
1)عدس زياد كننده ترشحات شير است و مادران شيدره حتما بايد از آن استفاده كنند .
2)عدس را در كنيد و روي پوست ملتهب بگذاريد التهاب را برطرف مي كند .
3)براي درمان زخم هاي دهان و گلو و ديفتري عدس را پخته و آب آنرا غرغره كنيد .
4)براي تقويت معده و برطرف كردن گاز معده عدس پخته را با سركه ميل كنيد .

5)آش عدس با روغن بادام براي دوران نقاهت بهترين غذاست.
6)پماد در عدس با سركه براي ترك دست و پا كه بعلت سرما عارض شده سودمند است .
7)عدس را مي توان بعنوان مسهل هم مصرف كرد چون داراي لعاب زيادي است كه در درمان ناراحتي هاي روده نيز موثر است .
8)عدس پخته را بعنوان مرهم براي زخم نيز مي توان بكار برد .
9)آرد عدس بوداده تشنگي را قطع ميكند ، معده را نيرو ميبخشد صفرا را خاموش و هيجان خون را فرو مينشاند و حرارت را خاموش ميكند. قاعدگي دائمي را قطع ميكند ، مبارك است دل را نازك و اشك را زياد ميكند عدس در نرد آل محمّد (ع) نخود و براي هر درد پشت مفيد است
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

عسل

طريقه مصرف:
خوراكي ميباشد و خواص درماني زيادي دارد كه در زير به آن اشاره خواهد شد :
توضيحات:
عسل
درباره فواید عسل چه مي دانيم؟
خواص و مواد موجود در عسل
همانطور كه مي دانيد عسل از قديمي ترين و نخستين شيرين كننده هايي است كه انسان استفاده كرده است و شامل قندهايي چون گلوكز، فروكتوز، مواد معدني همچون منيزيم، پتاسيم، كلسيم، كلريدسديم، گوگرد، آهن و فسفات است. در ضمن اينكه ويتامين هايي همچون ، B6 ، B2 ، B1 B5 ، B3 و C نيز براساس كيفيت و نوع عسل به نسبت هاي متفاوت در آن ديده مي شود.
علاوه بر موارد ذكر شده در حد كمي مس، يد و روي نيز در عسل وجود دارد. عسل يك ضدعفوني كننده طبيعي است.
ويژگي منحصر به فرد
1_ به راحتي هضم مي شود: مولكول هاي قند موجود در آن مي توانند به راحتي به ساير قندها تبديل شوند، به همين جهت حتي حساس ترين معده ها نيز مي تواند آن را به سادگي هضم كند.
2_ منبع بسيار خوبي از آنتي اكسيدان است: نقش بزرگي در جلوگيري از سرطان و همچنين بيماريهاي قلبي دارد.
3_ سطح كالري آن پايين است: در مقايسه با ساير مواد قندي ??% كمتر كالري دارد، هرچند انرژي آن بسيار بالاست، اما به وزن بدن شخص اضافه نمي كند.
4_ به سرعت در خون پخش مي شود: وقتي با ميزان مناسبي آب مخلوط شود. پس از ? دقيقه در جريان خون پخش مي شود و با آزادسازي ملكول قند به عملكرد بهتر مغزكه اصلي ترين مصرف كننده قند در بدن است، كمك مي كند و مانع بروز خستگي مي شود.
5_ در سلامت و ساخت عوامل خوني مؤثر است: به علاوه باعث تميز شدن خون مي شود
و جريان خون را تنظيم و آسان مي كند و مانع بروز مشكلات عروقي و تصلب شرايين مي شود.
چند ويژگي جالب ديگر

1_ عسل هرگز فاسد نمي شود، جهت نگهداري احتياج به يخچال ندارد و مي توان در دماي اتاق آن را نگهداري كرد.
2_ به خاطر ميزان بالاي فروكتوز ??% شيرين تر از قند است.
3_ در درمان آلرژي هاي فصلي براي ساكنين مناطقي كه عسل از گلهاي همان منطقه به دست آمده است، بسيار مفيد است.
4_ تنها غذايي است كه استفاده از آن باعث نابودي چرخه طبيعت نمي شود.
ساخت چند داروي خانگي ساده و مؤثر
1_ براي درمان گلودرد، مي توان آن را با چاي و ليموترش مخلوط كرد و نوشيد.
2_ براي جلوگيري از خشكي پوست دست، آرنج و پاشنه پا هم يك قاشق چايخوري عسل را با يك قاشق چايخوري روغن زيتون و يك دوم قاشق چايخوري آب ليمو تركيب كنيد و ?? دقيقه بر روي محل مورد نظر قرار دهيد. نتيجه را بزودي خواهيد ديد.
3_حتي مي توانيد از آن به عنوان دهان شويه هم استفاده كنيد: يك قاشق عسل را با يك فنجان آب گرم تركيب كنيد و دهان خود را با آن بشوييد.
عسل از نظر احاديث :
خوردن عسل شفاي هر درد است خوردن عسل همراه با خواندن قرآن و جويدن كندر بلغم را ذوب ميكند و در كتب پزشكان از حضرت رضا نقل شده كه عسل شير تازه را مانند پنير مايه منعقد ميكند و مردم از چيزي بهتر از خوردن عسل درمان نيافته اند براي دل درد مومن سود مند است و براي منافق اين چنين نيست و همراه سياه دانه مفيد است
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

# انگور (عنب)

طريقه مصرف:
خوردني است
توضيحات:
انگور ( Grape (Vine
نام علمي Vitis
درخت انگور كه درخت مو نيز ناميده ميشود درختچه اي است بالا رونده كه از ديوار و درختان مجاور بالا مي رود . ساقه آن گره دار و داراي برگهاي متناوب است . برگهاي انگور داراي پنج لوب دندانه دار و برنگ سبز تيره مي باشد . گلهاي آن كوچك ، مجتمع و بصورت خوشه ظاهر مي شود . ميوه درخت انگور ، گوشتدار و شيرين و برنگهاي مختلف است .
خواص درماني ميوه انگور
انگور بر طبق طب قديم ايران گرم و تر است .
1) اخلاط بدن را متعادل مي كند .
2)بسيار مقوي و مغذي است .
3)خون را تصفيه مي كند .
4)سينه و ريه را صاف و تميز مي كند .
5)برطرف كننده يبوست است .
6)انگور براي درمان ورم معده و روده مفيد است .
7)در درمان سل ريوي و سياه سرفه موثر است .
8)براي درمان اسهال خوني از انگور استفاده مي شود .
9)براي درمان نقرس بسيار مفيد است .
10)آنهايي كه معده ضعيف دارند بايد انگور را بدون پوست بخورند زيرا پوست آن دير هضم است و موجب دل درد ، نفخ و عوارض ديگر مي گردد .
11)انگور بهترين ميوه براي كساني است كه مي خواهند لاغر شوند و بدن خود را از ساييد اوريك ، سنگ هاي صفراوي و مسموميت هاي مزمن (مسموميت از سرب يا جيوه ) پاك كنند . اينگونه اشخاص بايد در هر فهته بمدت 2 روز فقط آب انگور بخورند و رژيم آب انگور بگيرند بدين ترتيب كه هر دو ساعت يكبار آب انگور تازه را گرفته و بنوشند . مقدر مصرف روزانه تقريبا 2 كيلو گرم است و در اين دو روز نبايد غذاي ديگري مصرف كنند فقط مي توانند آب بنوشند .
12)رژيم آب انگور براي مبتلايان به سل ريوي و واسير نيز مفيد است .
13)براي تقويت و طراوت پوست و همچنين روشن كردن رنگ پوست ، آب

انگور تازه را با يك تكه پنبه بصورت بماليد و پس از ده دقيقه با آب نيمگرم محتوي كمي جوش شيرين بشوئيد .
14)زياده روي در مصرف آب انگور بطور مداوم ايجاد سنگ كليه مي كند .
خواص طبي روغن هسته انگور
روغن هسته انگور گرم كننده بدن است ، اين روغن ضد يبوست مي باشد . از آن براي نقاشي و تهيه صابون نيز استفاده مي شود.
خواص طبي هسته انگور
هسته انگور از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است :
1)داراي تانن است بنابراين قابض است .
2) اسهال را برطرف مي كند .
3)ترشح ادرار و اسپرم را كم مي كند .
4) گرد هسته انگور را براي درمان به مسلولين مي دهند .
5)هسته انگور براي آنهايي كه مثانه و كليه ضعيف دارند مضر است .
خواص طبي پوست انگور
پوست انگور از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است :
1- پوست انگور را خشك كرده و مي سوزانند خاكستر بدست آمده را براي درمان اكثر زخم ها استفاده مي شود .
2- پوست انگور دير هضم است و بهتر است كه در موقع خوردن پوست آنرا بيرون آرود .
خواص طبي غوره
غوره كه بانگليسي Un-ripe grape ناميده مي شود از نظر طب قديم ايران سردو قابض است :
1.در درمان ورم مخاط دهان و نرمي لثه ها موثر است .
2.آب غوره براي درمان چاقي مفرط مفيد است .
3.بيماري اسكوربوت كه بعلت كمي ويتامين C در بدن مي باشد با آب غوره درمان مي شود .
4. آب غوره چون داراي تارتارات پتاسيم است براي درمان سياتيك و رماتيسم حاد بسيار مفيد است .
5.در دفع زردي موثر است .
6.خوردن آب غوره بلوغ دختران را جلو مي اندازد و قاعده را باز مي كند .
7.حرارت و صفراي بدن را دفع مي كند و روده ها را ضد عفوني مي كند .
8.آب غوره تقويت كننده كبد است .
9.براي برطرف كردن ورم گلو آب غوره قرقره كنيد .
10.براي دفع كرم و روده و تقويت معده بايد بمدت پنج روز آش آب غوره همراه با زيره سياه مصرف كنيد البته در اينمدت بايد از خوردن غذاهاي سنگين اجتناب نمائيد .

11.آب غوره درمان كننده پا درد و كمر درد مي باشد . براي معالجه ميتوان بمدت دهروز آش آب غوره مصرف نمود . البته از خوردن غذاهاي سنگين در اينمدت اجتناب كرد .
12.ترشي غوره نيز معالجه رماتيسم و سياتيك است .
خواص طبي برگ مو
1.برگ مو قابض است .
2.دم كرده برگهاي جوان مو اسهال خوني را برطرف مي كند .
3.براي خونريزيها مفيد است .
4.در رفع نقرس و زردي موثر است .
5.استفراغ را برطرف مي كند .
6.در رفع اختلالات گردش خون مربوطه به دوره بلوغ و يائسگي موثر است .
7.هنگاميكه پوست صورت قرمز مي شود و ملتهب است خوردن دم كرده آن اثر مفيد درد .
8.گرد برگهاي جوان و خشك شده مو ، اثر خوبي در رفع خونريزيهاي رحيم و خون آمدن از بيني درد .
9.براي برطرف كردن سرمازدگي دست و پا جوشانده برگ مو را تهيه كرده و دست و پا را بمدت 15 دقيقه در آن قرار دهيد .
10.براي تهيه دم كرده برگ مو ، مقدر 15 تا 20 گرم برگ مو را در يك ليتر آب جوش ريخته و بگذاريد 10 دقيقه بماند .
11) از دم كرده برگ مو مي توان براي شستشوي چشم در مورد ورم ملتحمه استفاده كرد .
12.دم كرده برگ مو براي رفع واريس مفيد است .
دانه دانه خوردن آن گواراتر است و اندوه را ميزدايد بخصوص سياه آن بهتر است.
مرجع: كتب طب سنتي

سنجد (غبيرا)

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
نام علمي سنجد «Elaeagnusan gastifolial» است و رويشگاه اين درخت بدليل سازگاري آن با محيط‌هاي مختلف در اغلب نقاط كره زمين از جمله آمريكاي شمالي، اروپاي شرقي و غربي، آسياي مركزي و شمالي و ... است. به گزارش سرويس «بهداشت و درمان» خبرگزاري دانشجويان ايران، به طور كلي 3 نوع درخت سنجد در دنيا وجود دارد كه 2 نوع هلاگنوس و هيپوفار در ايران موجودست. درخت سنجد هلاگنوس به دليل درشتي ميوه قامت بلند، نداشتن خار و برگهاي پهن به درخت سنجد هيپورفيا برتري دارد. خواص درخت سنجد در تمام اندامهاي آن منتشر شده است و ريشه، چوب، پوست و ميوه آن داراي خواص دارويي و صنعتي متفاوتي است از پوست درخت سنجد يك ماده شيميايي دارويي مهم به نام تتراهيدروآرمور - متيل - N استخراج مي‌شود. از برگ درخت سنجد آلكانويد استخراج مي‌شود كه در صنايع داروسازي كاربرد دارد. اسانس گل سنجد در صنايع داروسازي و آرايشي و عطرسازي بكار مي‌رود. درخت سنجد داراي 3 قسمت برون بر (پوست قهوه‌اي رنگ)، ميان‌بر (آردي شكل) و درون بر (هسته چوبي و سفت آن) است كه قسمت ميان‌بر و درون بر آن داراي ارزش غذايي فراوان است. در قسمت ميان‌بر 2 نوع قند گلوكز و فروكتوز، 7 نوع چربي اشباع شده و اشباع نشده وجود دارد. در قسمت درون بر سنجد 17 نوع آمينواسيد و مقداري پروتئين وجود دارد كه هر يك از اين آمينواسيدها خواص دارويي بسيار مفيدي دارند بطوري كه مي‌توان گفت ميوه سنجد يك ميوه دارويي صفراست. اين ميوه در طب سنتي به عنوان تانن قابض است بنابراين در معالجه بيماريهاي دندان، لثه و اسهال و در درمان زخم معده موثر است و مي‌تواند از خونريزي جلوگيري كند. اگر آرد و هسته ميوه سنجد با هم آسياب شود مصرف خوراكي آن بيماري آرتروز را درمان مي‌كند.
خواص سنجد از نظر احاديث :
گوشتش گوشت مي آورد استخوانش استخوان ميرويانند و پوستش پوست آور است كليه ها را گرم و معده را دباغي ميكند و ايمن از بواسير و ادرار قطره قطره است. ساقها را نيرو ميبخشد ، جذام را ريشه كن ميكند و براي تب سودمند است.
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

كبك (قبح)

طريقه مصرف:
گوشت كبك غذاي لذيذي است
توضيحات:
روايت شده به اشخاصي كه تب دارند گوشت كبك بدهيد زيرا به پاها قوت ميدهد و تب را قطع ميكند
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

خرفه (فرفخ)

طريقه مصرف:
مانند ساير سبزيجان خواص خوراك دارد اما سبزي حضرت فاطمه بوده است.
شيوه هاي درماني هم دارد كه در ذيل به آن اشاره خواهد شد :
توضيحات:
قطع كننده خونريزي و چرك ميباشد، گياهي است يك ساله كه وحشي آن خزنده، با ساقه هاي خوابيده كمي قرمز و با برگهاي دايره اي گوشتي كه دور گلهاي كوچك زرد رنگ آن ظاهر مي شوند. نوع پرورشي آن با برگهاي ضخيم گوشتي سرخ رنگ كه بلندي آن 40 ـ 10 سانتي متر است، برگهاي آن گوشتي كلفت با كركهاي كوتاه، تخم آن سياه كوچك. وحشي آن معمولاً در مناطق معتدله دنيا همه جا و در نواحي سايه دار مرطوب در مزارع و بوستانها و حاشيه درياچه ها مي روييد.
در ايران معمولاً كاشته مي شود، ولي به طور وحشي نيز در مناطق شمالي ايران در اطراف رشت، لاهيجان، اطراف تهران، تفرش، اراك و ساير نواحي مي روييد. تكثير آن از طريق كاشت بذر آن صورت مي گيرد و بذر آن را به طور مستقيم در مزرعه اصلي در ماه هاي ارديبهشت تا تيرماه مي كارند. خاك مزرعه بايد غني باشد و چون احتياج به آب زياد دارد آبياري آن بايد مرتباً صورت گيرد.
خرفه از نظر طبيعت طبق نظر حكماي طب سنتي خيلي سرد و تر و داراي نيروي قابضه است و مدر است و معتقدند كه برگ و ساقه آن مسكن صفرا است و آن را قمع مي كند و حرارت خون و كبد و معده را تسكين مي دهد و براي تسكين حدت تبهاي گرم و صفراوي و تسكين عطش و كنترل ترشح ادرار در مورد بيماري ديابت و رفع سردرد هاي گرم مفيد است و خونريزي از هر عضوي را قطع مي كند و همچنين در مواردي كه چرك از سينه آيد قطع مي كند و براي خرد كردن سنگ مثانه و ازدياد ترشح بول مفيد است، يعني مدر است و براي سرفه و سوزش مجراي ادرار و مثانه و روده ها و بواسير و همچنين تسكين حرارت رحم و سوزش و درد آن مفيد است.
تخم آن ضد كرم كدو است و عصاره ساقه و برگ آن براي بيماريهاي كبد و بيماريهاي كمي ويتامين c بسيار مفيد است، البته كمتر از شاهي. زيرا در خرفه تا حد 25 گرم در 100 گرم برگ ويتامينc دارد و به عنوان رژيم غذايي اشخاص مبتلا به اسكوروي تجويز مي شود.
مقدار خوراك از آب برگ ساقه آن 40 گرم كه با 8 گرم نبات يا شكر

مخلوط كرده و خورده مي شود.
اگر آن را پخته و با كمي پياز و روغن سرخ كرده و بخورند براي قطع اسهال صفراوي و تقويت روده ها و تبهاي گرم بسيار نافع است به خصوص در فصل هاي گرم سال و براي اشخاص گرم مزاج.
اگر برگ و ساقه آن را مانند سالاد و با سركه بخورند براي درد كليه بسيار نافع است.
جويدن برگ آن به مقدار كم، كندي دندان را رفع مي كند(كه از خوردن ميوه ترش و يا علت ديگري ايجاد شده باشد)و زياد جويدن آن كندي دندان ايجاد مي كند.
از عصاره آن براي التهابهاي گرم چشم با ماليدن در محل ملتهب استفاده مي شود.
ضماد برگ و ساقه آن با روغن گل سرخ براي تسكين سردردهاي گرم و ورمهاي گرم نافع است و با آرد جو براي جرب نافع است.ضماد برگ و ساقه آن به تنهايي براي تسكين حرارت اعضا و سوختگي آتش مفيد است و اگر بر معده و كبد گذارند براي تسكين حرارت آنها مفيد است و اگر با حنا تهيه شود و بر كف دست و پا گذارده شود براي حرارت و پيسي هاي دست و پا در صورت تكرار مفيد خواهد بود.
ضماد ريشه آن براي زگيل قوي تر از ضماد گياه است. اشتها را كاهش مي دهد و اسراف در خوردن آن نور چشم را نقصان مي دهد. اين قبيل افراد سرد مزاج اگر بخواهند بخورند بايد با نعناع و كرفس باشد، مقدار خوراك از آب آن تا 100 گرم است.
خاصيت تخم خرفه مانند آب خرفه است و گرد برگ و ساقه خشك آن براي زخمهاي دهان اطفال و زخمهاي نظاير آن نافع است و گرد آن براي طحال و معده اشخاص سرد مزاج مضر است.
اگر بيست گرم برگ خشك آن را كوبيده با شكر و جلپ بخورند براي تبها و سرفه هاي گرم بسيار نافع است، مقدار خوراك گرد آن تا 20 گرم است.
مشابه آن در اكثر موارد فوق اسفرزه است.
در مورد خواص خرفه در مدارك فني منتشره در مغرب زمين چنين آمده است:
خرفه در چين و هندوچين مصارف دارويي وسيعي دارد. از خرفه به عنوان خنك كننده، نرم كننده، جبران كننده كمي ويتامينC و نيروبخش، التيام دهنده زخم و محلل ورم استفاده مي شود.
در مدارك زيادي خرفه به عنوان مدر معرفي شده است، ولي بررسي هاي دقيق تر حكما نشان مي دهد كه:
1 ـ در مورد اشخاص سالم و اشخاصي كه كليه نرمال دارند، اثر مدر دارد.
2ـ در مورد اشخاص با كليه هاي ناراحت نيز در مواردي تا حدودي مدر

است از جمله در مورد نفري تيس (يا ورم كليه) و پي لي تيس (ورم كاليس كليه) تا حدودي مدر است.
در ده مدرك از مدارك طب سنتي معتبر آمده است كه مصرف خرفه براي معالجه خوني نافع است.
چي يو معتقد است كه خرفه براي سه نوع اسهال خوني كه در اثر باكتري ايجاد شده مفيد است ولي در مورد اسهال خوني آميبي يا آموبيك ديسانتري بي اثر است.
اليو معتقد است كه مصرف جوشانده خرفه كه كاملاًخوب پخته شده و آب آن گرفته شده باشد براي معالجه اسهال خوني باسيلي يا باسيلري ديسانتري بدون هيچ عوارض جانبي مفيد است.
خواص ديگر استعمال داخلي خرفه:
براي اسهال مفيد است به عنوان ضد كرم براي معالجه اوكسيوريس يا كرمهاي سفيد مفيد است و مسهل ملايم است براي بچه ها مسهل است تصفيه كننده خون است، تب بر و ضد سم است.
در استعمال خارجي:
شيره گياه يا له شده گياه براي تحليل ورم و تومور و التيام زخمهاي شديد سوختگي، بواسير بيماريهاي پوستي، تحليل آبسه، گزيدگي نيش حشرات، عقرب گزيدگي مفيد است.
در موارد نيش حشرات و جانوران مصرف داخلي آن هم مؤثر است ولي البته در مورد زنان حامله نبايد مصرف شود.
تحقيقات جديد دانشمندان نشان داده است كه در خرفه ماده شيميايي بسيار جالب به نام اسيد چرب امگا 3 وجود دارد. اين همان چربي معروفي است كه در روغن ماهي يافت مي شود و عامل مؤثري براي كاهش كلسترول و فشار خون است و از اين نظر كه اين گياه را در رديف گياهان ارزشمند ضد سرطان و ضد فشار خون قرار مي دهد و به علاوه داراي مقدار قابل ملاحظه اي ويتامين c است كه آن هم از ضد اكسيد كننده ها است و ضد عوامل سرطان زا است.
خواص خرفه از نظر احاديث :
بر روي زمين سبزي خوردني شريفتر از آن نيست و سبزي خوردني حضرت فاطمه (ع) است و عقل را زياد ميكند
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

## گوشت خشك شده (قديد)

طريقه مصرف:
نبايد خورده شود و از خوردن آن نهي شده
توضيحات:
روايت شده كه دو چيز فاسد هستند كه به شكم تندرستي وارد نميشود الا ان كه آن را فاسد ميكنند و آن دو چيز گوشت خشك شده و پنير خشك شده است و دو چيز صالح هستند كه به شكم فاسد وارد نميشوند الا آن كه آن را اصلاح ميكنند و آن دو انار و آب نيمه گرم است. گوشت خشك شده بدن را لاغر و منهدم ميكند و چه بسا ميكشد و بيماري را برمي انگيزد و اين گوشت بدي است و به همه چيز زيان ميرساند و چيزي برايش فايده ندارد
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

## كافور

طريقه مصرف:
براي سرمه و مصارف ديگر
توضيحات:
اگر از صبر، مُر و كافور به اندازه مساوي سرمه بكنند براي ضعف چشم مفيد است و روايت شده كافور رياحي و صبر سقوطري را به يك اندازه با هم ميكوبند و از پاچه حريري ميبريزند و سرمه ميكنند و يك بار سرمه در ماه هر دردي را كه در سر باشد فرو مينشاند و آن را از بدن بيرون ميراند
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

تره (كراث - گندنا)

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
براي درد طحال اگر سه روز آن را بخورند سودمند است و بوي دهن را خوش ميكند ،بادها را ميراند ، بواسير را قطع ميكند و براي كسي كه هميشه از آن بخورد ايمني از جذام است و روايت شده آن را با روغن عربي خوب سرخ كن و به كسي كه درد طحال دارد سه روز بخوران شايسته است آن را بشويند ريشه اش را قطع كنند و سرش را بزنند و سيد سبزيهاست و سبزي رسول الله(ص) و هفت قطره از بهشت بر آن ميچكد و روايت شده براي بواسير مفيد است.
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

# گشنيز (كنز بره)

طريقه مصرف:
سبزي آن به صورت خوراكي به مصرف ميرسد و تخم آن نيز خواص دارويي دارد
توضيحات:
گشنيز Coriander
نام علمي Coriangrum sativum
گياه شناسي
گشنيز گياه بومي جنوب اروپا و مناطق مديترانه است . در بيشتر نقاط ايران نيز مي روييد . از زمانهاي قديم وجود داشته و حتي مورد مصرف مصري ها بوده است .
بقراط اين گياه را مي شناخته و براي درمان بيماريهاي مختلف از آن استفاده مي كرده است . در قرون وسطي ضعف جنسي را با گشنيز درمان مي كردند .
گشنيز گياهي است علفي و يكساله ، برنگ سبز كه ارتفاع آن تا 80 سانتيمتر نيز مي رسد . برگهاي آن به دو شكل ظاهر مي شود آنهائي كه در قاعده ساقه وجود دارد بشكل دندانه دار و ديگري در طول ساقه كه باريك و نخي شكل مي باشند .
قسمت مورد استفاده گياه ساقه و برگ و ميوه آن است . ميوه گشنيز گرد و برنگ زرد مي باشد . بوي تازه آن مطبوع نبوده و تقريبا بد بو است ولي بر اثر خشك شدن اين بو از بين رفته و خوشبو مي شود . حتي نام لاتين گشنيز از لغت يوناني Korio مشتق شده كه به معني بد بو است .
خواص طبي گشنيز
گشنيز و تخم گشنيز از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است
خواص تخم گشنيز از قرار زير است
1)تخم گشنيز را پودر كرده و با نسبت مساوي با شكر و يا عسل مخلوط كنيد براي تقويت بدن بسيار مفيد است
2)معده را تقويت مي كند
3)خوزن تخم گشنيز با غذا به هضم غذا كمك مي كند
4)ادرار آور است
5)قاعده آور است
6)كرم هاي معده و روده را از بين مي برد
7)براي برطرف كردن تب تيفوئيد مفيد است
8)خاصيت ضد باكتري درد و بيماريهاي عفوني روده را برطرف مي كند

9)تب هاي نوبه اي را از بين مي برد
10)براي نرم كردن سينه از جوشانده تخم گشنيز استفاده كنيد
11)جوشانده تخم گشنيز خواب آور است
12)زكام را برطرف مي كند
12)تخم گشنيز شير را در مادران شير ده زياد مي كند
13)براي تسكين درد دندان تخم گشنيز بجويد
14)تقويت كننده قلب است
15)جوشانده تخم گشنيز يا خوردن تخم گشنيز بوداده اسهال خوني را برطرف مي كند
خواص برگ وساقه گشنيز
1) گشنيز خواب آور است
2)مسكن و آرام كننده است
3)مسموميت هاي حاصله از مواد پروتئيني را برطرف مي كند
4)با غذا گشنيز بخوريد تا از ترش شدن غذا جلوگيري كند
5)تشنگي را برطرف مي كند
6)طحال را تميز و تقويت مي كند
7)براي فتق مفيد است
8)براي برطرف كردن بوب بد دهان سوپ گشنيز بخوريد
9)دل درد را برطرف مي كند
طرز استفاده:
براي برطرف كردن دندان درد
حدود 10 گرم تخم شگنيز را در چهار ليتر آب ريخته و بگذاريدبجوشد تا حجم آن به يك ليتر برسد آنرا كمي سرد كنيد و در دهان مضمضه كنيد تا درد دندان برطرف شود
براي شستن دهان و دندان
يك قاشق چايخوري پودر تخم گشنيز را در يك ليوان آّب جوش ريخته و بمدت 5 دقيقه دم كنيد سپس آنرا براي شستن دهان دندان و گلو غرغره كنيد
مرجع: كتب طب سنتي

# گلابي ( كمثري )

طريقه مصرف:
خوردني به صورت ميوه و آب ميوه
توضيحات:
گلابي Pear
نام علمي Pirus communis
گياه شناسي
گلابي درختي است كه بلندي آن به حدود 10 متر مي رسد و بيشتر در مناطق سردسير و كوهستاني مي ريود . اين درخت بومي مناطق جنوبي درياي خزر مي باشد .
ريشه گلابي عميق است برگهاي آن صاف و دندانه دارمي باشدگلهاي گلابي سفيد رنگ مايل به صورتي و بصورت خوشه اي است . ميوه درخت گلابي مخروطي شكل ، گوشتدار ، شيرين و يا ترش و شيرين و برد است از تمام قسمتهاي گلابي مانند برگهاي جوان پوست وس اقه ميوه آن استفاده طبي بعمل مي آيد .
خواص ميوه گلابي
گلابي از نظر طب قديم ايران گرم و تر است
1)گلابي سنگ مجاري ادرار را دفع مي كند
2)آرام بخش و تب بر است
3)در رفع عفونت مجراي ادرار موثر است
4)مقوي بدن است
5)تشنگي را برطرف مي كند
6)سوزش مثانه و مجراي ادرار را رفع مي كند
7)چون قند گلابي (لوز ) است بنبراين آنهايي كه مبتلا به مرض قند هستند مي توانند از آن استفاده كنند و براي آنها مضر نيست
8)براي دفع سموم بدن بسيار موثر است
9)براي پائين آوردن فشار خون بايد مدت چند روز فقط گلابي مصرف كنيد و غذاي ديگر نخوريد . البته اين رژيم بايد تحت نظر دكتر انجام گيرد و با اجازه پزشك متخصص باشد
خواص ديگر قسمت هاي درخت گلابي
برگ وشكوفه درخت گلابي از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است
1-شكوفه درخت گلابي مقوي معده است و خونريزي و اسهال را بند مي آورد
2-در مورد ورم چشم از ضماد شكوفه گلابي استفاده كنيد

3-تخم گلابي ضد كرم معده و روده لست
4-دم كرده برگ گلابي براي رفع اسهال مفيد است
5-براي دفع سنگ كليه 50 گرم برگ گلابي را با 50 گرم پوست سيب در يك ليتر آب جوش ريخته و بمدت 20 دقيقه دم كنيد و آنرا بتدريج بنوشيد
6-براي شستشوي زخم ها 50 رگم پوست ساقه درخت گلابي را در يك ليتر آب ريخته و بگذاري چند دقيقه بجوشد و سپس آنرا كم كم بنوشيد.
خواص گلابي از نظر احاديث :
روايت شده گلابي بخوريد زيرا دل را جلا ميدهد و به اذن خدا دردهاي درون را فرو مينشاند و معده را دباغي ميكند گلابي و به با هم برادرند و در هنگام سيري مفيدتر از ناشتا هستند و كسيكه سنگيني و غش به او برسد بايد ناشتا و قبل از غذاي صبح بخورد
مرجع: كتب طب سنتي

# کندر

طريقه مصرف:
بهترين راه مصرف كندر
آنرا كوبيده و هر روز صبح ناشتا يك قاشق مربا خوري از آنرا در يك استكان آب حل كرده و مصرف نماييد.
همچنين ميتوانيد آنرا در دهان گذاشته و به صورت آدامس از آن استفاده نماييد اما كمي تلخ ميباشد.
توضيحات:
جويدنش لثه را محكم ميكند و بوي دهان را ميزدايدبراي حافظه مفيد است و روايت شده براي حفظ قرآن و قطع ادرار و بلغم از آن بخورند
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

# شير

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
شير گوسفندان سياه بهتر از شير گوسفندان سرخ است اما شير گاو قرمز بهتر از شير گاو سياه ميباشد و كسي كه در آب پشتش ( مني ) دگرگوني رخ دهد شير تازه و عسل برايش مفيد است شير گوشت نو ميرويانند استخوان را محكم ميكندو سر كشيدن شير شفاي هر دردي است الا مرگ و روايت شده كه بخدا قسم شير هيچ زياني ندارد و هيچ كس از نوشيدن شير گلو گير نميشود و كسيكه شير را به عشق رسول خدا (ص) بياشامد زيان نميبيند و در كل شير گاو بهتر از شير گوسفند ميباشد.
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

## گوشت (لحم)

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
گوشت گوشت ميروياند و كسيكه چهل روز آنرا ترك كند بد خلق ميشود و كسيكه بد خلق شد در گوشش اذان بگوييد و در روايت از زياد خوردن گوشت نهي شده و گوشت گاو با چغندر براي بيماري سفيد شدن چشم مفيد است و همچنين ابگوشت آن سفيدي را ميبرد و روايت شده كه اَردبوداده و شور باي گوشت گاو براي وضح (لكه هاي سفيد پوستي) سود مند است و روايت شده كه گوشت گاو درد است و گوشت مرده چنين است و كسي به خوردن آن عادت نميكند مگر آنكه بدنش ضعيف ميشود و جسمش ناتوان مي گردد و قوت اش را از دست ميدهد نسلش قطع مي گردد و مرده خوار نميميرد مگر به مرگ فجأه ( ناگهاني ) و گوشت سيد غذاهاي بهشت و سيد خوردنيهاي دنيا و آخرت است و بهترين گوشتها گوشت گوسفند است و روايت شده مرغوبترين گوشتها گوشت كبوتر بچه اي است كه تازه به پرواز در آمده يا نزديك پرواز است.
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

لقاح (ناقه)

طريقه مصرف:
شير شتر
توضيحات:
شيرش شفاي هر درد و افتي و جسد است بدن را پاك ميكند و چيزهاي گنديده آنرا بيرون رانده و آنرا خوب ميشويد و پيشابش شفاي ربو ( تنگي نفس در حال ايستادن ) است
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

آب (ماء)

طريقه مصرف:
نوشيدني و ....
توضيحات:
روايت شده كه براي تب دارويي بهتر از آب سرد و دعا نيافتيم و زياد نوشيدن آب ماده هر درد است و آب زمزم براي هر دردي كه نوشيده شود شفا است و روايت شده كه شفاي هر درد است . اگر كسي آب باران را قبل از آنكه به زمين برسد را در ظرفي تميز جمع كند براي هر يك (ظا هرا منظور براي هر ظرف) هفتاد بار سوره هاي الحمد و قل هو الله و معوذتين (سوره هاي فلق و ناس) بخواند و هر روز يك جام و هر شب يك جام از آن بياشامد خداوند هر بيماري را از بدن ، استخوانها ، مخ ، و رگهاي او ميبرد. اب باران بدن را تطهير ميكند و بيماريها را دفع ميكند اب نيمه گرم براي هر چيز سود مند است و از چيزي زيان نميبيند ادرار كردن در آب راكد فراموشي مي آورد و آب ميزاب كعبه ( ناوداني كه بر بام كعبه در بالاي حجر اسمعيل نصب شده و معروف به ميزاب رحمت است) شفا است اب نيمخور مؤمن شفاي هفتاد درد است و اب سيد نوشابه هاي دنيا و آخرت است.
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

ماست

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
كسي كه ميخواهد ماست بخورد و به او زيان نرساند بايد هاضوم يعني زنيان بر آن بريزد
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

ماش

طريقه مصرف:
خود ماش و آبي كه در آن پخته شود خوراكي ميباشد.
توضيحات:
ماش را ميپزند و كسيكه مبتلا به بهق ( لكه هاي پوستي ) باشد آبش را مينوشد و خود آن را در غذايش ميريزند
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

مر

طريقه مصرف:
سرمه به چشم ميشود
توضيحات:
سرمه كردن مر با كافور براي چشم مفيد است
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

## نمك (ملح)

طريقه مصرف:
مصرف نمك قبل از خوردن غذا براي پيشگيري از بسياري بيماريها مفيد ميباشد.
توضيحات:
غذاي خود را با نمك آغاز كن زيرا شفاي هفتاد و دو درد در آن است. كه از آن جمله اند : جنون ، جذام ، برص ، گلودرد ، دندان درد ، دل درد ، لك و پيس چهره و گزش عقرب و براي اين منظور آنرا با آب خمير كرده و بر موضع مينهند و اگر مردم ميدانستند كه چه چيز در نمك است در بكار بردن آن بعنوان تريا‌ق مبالغه ميكردند.
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

## شراب (نبيذ)

طريقه مصرف:
حرام است و نبايد مصرف شود.
توضيحات:
خداوند در حرام شفا قرار نداده و مصرف آن مضرات بسياري دارد كه از آن جمله ميتوان به كم شدن عقل انسان اشاره كرد.
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

نوره (داروي نظافت)

طريقه مصرف:
ضماد كردني ميباشد
توضيحات:
نوره يكي از اقسام دارو است و بدن را فربه ميكند و اگر آنرا با حنا مخلوط كنند و در حمام برخود بمالند وضح (لكهاي سفيد پوست ) و بحق ( لكهاي سياه پوستي ) را ميزدايد . تنوير وسيله طهارت است و كسي كه با انگشت ان را برداردو ببويد و بر سر بيني خود بگذارد و دعاي( الهم ارحم سليمان بن داود كما امرنا بالنوره) را بخواند او را نمسوزاند ،نوره اب صلب (مني) را زياد ميكند و بدن را نيرو ميدهد و بر پيه كليه مي افزايد و بدن را فربه ميكند و يك بار استعمال آن در تابستان مفيدتر از ده برابر آن در زمستان است موي بدن همين كه بلند شد آب پشت را قطع ميكند و مفاصل را سست ميكند و ضعف و سل ميآورد و كسي كه پس ماليدن آنها از فرق تا قدم خود را حنا بمالد از جنون ، جذام، برص و آكله در امان است
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

## حليم (هريسه)

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
يكي از انبيا از ضعف و كمي نيروي نزديكي به خدا شكايت كرد خداوند به او امر فرمود كه حليم بخورد.
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

## كاسني (هندبا)

طريقه مصرف:
دم كردني و خوراكي به عنوان سبزي
توضيحات:
سيد سبزي ها است مني را زياد ميكند و رخساره را خوشرنگ ميكند گرم و نرم است و پسر را زياد ميكند هر روز صبح قطره هايي ازبهشت بر آن ميچكد شايسته آن است كه هر وقت كاسني ميخورند آن را تكان ندهند كسي كه شب بخوابد و در شكمش هفت طاقه كاسني باشد در آن شب انشاءالله از قولنج در امان است در كاسني شفاي هزار درد است و دردي در اندون آدمي نيست مگر آنكه كاسني آن را ريشه كن ميكند براي تب و سردرد روغن آن تجويز شده
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

مورد (آس - مرسين)

طريقه مصرف:
خوراكي و ماليدني
توضيحات:
براي رويياندن مو و جلوگيري از ريزش آن و همچنين تقويت اعصاب مفيد ميباشد.
مرجع: كتب طب سنتي

آجر

طريقه مصرف:
بخور دادن و نشستن بر آجر گرم
توضيحات:
اجر را اگر بگدازند و در آب بيندازند تا آنرا بخار كند و سر را با آن بخور دهند براي دفع مواد سرد مغزي ، نزله ها ، دردسر كهنه مفيد است ، نشستن بر آجر داغ براي اسهال و پيچ رطوبتي و سرد بادي و درد بواسير مفيد است .
مرجع: كتب طب سنتي

ابریشم

طریقه مصرف:
همراه با عسل خورده میشود
توضیحات:
يك درهم از آن كه با قيچي تكه تكه شده باشد با سه درهم عسل شادي آور است
مرجع: كتب طب سنتي

ابقر (شوره)

طريقه مصرف:
با شكر خورده ميشود
توضيحات:
براي ناراحتي هاي طحالي و در پشت و كمر و بند امدن پيشاب مفيد است
، ربع تا دو درهم از آنرا با شكر ميخورند و به تجربه رسيده
مرجع: كتب طب سنتي

ابهل (سرو كوهي)

طريقه مصرف:
با روغن زيتون پخته ميشود تا سياه شود
توضيحات:
قطورش براي كري مفيد است و ماليدن آن همراه با سركه داءالثعلب را بهبود ميبخشد و براي ربو و بواسير نيز مفيد است
مرجع: كتب طب سنتي

اترج ( ترنج )

طريقه مصرف:
هم تخمش و هم خودش خورده ميشود
توضيحات:
تخمش بنا به تجربه براي دفع سموم حيوانات از تراق الكبريت مفيد تر است و اگر مرواريد را در ابش حل كنند تريا‌ق سمها و بيماري اندام هاي رئيسه و اسهال شديد است
مرجع: كتب طب سنتي

اثل ( گزشور - شوره گز )

طريقه مصرف:
هم چوبش و هم ميوه اش مصرف ميشود
توضيحات:
خاكستر چوبش براي جلو گيري از خونريزي اعضاء مفيد است و دو و نيم درهم از ميوه اش با دو و نيم درهم گل انار فارسي را اگر دو يا سه بار بخورند اسهال را قطع ميكند پخته اش همراه با مازو و انار جانشين حبهاي جيوه اي و چوب چيني است و قرحه ها و زخمها سفليس و آكله و نمله(نوعي دانه كه به بدن ميزند) را بهبود ميبخشد
مرجع: كتب طب سنتي

سنگ سرمه (اثمد)

طريقه مصرف:
سرمه و مصارف ديگر
توضيحات:
با حضض و سماق براي اشكريزي و جرب چشم مفيد است و باحسن لبه در گوشت آوري و به هم آوردن زخم آدمي را از داروي ديگر بي نياز ميكند
مرجع: كتب طب سنتي

اخثا (سرگين)

طريقه مصرف:
ضماد و ...
توضيحات:
سرگين گاو با پياز دشتي براي قوبا (لگ پيسي وخشونت پوست) سعفه ( كچلي و قرحه هاي سر) وداءالثعلب ( روزش موي بدن) مفيد است و ضمادش بر ورم و زنبور گزيدگي سودمند است
مرجع: كتب طب سنتي

ازاراقي ( كچله)

طريقه مصرف:
خوراك اين معجون يك با دو مثقال است
توضيحات:
معجونش براي فلج و سستي و دردهاي سرد مفيد است عادت ترياك را قطع ميكند و درد مفاصل و عرق النسا (سياتيك) ، ادرار بي اختيار را بهبود ميبخشد
مرجع: كتب طب سنتي

اذخر ( كاه مكه)

طريقه مصرف:
همراه با سكنجبين خورده ميشود
توضيحات:
همراه با سكنجبين در روزهاي آخر تب هاي بلغمي مفيد است و مخلوط با فلفل براي تهوع سودمند است
مرجع: كتب طب سنتي

ارغوان ( ارجوان)

طريقه مصرف:
چوب سوخته اش ضماد بر ابرو ميكنند
توضيحات:
براي سياه كردن موي ابرو مفيد است
مرجع: كتب طب سنتي

# جو

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
جو Barley
نام علمي Hordeum vulgare
گياه شناسي
جو گياهي است علفي و يكساله كه ارتفاع آن بسته بانواع مختلف آن تا يك متر مي رسد . برگهاي آن متناوب و باريك و دراز و به رنگ سبز تيره مي باشد .
جو از نظر كاشت به دو دسته تقسيم مي شود : جو بهاره و جو پائيزه .
جو بهاره در بهار كشت مي شود و احتياج به سرماي زمستان ندارد و قبل از زمستان دانه مي دهد در حاليكه جو پائيزه در پائيز كشت مي شود و محتاج سرماي زمستان است .
خواص داروئي:
جو معمولا به سه صورت در بازار عرضه مي شود
1) جو پوست نكنده كه هنوز سبوس آن جدا نشده
2)جو پوست كنده كه پوست آن گرفته شده است
)3جو سفيد كه پوست وسبوس آن گرفته شده است و بنام جو مرواريدي معروف است .
جو از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است
1)غذايي بسيار مقوي است .
2)خاصيت نرم كننده دارد .
3)در قديم از جو زياد استفاده مي كردند .
4)براي نقرس مفيد است .
5)جوشانده جو داروي خوبي براي مبتلايان به تب و كم خوني و سوء هاضمه است .
6)ماء الشعير براي درمان سل زخم هاي ريوي و سردرد گرم مفيد است .
7)ماء الشعير خون ساز است و زود هضم مي شود.
8)ماء الشعير را با خشخاش كوبيده براي سردرد مفيد است .
9)براي درمان نقرس پماد در جو را با آب بر روي قسمت هاي دردناك بگذاريد .
10) جو را با شكر مخلوط كرده غذاي خوبي براي اطفال است .
11)بيسكوبيت جو بهترين دارو براي درمان يبوست است و حتي نفخ و

شكم درد را از بين مي برد.
12)سرد مزاجان بايد جو را با شكر بخورند.
13)كشك الشعير براي مزاج هاي گرم و اسهال هاي صفراوي مفيد است .
14)براي برطرف كردن گلو درد و ورم گلو كشك الشعير را قرقره كنيد .
15)براي پائين آرودن كلسترول از جو استفاده كنيد .
16)جو چون داراي پروتئاز مي باشد بنابراين از سرطان جلوگيري مي كند .

مرجع: كتب طب سنتي

پسته

طريقه مصرف:
پسته و مغز آن خوراكي ميباشد و در آجيل مصرف ميشود و ديگر قسمتهاي پسته هم كاربرد دارويي دارند كه در ذيل به آن اشاره خواهيم كرد :
توضيحات:
پسته Pistachio
نام علمي Pistaca
گياه شناسي
پسته درخت دوپايه اي است كه ارتفاع آن به حدود پنج متر مي رسد و بحالت خودرو در ايران و افغانستان
مي رويد .
برگهاي درخت پسته متناوب و مركب از 2 يا 3 برگچه نوك تيز با يك برگچه انتهايي است وبرنگ سبز روشن مي باشد . گلهاي آن خوشه اي است گل نر آن فاقد گلبرگ است .
خواص داروئي:
خواص مغز پسته
مغز پسته از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است .
1)مغز پسته بعلت داشتن آهن خون ساز است و آنهائيكه مبتلا به كم خوني هستند بايد حتما روزانه مقدايرپسته بخورند .
2)خوردن پسته نيروي جنسي را تقويت مي كند .
3)مغز و ذهن را تقويت مي كند .
4)براي آرامش قلب و آرام كردن اعصاب مفيد است .
5)براي باز كردن مجاري كبد مصرف پسته توصيه مي شود .
6)پسته معده را تقويت مي كند .
7)براي تسكين سرفه مفيد است .
8)اسهال معمولي و اسهال خوني را درمان مي كند .
9)جوشانده پوست درخت پسته براي برطرف كردن خارش اعضاي تناسلي زنان مفيد است .
10)جوشانده پوست و برگ درخت پسته براي رفع درد و خارش مقعد مفيد است
خواص پوست سبز پسته
پوست سبز پسته تازه از نظر طب قديم ايران سرد وخشك است و داراي خواص زير مي باشد :
1-براي رنگرزي بكار مي رود.

2-بهترين دارو راي رفع بوي بد دهان است .
3-جويدن آن باعث التيام زخم هاي داخل دهان مي شود.
4-براي استحكام لثه آنرا روي لثه بماليد و يا بجويد .
5-دم كرده پوست سبز پسته حالت دل بهم خوردگي و استفراغ را از بين مي برد.
6-دم كرده آن براي رفع اسهال مفيد است .
7-براي رفع سكسكه پوست سبز پسته را دم كنيد و يك فنجان از آنرا بنوشيد .
خواص پوست سفيد پسته
پوست سفيد پسته براي بواسير و بيرون زدن مقعد مفيد است . براي درمان اين بيماري بايد پوست سفيد پسته را در آب بجوشانيد و آنرا داخل لگني بريزيد و شخصي را كه اين بيماري را دارد براي چند دقيقه در آن بنشيند . باعث تسكين درد و تخفيف بيماري مي شود .
مرجع: كتب طب سنتي

اسفنج

طريقه مصرف:
ضماد ميشود
توضيحات:
فتيله اش زخم را وسعت مي بخشد و اگر آنرا بسوزانند و با روغن زيتون مرهم كنند و بر غده هاي خنازيري ضماد كنند آنها را حل مينمايد و سنگي كه در ميان ان است سنگ مثانه را خورد ميكند
مرجع: كتب طب سنتي

سفيد آب قلع (اسفيداج)

طريقه مصرف:
ضماد ميشود
توضيحات:
ضماد آن همراه با شير براي ورم گرم . مفاصل گرم و سفيد آب يزدي براي باد سرخ و ورمهاي گرم مفيد است و بايد با آب بر موضع ماليده شود
مرجع: كتب طب سنتي

اسقيل (عنصل - پياز دشتي)

طريقه مصرف:
هم خودش و هم تخمش خوراكي است
توضيحات:
ضمادش براي زگيل و شقاقي كه از سرما پديد آمده باشد مفيد است و اگر داخل آن را با سركه بسايند ماليدنش در حمام براي بحق (لكه هاي روي پوست) سود بخش ميباشد و اگر تخم آنرا با سركه انگور با اندازه نخود حب كنند و آنرا در انجيري كه در سركه خيسانده اند بگذارند و بخورند و بر روي آن آب گرم بياشامند قولنج را بهبود ميبخشد
مرجع: كتب طب سنتي

كما (اشق)

طريقه مصرف:
ضماد كردني
توضيحات:
براي زدودن گوشت زايد و آوردن گوشت مفيد است
مرجع: كتب طب سنتي

اشنان

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
يك درهم از آن ادرار آور است و موجب قاعدگي است و براي استسقاء مفيد ميباشد
مرجع: كتب طب سنتي

پاي كلاغ (اطريلال)

طريقه مصرف:
همراه با عسل و در داروهاي تركيبي متفاوت است
توضيحات:
يك درهم از آن با عسل باد شكن است و براي قولنج و تاب روده مفيد است و در معجوني ديگر براي پيسي مفيد است كه بيمار با يد نخست در آفتاب بنشيند و از آب بپرهيزد تا عرق كند و سه روز بايد اين كار را ادامه دهد تا موضع پيس تاول بزند و آب زردي از آن بيرون آيد سپس از معجون فوق بر ان مواضع بمالد و همچنين اگر پانزده روز هر روز سه درهم با عسل از آن بخورد مفيد است
مرجع: كتب طب سنتي

اظفار الطيب (ناخنهاي خوشبو)

طريقه مصرف:
بخور دادن با آن
توضيحات:
بخور آن در زير دامن زنان صرع را ميزدايد و موجب قاعدگي است
مرجع: كتب طب سنتي

افتيمون

طريقه مصرف:
در معجون بكار ميرود
توضيحات:
ده درهم از آن ر درنيم رطل شير ميخيسانند و ميفشارند و با پانزده مثقال سكنجبين مخلوط ميكنند و ميخورند تا يك هفته ادامه ميدهند براي تپش قلب و ترس از تنهايي ، ماليخوليا و تشنج مفيد است
مرجع: كتب طب سنتي

اقاقيا

طريقه مصرف:
خوردني
توضيحات:
همراه با لادن و روغن گل سرخ براي قطع اسهال بچه ها مفيد است
مرجع: كتب طب سنتي

كشك

طريقه مصرف:
ضماد كردني
توضيحات:
همراه با پشم سوخته و جو سوخته به اندازه مساوي براي حزاز (شوره سر) مفيد است
مرجع: كتب طب سنتي

املج (آمله)

طريقه مصرف:
خوردني
توضيحات:
سفوف آن با هموزنش قند به اندازه روزي پنج درهم با آب نيمه گرم براي خراش روده ماده بواسير و نواصير ، ضعف معده و بينايي و تاريكي چشم سودمند است و اگر آنرا همراه با افسنتين بخورند معده را تقويت ميكند خوردن مرباي آن هر روز براي تعادل بخشيدن به بدن مفيد است
مرجع: كتب طب سنتي

زرشك (انبر باريس)

طريقه مصرف:
هم خودش و هم شربتش خوردني است
توضيحات:
زرشك Barberry
نام علمي Berberis
گياه شناسي
زرشك درختچه اي است داراي ساقه اي خاردار كه ارتفاع آن تا 4 متر نيز ميرسد . چوب اين درخت قهوه اي ، قرمز و يا زرد رنگ مي باشد . برگهاي آن بيضي شكل با دندانه هاي اره اي و گلهاي آن خوشه اي و زرد رنگ است
شاخه هاي زرشك تيغ زيادي دارد . ميوه زرشك قرمز رنگ ، گوشتي بيضوي شكل و داراي طعمي ترش است
قسمت مورد استفاده اين گياه ريشه ، پوست رشه و ساقه ، برگ گل و ميوه آن است .
خواص داروئي:
خواص طبي زرشك
زرشك از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است ميوه زرشك خواص زير را دارد:
1)قابض است
2)تقويت كننده قلب و كبد است
3)بواسير خوني را درمان مي كند
4)خونريزي را برطرف مي كند
5)براي برطرف كردن بيماريهاي كبدي مفيد است
6)صفرا بر است
7)دم كرده زرشك را براي برطرف كردن ناراحتي هاي دهان غرغره كنيد .
خواص ريشه و پوست ساقه
1)صفرا بر و مسهل است
2)كبد را پاك و تقويت مي كند
3)اعمال دستگاه گوارش را منظم مي كند
4)سوء هاضمه را از بين مي برد
5)بي اشتهايي را برطرف مي كند
6)براي رفع يبوست مفيد است
7)در درمان يرقان و زردي موثر است

8)نقرس و روماتيسم را برطرف مي كند
9)خانم هائيكه بين دو عادت ماهيانه خونريزي دارند بايد براي برطرف كردن آن از ريشه و ساقه زرشك استفاده كنند .
10)آنهائيكه مبتلا به ورم طحال هستند مي توانند براي معالجه از اين گياه كمك بگيرند .
11)واريس را درمان مي كند .
12)براي معالجه بواسير نافع است .
13)براي برطرف كردن سوزش ادرار مفيد است .
14)فشار خون را پائين مي آورد
15)براي شست وشوي چشم مي توانيد از جوشانده ريشه و ساقه و زرشك استفاده كنيد .
خواص برگ زرشك
1-آب آوردگي بدن را برطرف مي كند .
2-اسهال هاي مزمن را درمان مي كند .
3-برگ زرشك داراي مقدار زيادي ويتامين C مي باشد بنابراين در درمان بيماري اسكوربوت اثر مفيد درد .
4-جويدن برگ زرشك باعث محكم شدن لثه و دندان مي شود .
5-در موقع آنژين و گلو درد ، دم كرده برگ زرشك را غرغره كنيد .
مرجع: كتب طب سنتي

گزنه(انجره)

طريقه مصرف:
خوردني و در مواردي به صورت ماليدني به مصرف ميرسد.
توضيحات:
گزنه Nettle
نام علمي Urtica dioica
كليات گياه شناسي
گزنه گياهي است كه از دوران ماقبل تاريخ نيز وجود داشته و مردم آن زمان از آن براي تغذيه استفاده مي كردند و از خواص درماني آن اطلاع داشته اند .
جالينوس حكيم كه در قرن دوم ميلادي زندگي مي كرده آنرا براي رفع سرماخوردگي و بيماري دستگاه تنفسي بكار مي برده است .
گزنه گياهي است علفي و چند ساله كه ساقه آن چهار گوش بوده و بطور قائم تا ارتفاع يك متر بالا مي رو د. اين گياه در خرابه ها باغها و نقاط مرطوب كه چهارپايان از آن عبور مي كنند بحالت خودرو مي روي ريشه اين گياه خزنده بوده و در ناحيه اي كه سبز مي شود كم كم تمام منطقه را فرا مي گيرد .
ساقه اين گياه را پرزها و تارهاي مخروطي شكل پوشانده كه در صورت لمس كردن ساقه بدست مي چسبد و پوست را مي گزد كه توليد خارش و سوزش مي كند و شايد بهمين دليل آنرا گزنه ناميده اند .
تخم آن نرم ، ريز و تيره رنگ و مانند تخم كتان است قسمت مورد استفاده اين گياه برگهاي تازه ، ريشه شيره و دانه آن است .
خواص داروئي:
گزنه از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است
1) گزنه مو را تقويت كرده و از ريزش موي سر جلوگيري مي كند ، حتي در بعضي از موارد موي سر دوباره مي روي د . براي استفاده از اين خاصيت 6 گرم سر شاخه ها و برگها و ريشه گزنه را بتنهايي و يا با 30 گرم چاي كوهي در يك ليتر آبجوش ريخته و آنقدر بجوشانيد تا حجم مايع به نصف برسد . شبها مقدري از اين مايع را به سر بماليد و صبح بشوئيد .
2)براي براق شدن و جلا دادن به موها بعد از شستشوي سر موها را با چاي گزنه ماساژ دهيد . بدين منظور يك قاشق چايخوري برگ گزنه خشك را در يك ليوان آب جوش ريخته و مدت نيمساعت بگذاريد بماند . ماساژ دادن با اين چاي ، شوره سر را برطرف مي كند.
3)دستگاه هاضمه را تقويت مي كند

4)ادرار را زياد مي كند
5)براي درمان بيماري قند مفيد است بدين منظور يك فنجان چاي گزنه را سه بار در روز ميل كنيد
6)ترشح شير را در زنان شيرده زياد مي كند
7)اخلاط خوني را برطرف مي كند
8)بيماريهاي پوستي را برطرف مي كند
9)براي باز كردن عادت ماهيانه از دانه گزنه استفاده كنيد
10)در درمان كم خوني موثر است و تعداد گلبولهاي قرمز را زياد مي كند
11)اگر در ادرار خون وجود داشته باشد گزنه آنرا برطرف مي كند
12)گزنه عرق آور است
13)پاك كننده اخلاط سينه ، ريه و معده است
14)نيروي جنسي را تقويت مي كند
15)گرفتيگي هاي كبدي را رفع مي كند
16)براي از بين بردن زگيل ، ضماد برگهاي تازه آنرا روي زگيل بماليد .
17)براي پاك كردن مثانه ، رفع عفونت مثانه و دفع سنگ از مثانه برگ گزنه را همراه با ريشه شيرين بيان دم كنيد و بنوشيد
18)براي التيام زخم ها و زخم هاي سرطاني از ضماد تخم گزنه مخلوط با عسل استفاده كنيد
19)براي برطرف كردن كهير از جوشانده گزنه بمقدار سه فنجان در روز بنوشيد
20)درد نقرس را كاهش مي دهد
21)براي برطرف كردن ناراحتي هاي زنانه قبل از عادت ماهيانه از چاي گزنه استفاده كنيد
22)ناراحتي هاي كليه را برطرف مي كند
23)ضماد آن درد عضلاني را برطرف مي كند
24)كرم معده و روده را مي كشد
25)درمان كننده بواسير است
26)براي برطرف كردن درد رماتيسم ، برگهاي تازه آنرا روي پوست بماليد .

مرجع: كتب طب سنتي

انزروت (عنزروت)

طريقه مصرف:
هم در سرمه به كار ميرود و هم براي سرما خوردگي خورده ميشود.
توضيحات:
همراه با مرواريد و مرجان سوخته و قند به اندازه مساوي براي سفيد شدن چشم و نيز مربايش براي اين بيماري و خرابي چشم مفيد است . يك درهم ، بلغم و صفرا را و خلطهاي نارس را بيرون ميكند.
مرجع: كتب طب سنتي

انيسون ( باديان رومي)

طريقه مصرف:
خوردني است
توضيحات:
براي بيماري سبل (ورم خون قرنيه) كهنه مفيد است و ادامه خوردن آن بادها را بتحليل ميبرد، ادرار آور ، موجب قاعدگي و عرق آور است و براي حرارت دست و پا و باز كردن گرفتگي هاي كبد سودمند ميباشد
مرجع: كتب شيعه و اسلامي

هليله زرد

طريقه مصرف:
هم خوراكي و هم براي سرمه چشم به كار ميرود
توضيحات:
اگر سرمه شود براي اشك ريزي چشم مفيد است و اگر يك در هم از را با قند بخورند معده و قلب را تقويت ميكند
مرجع: كتب طب سنتي

ايرسا (سوسن آسمان گوني زنبق آبي)

طريقه مصرف:
خوردني
توضيحات:
براي تنگي نفس و روبا (نوعي تنگي نفس كه در حالت ايستادن پيدا ميشود مفيد است)
مرجع: كتب طب سنتي

بز كوهي (ايل)

طريقه مصرف:
از شاخش استفاده ميشود
توضيحات:
بخور شاخش براي راندن حشرات و سوخته آن براي زخم معده وخون آمدن از سينه ، اسهال و قرحه هاي چشم و اشك ريزي چشم ، خارش ، جرب و شب كوري به صورت خوراكي و سرمه مفيداست
مرجع: كتب طب سنتي

باد زهر معدني

طريقه مصرف:
خوردني
توضيحات:
براي زدودن خفقان همراه با عرق بيد مشك مفيد است
مرجع: كتب طب سنتي

بارزد

اگر بارزد را در گلاب بر روي آتش خل كرده و غليظ كنند و بر پارچه اي ابريشمي بمالند و بروي پشت گذارند و صبر كنند تا خود را ول كند براي دردهاي پشت مفيد است و نيز اگر آن را بر عانه ببندند براي دردهاي رحم مفيد است و نيز خاصيت گوشت آوري دارد

توضيحات:

براي دردهاي پشت و رحم و براي گوشت تازه اوردن

مرجع: كتب طب سنتي

# باشق

طريقه مصرف:
ماليدني
توضيحات:
باشق نام پرنده اي است كه فضله اش براي درمان لك و پيسي مفيد است
مرجع: كتب طب سنتي

## باقالا (باقالي)

طريقه مصرف:
تازه و خشك شده آن را پخته و مصرف ميكنند.
توضيحات:
اگر پوست بروني و برگ ان را بر سوختگي از آتش گذارند براي درمان سوختگي مفيد است و نيز ارد پوست بيروني باقالا را با سكنجبين مخلوط ميكنند براي درمان ورم پستان تجويز ميشود.
خوردن باقالا معده را دباغي ميكند اما زياد خوردن آن باعث خرفي (احمق شدن) ميشود !
مرجع: كتب طب سنتي

بالنگ (بالنگو، بالنجو)

طريقه مصرف:
خوراكي است و مرباي آن بسيار خوشمزه ميباشد.
توضيحات:
رفع خونريزي لثه، تقويت كبد، خنك كننده و آرام بخش، رفع يبوست معده همراه با گلاب براي اسهال خوني و نيز اسهال هاي روده اي سودمند است
مرجع: كتب طب سنتي

بخورالاكراد

طريقه مصرف:
نوعي بخور است
توضيحات:
تنگي نفس ودردهاي سينه را آرام ميزدايدودردسر را آرام ميكندوبراي بيماريهاي سردمفيداست.
مرجع: كتب طب سنتي

برطانقي(بستان افروز)

طريقه مصرف:
وارد نشده
توضيحات:
براي التيام زخمها هرچندكه كهنه باشدمفيداست
مرجع: كتب طب سنتي

## بومادران (برنجاسف، قيصوم) يا Achillea millefolium

طريقه مصرف:
خوراكي ميباشد كه به صورت جوشانده به مصرف ميرسد و به طرق ديگر هم مصرف ميشود كه در ذيل به آن اشاره خواهد گرديد :
توضيحات:
نام علمي اين گياه Achillea millefolium ميباشد اين گياه را علف هزار برگ هم مي نامند. اين گياه معطر داراي اسانس، اينولين و كمي تانن است و در كشورهاي اروپايي به عنوان دارو براي قطع تب استفاده مي شود.
اين گياه بطور خاص تب بُر است. ضماد آن جهت درد سينه مفيد است.
بُخور و جوشانده آن براي درمان زكام مفيد است، پس در زمان سرماخوردگي بسيار مفيد است.
ادرار را زياد مي كند، در نتيجه براي سنگ هاي كليه مفيد است.
باد شكن است.
ماساژ دادن محل درد با روغن بومادران يا گذاشتن سوخته آن بر روي محل زخم ، موجب تسكين درد و جلوگيري از خونريزي مي شود.
در قديم ضماد بومادران يعني برگ هاي تازه آن را كه با روغن ترمس ( باقلاي مصري ) مخلوط بوده ، بر روي محل كچلي يا روي صورت مردان جوان براي رويش مو قرار مي دادند.
جوشانده سرشاخه گلدار آن براي رفع دردهاي قاعدگي مفيد است.
ضماد بومادران براي درد سينه و انواع سردرد استفاده مي شود.
خوردن آن باعسل انواع كرمهاي معده رابيرون ميكند.
مرجع: كتب طب سنتي

بسباسه(پوست داخلي بلوط)

طريقه مصرف:
ضماد كردني
توضيحات:
همراه با مورد و كرسنه و سركه بدن رانرم كرده، عرق بدبو را قطع مينمايد و بوي زير بغل را ميزدايد.
مرجع: كتب طب سنتي

# فندق (بندق)

طريقه مصرف:
خوراكي
در برخي موارد به صورت ضماد
همچنين روغن آن در بسياري از موارد مفيد ميباشد.
توضيحات:
فندق Hazelnut
نام علمي Corylus avellana
گياه شناسي
فندق درختچه اي است به ارتفاع تقريبا دو متر كه در نواحي مساعد تا ارتفاع 6متر نيز مي رسد .
درخت فندق بومي اروپا و آسياي صغير است
برگهاي درخت فندق پهن و نوك تيز با دو رديف دندانه ، برنگ سبز و يا دمبرگي بطول تقريبا يك سانتيمتر مي باشد فندق داراي دو نوع گل نر و ماده است كه بصورت سنبله آويخته در پائيز ظاهر مي شود .
فندق گرد 1/5-2/5 سانتيمتر است . داراي پوششي سبز رنگ بوده كه پس از خشك شدن تدريجا از آن جدا مي گردد.
خواص داروئي:
فندق از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است . برگ و شكوفه گل وپ وست آن (مخصوصا پوست ريشه آن )قابض است
1)فندق بدليل اينكه داراي مقدر كمي مواد نشاسته اي است ضمنا داراي مواد معدني زيادي مانند كلسيم پتاسيم ، فسفر منيزيوم سديم و آهن مي باشد غذاي بسيار خوبي باي مبتلايان به بيماري قند است
2)فندق غذاي مناسبي براي تقويت بدن و مخصوصا دوره نقاهت است .
3)فندق مقوي روده ها و معده است .
4)فندق سموم را از بدن خارج مي سازد
5)فندق فشار خون را بالا مي برد
6)خانم هائيكه در بين دو عادت ماهانه خونريزي دارند براي درمان آن بايد جوشانده پوست فندق بخورند .
7)روغن فندق براي از بين بردن سرفه و درد سينه مفيد است .
8)روغن فندق براي كبد نافع است
9)براي جلوگيري از ريزش مو پوست فندق رابسوزانيد و خاكستر آنرا با پيه مخلوط كرده و قسمت هايي را كه مو ريخته با آن ماساژ دهيد .
10)فندق بو داده مخلوط انيسون براي سوزش مجراي ادرار و تقويت

نيروي جنسي مفيد است
11)آنهائيكه كارهاي فكري مي كنند بايد فندق بخورند زيرا بدليل داشتن فسفر زياد مغز را تقويت مي كند.
در احاديث وارد شده كه گذاردن فندق دراطراف خانه از گزند عقرب جلوگيري ميكند.
مرجع: كتب طب سنتي

بهمن

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
اگرهرروز صبح مقداري ازآنراباشربت سيب بخورندباه راتقويت ميكند
مرجع: كتب طب سنتي

جعفري

طريقه مصرف:
جعفري يك نوع سبزي محسوب ميشود اما ريشه و تخم آن هم خاصيت درماني دارد كه در زير خواهد آمد.
توضيحات:
جعفري Parslery
نام علمي Petroselinum sativum
گياه شناسي
جعفري گياهي است علفي ، دوساله و معطر كه ارتفاع آن تا 70 سانتيمتر مي رسد . برگهاي آن برنگ سبز تيره و داراي بريدگيهاي لوزي يا مثلث شكل با تقسيمات رفعي است .
گلهاي جعفري كوچك برنگ مايل به سبز و بصورت چتر يم باشد ميوه آن كوچك به درازاي 2 ميليمتر و به قطر يك ميليمتر و داراي بوئي معطر است
خواص داروئي:
خواص تخم جعفري
تخم جعفري از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است .
1)ضد نفخ شكم است .
2)شريان ها و رگ ها راتميز مي كند .
3)ادرار آور و قاعده آرو است .
4)براي درمان تب نوبه بكارمي رود .
خواص ريشه جعفري
1)ريشه جعفري اشتها آور است .
2)ادرار آور و قاعده آور است .
3)سنگ كليه را دفع مي كند .
4)براي درمان اسهال بايد 20 گرم ريشه جعفري را در يك ليتر آب دم كرده و تنقيه كنيد .
5)دم كرده ريشه جعفري براي درمان تنگي نفس بكار مي رود.
6)براي درمان سرخك مفيد است .
خواص برگ و ساقه جعفري
1- براي رفع لكه ها و جوش هاي صورت دم كرده جعفري را روي پوست صورت بماليد .
2-براي روشن شدن رنگ پوست مقدري جعفري را در نيم ليتر آب به مدت 5 دقيقه بجوشانيد و صبح وشب صورت خود را با آن بشوئيد بعد از يك

هفته پوست صورت شما روشن مي شود.
3-دم كرده جعفري ضد تب است .
4-دم كرده برگ جعفري براي بواسير و سنگ كليه مفيد است .
5-خوردن چاي جعفري به هضم غذا كمك مي كند .
6-بعد از خوردن سير براي برطرف كردن بوي دهان جعفري بجويد.
7-جعفزي نفس را خوشبو مي كند.
8-براي درمان ضرب خوردگي و خون مدرگي له شده برگ و ساقه جعفري را روي عضو ضرب ديده بگذاريد .
مرجع: كتب طب سنتي

ذرت

طريقه مصرف:
كاكل و ريشه آن به صورت دم كردني و جوشانده و ميوه آن به صورت پخته شده
توضيحات:
ذرت از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است .
ساير خواص آن عبارتند از :
- پماد ذرت خشك كننده زخم ها مي باشد.
- ذرت غذاي خوبي براي پيشگيري ازسرطان است.
- استفاده مداوم از ذرت ازپوسيدگي دندان جلوگيري مي كند .
- روغن ذرت كلسترول خون را پائين مي آورد .
- روغن ذرت براي درمان اگزما و بيماري هاي پوستي مفيد است.
خواص درماني كاكل ذرت
كاكل ذرت را قبل از رسيدن كامل ميوه يعني قبل از پژمرده شدن آن مي چينند و به سرعت خشك مي كنند . كاكل ذرت بعد از خشك شدن رنگ قهوه اي پيدا مي كند .
براي درست كردن دم كرده كاكل ذرت مقدر 30 گرم از آ ن را در يك ليتر آب جوش
ريخته وبه مدت پنج دقيقه دم كنيد .
- كاكل ذرت داراي مقدار زيادي پتاسيم است، به همين دليل دم كرده آن ادرار آور است و
آرام كننده دستگاه ادراري است .
- درد وناراحتي هاي دستگاه ادرار را تسكين مي دهد .
- سنگ مثانه التهاب و درد مثانه را از بين مي برد .
- كاكل ذرت بطور كلي دستگاه ادراري را تميز مي كند .
به غير از كاكل ذرت از برگ ، ريشه وساقه بلال نيز استفاده طبي به عمل مي آيد .
- جوشانده ساقه وسط بلال خونريزي بيني را بند مي آورد.
- براي دفع سنگ مثانه از جوشانده برگ هاي ذرت استفاده كنيد .
- جوشانده ريشه ذرت براي سوزش مجاري ادرار مفيد است .
- جوشانده وسط ذرت درد شكم و معده را از بين مي برد .
- در قديم براي معالجه سوزاك از جوشانده ساقه بلال استفاده مي كردند .
مرجع: كتب طب سنتي

بادام

طريقه مصرف:
روغن بادام : براي بدست آوردن روغن بادام ، مغز بادام را پس از تميز كردن و خشك كردن خرد مي كنند و بصورت خمير در مي آورند و سپس آنرا تحت فشار قرار داده و روغن آن را استخراج مي كنند . اين روغن را فشار اول مي نامند .
تفاله بادام را كه از فشار اول باقيمانده تحت اثر حرارت و مواد شيميايي قرار داده و روغن فشار دوم را بدست مي آورند . بدليل اينكه روغن بادام گران است معمولا تقلب كرده و آنرا با روغن هاي ديگر مانند روغن مغز هسته زردآلو و هلو مخلوط كرده و بام روغن بادام مي فروشند .
همانطور كه گفته د اگر روغن بادام تلخ يا مغز زردآلو و يا هلو تحت اثر آّب قرار گيرند اسيد سيانيدريك و آلدئيد بنزوئيك توليد مي شود كه سمي است بنابراين براي گرفتن روغن از اين هسته ها نبايد از آب استفاده كرد .
اسانس بادام تلخ : اين اسانس مايعي زلال و بيرنگ است كه در اثر كهنه شدن برنگ زرد كمرنگ در مي آيد . بوي آن قوي ، طعمش سوزاننده و تلخ و بسيار سمي است . اسانس بادام تلخ بسهولت با اكسيژن هوا تركيب و اكسيد مي شود . بنابراين بايد هميشه محتوي آن كاملا پر و در بسته بوده و در جاي تاريك و سرد نگاهدري شود .
شكوفه و گل بادام : گل و شكوفه درخت بادام داراي بوي مطبوعي و طعم تلخ مي باشد .
پوست ميوه بادام : بصورت جوشانده مصرف مي شود . طرز تهيه آن به اين صورت است كه 50 گرم پوست بادام شيرين را در يك ليتر آب ريخته و مدت چند دقيقه آنرا مي جوشانند سپس آنرا صاف كرده و مصرف مي كنند .
برگ درخت بادام: براي تهيه جوشانده برگ درخت بادام 50 گرم برگ درخت را در يك ليتر آب مي جوشانند و سپس صاف مي كنند .
مغز بادام : معمولا بصورت خشك شده و خام و يا بوداده مصرف مي شود .
شير بادام : شير بادام را از مغز بادام بو نداده و خام تهيه مي كنند . براي تهيه آن 50 گرم مغز بادام را كاملا آسياب كرده كه بصورت پودر در آيد . سپس مقدر 50 گرم شكر يا قند به آن اضافه كرده و با يك ليتر آب مخلوط مي كنند مايعي مانند شي بدست مي آيد .
نوع ديگر شير بادام براي كودكان شير خوار و اطفال بسيار مفيد است و مي تواند جانشين شير مدر و يا مكمل آن باشد بدين ترتيب بدست مي آيد

كه مقدر 50 گرم بادام را بمدت چند دقيقه در آب گرم قرار مي دهند تا پوست آن كنده شود سپس آنرا آسياب كرده و بصورت پودر در مي آيند و مقدر كمي آب را بان اضافه مي كنند و بهم مي زنند تا بشكل خمير در آيد سپس خمير حاصل را با يك ليتر آب مخلوط و بهم مي زنند و سپس مقدر 50 گرم عسل بآن اضافه مي كنند تا كاملا حل شود . اين مايع را از پارچه ململ مي گذرانند تا مايعي مانند شير از آن باقي بماند.
البته اگر اشخاص بالغ بخواهند از شير بادام استفاده كنند احتياجي به صاف كردن آن نخواهد بود .
طريقه ديگري كه آسان تر است بدين صورت مي باشد كه مقدر 50 گرم بادام پوست كنده يك ليتر آب و 50 گرم عسل يا شكر را در داخل مخلوط كن برقي بريزيد و تا مايعي مانند شير بدست آيد .
توضيحات:
درخت بادام به 8 متر مي رسد . درختي است زيبا كه از زمانهاي قديم در نواحي مركزي و غربي آسيا مخصوصا افغانستان و ايران ، سوريه و فلسطين پرورش مي يافته است.
نامهاي فارسي: بادام معمولي، درخت بادام، لوز، بادام آغاجي، درخت بادام شيرين، كهرو، ارچين، بايم، چغاله بادام، ديم دار، گواروم بوته
نام انگليسي: Almond – Sweet almond – Bitter almond
نام علمي: Amygdalus communis (syn.Prunus communis)
خانواده: Rosaseae
درخت بادام بومي منطقه مديترانه آسيا است. بلندي آن به 6تا8 متر مي رسد و برگهاي آم ساده، بيضي باريك، نوك تيز، كمي موج دار و گلهاي صورتي رنگ است. بادام داراي دو واريته اصلي مي باشد كه بادام شيرين و بادام تلخ مي باشد.
بادام حاوي گليكوزيد سيانوژنيك به نام آميگدالين (Amygladin)است. اين گليكوزيد در بادام شيرين به مقدار ناچيز ولي در بادام تلخ در حد سمي و به ميزان يك تا 3.5 درصد حضور دارد و مي تواند منشاء مسموميت دامها و يا انسان واقع شود.
هيدروليز آميگدالين، ينزالدئيد (enzaldehyde)، جنتوبيوز (Gentobiose) و اسيد سيانيدريك توليد مي كند.
ريشه درخت بادام بسيار قوي است . اين درخت مي تواند حتي با كمي رطوبت نيز رشد كند .برگهاي آن بيضي ، باريك ، نوك تيز و برنگ سبز مي باشد . گلهاي آن بسيار زيبا و برنگ صورتي است . در اوائل بهار شكوفه هاي بادام ظاهر مي شود .
بطور كلي دو نوع بادام وجود دارد :
1- بادام شيرين Sweet Almond

2- بادام تلخ Bitter Almond
ميوه درخت بادام بصورت شفت مي باشد كه قشر خارجي آن سبز رنگ و پوشيده از كرك است كه در داخل آن بادام با پوست سخت وجوددرد . در ابتداي تشكيل ميوه پوشش خارجي سبز رنگ و گوشت در است كه پوشيده از كرك است و هنوز بردستي رشد نكرده كه آنرا چغاله بادام Amandon مي نامند كه داراي خواص مخصوص مي باشد . پس از رسيدن بادام بتدريج پوشش خارجي سبز رنگ خشك شده و پوست آن نيز سفت و سخت مي شود و مغز بادام در داخل آن رشد كرده و آماده استفاده مي شود .
مغز بادام بيضي شكل و مسطح بوده كه يكطرف آن نوك تيز است . مغز بادام در داخل پوسته نارك قهوه اي رنگي مي باشد كه مي توان آنرا بكمك آب گرم از آن جدا كرد كه مغز بادام سفيدرنگ در داخل آن است .
مغز بادام شيرين و طعم ملايم و خوشمزه اي درد و بسهولت از بادام تلخ تشخيص داده مي شود .
از كليه قسمت هاي درخت بادام شيرين مانند شكوفه ، برگ و ميوه آن استفاده طبي مي شود
خواص داروئي:
بادام شيرين از نظر طب قديم ايران كمي گرم و تر است .
1) بادام ملين بوده و روغن بادام ضد يبوست است مخصوصا از روغن بادام مي توان رفع يبوست براي بچه ها استفاده كرد .
2)بادام سينه را نرم مي كند .
3)شير بادام براي رفع سرفه ، ناراحتي حنجره و تنگي نفغس مفيد بوده و خلط آور است .
4) بادام براي درمان زخم روده ها و مثانه و اسهال مفيد است .
5)بادام بو داده مقوي معده بوده و قابض است .
6)بادام تقويت كننده نيروي جنسي است و توليد اسپرم را زياد مي كند .
7)بادام را آسياب كرده و با عسل مخلوط كنيد براي درد كبد و سرفه مفيد است .
8)چغاله بادام لثه و ريشه دندان را تقويت مي كند .
9) چغاله بادام براي خشكي دهان مفيد است .
10)شكوفه بادام را دم كنيد و بعنوان مسهل براي اطفال استفاده كنيد .
11)دم كرده پوست قهوه اي رنگ مغز بادام بهترين دارو براي تسكين درد و التهاب مجاري تنفسي است .(مقدر مصرف 5 گرم در 100 گرم آب )
12)جوشانده برگ درخت بادام براي نارسائي كبد و كيسه صفرا مفيد است .
13)روغن بادام خواب آور است و بيخوابي را از بين مي برد .

14)براي صاف كردن سينه و نرم شدن روده ها و از بين بردن سرفه خشك بايد روغن بادام را با شكر و كتيرا مخلوط كرده و بخوريد .
15)روغن بادام را با آب گرم مخلو ط كنيد داروي خوبي براي رفع اسهال و دل پيچه بچه ها خواهد بود . ضمنا اين مخلوط سنگ مثانه را خارج كرده و ادرار كردن را آسان مي كند .
16)براي درمان نقرس و رفع خميدگي پيران ، مهره هاي پشت را با روغن بادام چرب كنيد .
17)برگ تازه درخت بادام مسهل و ضد كرم است .
18)برگ خشك شده درخت بدام قابض بوده و اسهال را از بين مي برد.
19)روغن بادام شيرين بدليل خاصيت نرم كنندگي و ضد التهاب در كرم ها و پمادها بكار مي رود.
20)براي رفع بيماريهاي سينه ، روغن بادام شيرين را با هموزن آن عسل و يك زرده تخم مرغ مخلوط كنيد كه بصورت خمير يكنواختي داراید سپس به آن جوشانده گل ختمي اضافه كرده و يك قاشق چايخوري از انرا بفاصله هر سه ساعت بخوريد .
21)براي رفع خارش پوست بچه هائيكه كه سرخك و مخملك دارند روغن بادام را در تمام سطوح بدن آنها بماليد خارش را تسكين مي دهد .
22)ماليدن روغن بادام بر روي پوست التهاب را رفع كرده و سوختگي را درمان مي كند.
23) روغن بادام اگزما را رفع مي كند .
خواص بادام تلخ
مغز بادام تلخ ازنظر طب قديم ايران خيلي گرم و خشك است
1-بادام تلخ را آسياب كرده و با سركه مخلوط كنيد ضماد خوبي براي سر درد مي باشد همچنين ماليدن آن بر دور چشم براي تقويت بينايي مفيد است .
2- خوردن بادام تلخ براي تنگي نفس ، سرفه و ورم ريه مفيد است .
3-بادام تلخ رابا عسل بخوريد كبد و طحال را تميز مي كند .
4-براي رفع درد كليه ها بادام تلخ را با نشاسته و نعناع بخوريد .
5- بادام تلخ را با عسل براي قولنج مفيد است .
6-براي از بين بردن سنگ كليه و ناراحتي هاي كليه ، بادام تلخ را با شيره انگور مخلوط كرده و بخوريد .
7-اگر عادت ماهيانه خانم ها عقب مي افتد بهترين طرز درمان آن قرار دادن شياف بادام تلخ در مهبل است .
8-براي ازبين بردن لكه هاي صورت ، بادام تلخ را پودر كنيد و با سركه مخلوط كرده و ضمادي از آن درست كنيد و روي پوست بماليد .
9-ضماد بادام تلخ براي درمان زخم هاي كهنه خارش و مخملك بكار ميرود .

10- ضماد ريشه درخت بادام تلخ براي درمان انواع دردها مفيد است .
11-ضماد ريشه درخت بادام براي پاك كردن طحال ، كليه و دفع كرم روده بكار مي رود .
12-دم كرده ريشه درخت بادام تلخ براي پاك كردن طحال ، و دفع كرم روده بكار مي رود .
13-روغن بادام تلخ خاصيت مسهلي درد .
14-روغن بادام تلخ براي تنگي نفس ، درد كليه و خارج كردن سنگ مثانه مفيد است .
15-براي رفع زنگ زدن و صدا در گوش يك قطره از روغن بادام تلخ را در گوش بريزيد .
16-ماليدن روغن بادام تلخ روي صورت ، لكه ها و چين و چروك را از بين مي برد .
17-رغن بادام تلخ ترك دست و پا را كه از سرما ايجاد شده از بين مي برد .
18-آنهايي كه مبتلا به اگزما هستند اگر از بادام تلخ خميري درست كنند و از آن بجاي صابون براي شستن نقاطي كه مبتلا به اگزما است استفاده كنند بزودي بهبود مي يابند .
19-خمير بادام تلخ براي رفع بوي بد پا و زير بغل مفيد است .
20-روغن بادام تلخ براي درمان سياه سرفه مفيد است .
مضرات :
بادام از نظر اينكه داراي مواد مغذي بسياري است بنابراين غذاي بسيار خوبي است ولي چون سنگين و ثقيل الهضم مي باشد نبايد در خوردن آن افراط كرد و مقدر آن نبايد در روز بيش از ده دانه باشد . بادام همچنين براي معده هاي ضعيف و سرد خوب نيست و اشخاصي كه معده ضعيف دارند بهتر است بادام را با شكر بخورد
مرجع: كتب طب سنتي

سنبل الطيب (علف گربه)

طريقه مصرف:
خود گياه را به صورت دم كرده و گرد آنرا ميتوانيد بپاشيد
توضيحات:
سنبل الطيب (علف گربه) Valerian
نام علمي valeriana Officinalie
سنبل الطيب گياهي است علفي و چند ساله كه ساقه آن بطور عمودي تا ارتفاع دو متر بالا مي رود . اين گياه بصورت وحشي در جنگل هاي كم درخت ، در حاشيه جويبارها و گودال ها در بيشتر مناطق آسيا و ايران مي روید .
سنبل الطيب داراي بويي مطبوع است و گربه بوي اين گياه را از فاصل دور تشخيص داده بطرف آن يم رود و در اطراف آن به جست و خيز مي پردازد و از بوي آن مست مي شود.
گلهاي سنبل الطيب برنگ سفيد يا صورتي و بصورت خوشه اي مي باشد .
قسمت مورد استفاده اين گياه ريشه آن است و معمولا از ريشه گياهي كه بيش از سه سال عمر دارد استفاده مي شود .
سنبل الطيب پس از خشك شدن برنگ قهوه اي در مي آيد . طعم آن تلخ ولي خوشبو و معطر است . عطر آن پس از خشك شدن بيشتر مي شود .
خواص داروئي:
ريشه سنبل الطيب از نظرطب قديم ايران گرم و خشك است خواص مهم آن به شرح زير مي باشد
1)اثر ضد تشنج دارد
2)در رفع ناراحتي هاي عصبي و هيستري مفيد است
3)ضد اسپاسم و آرام بخش است
4)تب بر است
5)در معالجه صرع اثر مفيد دارد
6)بيخوابي را درمان مي كند
7)ضد كرم معده و روده است
8)گاز معده را از بين مي برد
9)ضد هيجان است
10)ميگرن را برطرف مي كند
11)سرددرهاي ناشي از سيگار كشيدن و مصرف الكل را رفع مي كند
12)براي برطرف كردن دلهره، تشويش و نگراني مفيد است
13)در درمان بيماري ماليخوليا اثر مفيد دارد

14)در برطرف كردن درد سياتيك موثر است
15)درد معده را برطرف مي كند
16) سكسكه مداوم را از بين مي برد
17)تقويت كننده نيروي جنسي است
18)ترشح ادرار را زياد مي كند
19)درد سينه را برطرف مي كند
20)استفراغ را برطرف مي كند
21)دهان را خوشبو مي كند
22)در معالجه مرض قند موثر است
23)گرد سنبل الطيب را روي زخم ها بپاشيد التيام يابند .
مرجع: كتب طب سنتي

انبه

طريقه مصرف:
برگ، گل، ميوه و هسته آن مصارف خوراكي دارند
توضيحات:
انبه Mango
نام علمي Mangifera indica
انبه درختي است زيبا كه ارتفاع آن تا 10 متر مي رسد . منشا انبه هند و مالزي و برمه مي باشد ولي هم اكنون در تمام مناق استوايي و حاره كشت مي شود . انبه از 4000 سال پيش وجود داشته است .
برگهاي اين درخت نيزه اي شكل ، گلهاي آن زرد يا قرمز رنگ و بصورت خوشه اي وجود دارد . ميوه آن كه انبه يا منگو ناميده مي شود بيضوي شكل و داراي طعمي مطبوع وشيرين بوده و داراي هسته اي نسبتا بزرگ است . انبه در اوائل ماه مي مي رسد و تا اوائل سپتامبر موجود است .
انبه رسيده از نظر طب قديم ايران گرم و خشك و نارس آن سرد و خشك است . انبه نارس توليد كننده بلغم و سودا در بدن مي باشد .
1)انبه بسيار مقوي بوده و تقويت كننده بدن است .
2)انبه تقويت كننده قواي جنسي است .
3)رنگ صورت را درخشان مي كند .
4)دهان را خوشبو مي كند .
5)ادرار آور است .
6)يبوست را برطرف مي كند .
7)انبه داراي مقدر زيادي اسيد گاليك است . بنبراين سيستم هضم را ضد عفوني و تميز مي كند .
8)انبه تميز كننده خون مي باشد .
9)خوردن انبه بوي بد بدن را از بين مي برد .
10)انبه حرارت بدن را كاهش مي دهد و تب را پائين مي آرود .
11)براي رفع اسهال مفيد است .
12)خوردن انبه ، سردرد ، تنگي نفس و سرفه را از بين مي برد .
13)براي درمان بواسير مفيد است .
14)عطش را برطرف مي كند.
15)انبه چون گرم است براي گرم مزاجان مناسب نيست و اين اشخاص بايد آنرا با سكنجبين بخورند .
خواص مغز هسته انبه
انبه داراي هسته بزرگي است كه در وسط آن مغز آن قرار درد كه بجاي

مغز بادام مي توان از آن در شيريني جات استفاده كرد .
مغز هسته انبه از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است .
1-خوردن مغز هسته اسهال را برطرف مي كند .
2-براي معالجه سرماخوردگي مصرف مي شود .
3-سرفه هاي سخت را درمان مي كند .
4-درمان كننده بواسير خوني است .
5-خانم هائيكه دچار خونريزي از رحم مي باشند و يا بين دو عادت ماهيانه خونريزي دارند براي رفع آن بايد از مغز انبه استفاده كنند .
6-مغز هسته انبه كرم كش و ضد اسهال است .
7-براي تسكين آسم و تنگي نفس مفيد است .
8-ضد استفراغ است .
ديگر خواص درخت انبه
1.گل انبه سرد و خشك است و اسهال را رفع مي كند .
2.اگر شكوفه درخت انبه را خشك كرده و هر روز حدود 3 گرم آنرا با 10 گرم شكر بخورند سرعت انزال را معالجه مي كند .
3.صمغ درخت انبه را با روغن و آبليمو مخلوط كنيد براي ناراحتي هاي پوست مفيد است .
4.براي برطرف كردن ريزش مو ، آب برگهاي درخت انبه را روي سر بماليد .
5.براي تقويت دندان و لثه دم كرده برگ درخت انبه را مضمضه كنيد .
مضرات :
هضم انبه براي بعضي از افراد سخت است و ممكن است ايجاد خارش و دمل نمائيد .
اگر خون انبه ايجاد نفخ بكند بايد آنرا با زنجبيل خورد .
مرجع: كتب طب سنتي

بابونه

طريقه مصرف:
دم كرده آن مصرف ميشود و بخور آن براي پوست مفيد ميباشد
توضيحات:
بابونه Chamomile
نام علمي Chamaemelum nobile
بابونه گياهي است دائمي و كوچك بارتفاع تقريبا 30 سانتيمتر داراي بوئي معطر كه در چمنزارها و اراضي شنيده مي روبد . ساقه آن برنگ سبز مايل به سفيد ، برگهاي آن كوچك متناوب و داراي بريدگيهاي باريك و نامنظم و پوشيده از كرك است . گلهاي آن مجتمع در يك طبق كه بطور منفدر در انتهاي ساقه گل دهنده در تابستان ظاهر مي شود . در هر طبق گلهاي سفيد در اطراف و گلهاي زرد در قسمت وسط قرار دارند .
خواص داروئي:
بابونه از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است و از تقويت كننده هاي تلخ بحساب مي آيد .
جالينوس حكيم آنرا براي درمان تب و لرزهاي نوبه اي بكار مي برد .
1) يكي از مهمترين خواص بابونه درمان زخم معده و ورم معده است و اين گياه بآساني اين مرض را درمان مي كند و آنهائيكه سالهاست با اين مرض دست بگريبان هستند و از قرص هاي مختلف گران قيمت نظير Lozac و Zantac و غيره استفاده مي كنند مي توانند با استفاده از بابونه خرج داروي خود را پس انداز كنند و همچنين سلامتي خود را بازيابند .
براي درمان زخم معده يك ليوان چاي غليظ بابونه درست كنيد (4 قاشق چايخوري بابونه در يك ليوان آبجوش و يا چهار تا چاي كيسه اي بابونه در يك قاشق ليوان آب جوش ) و صبح ناشتا هستيد اين ليوان چاي را بنوشيد و سپس در رختخواب به پشت دراز بكشيد و بعد از چهار دقيقه بخوابيد و البته بعد از يكربع ساعت مي توانيد صبحانه خود را ميل كنيد . اين عمل را بمدت دو هفته ادامه دهيد تا زخم و ورم معده بكلي شفا يابد.
2) بابونه اعصاب و قواي جنسي را تقويت ميكند .
3) بابونه مقوي مغز است .
4)بابونه ادرار آور و قاعده آور است .
5)اين گياه ترشح شير را در مادران شير ده افزايش مي دهد .
6)درمان كننده سردرد و ميگرن است .
7)استفاده از بابونه سنگ مثانه را خرد و دفع مي كند .
8)اگر كسي قطره قطره ادرار مي كند به او چاي بابونه دهيد تا درمان

شود .
9)بابونه درمان كننده كمي ترشحات عادت ماهيانه است .
10)براي درمان چشم درد ، بابونه را در سركه ريخته و بخور دهيد .
11)براي تسكين دردهاي عضلاني چاي بابونه بنوشيد .
12)جويدن بابونه براي التيام زخم هاي درمان مفيد است .
13)خوردن 5 گرم ريشه بابونه با سركه رقيق محرك نيروي جنسي است ( ريشه بابونه گرم تر و خشك تر از گل بابونه است )
14)بابونه تب بر و تسكين دهنده درد است .
15)بابونه تقويت كننده معده است .
16)براي تسكين درد در هنگام دندان درآوردن بچه ها ، به آنها چاي بابونه بدهيد .
17)براي رفع بيخوابي و داشتن يك خواب آرام و راحت ، كافي است ده دقيقه قبل از اينكه به رختخواب برويد يك فنجان چاي بابونه بنوشيد .
18)بابونه درمان كننده بي اشتهايي است .
19)بابونه براي رفع ورم روده موثر است .
20)چاي بابونه درمان كننده كم خوني است .
21)از بابونه براي رفع كرم معده و روده استفاده كنيد .
22)بابونه تسكين دهنده دردهاي عادت ماهيانه است .
23)بابونه براي رفع زردي مفيد است .
24)حمام بابونه اثر نيرو دهنده درد . براي اين منظور چند قطره اسانس بابونه را در وان حمام ريخته مدت يكربع ساعت در آن دراز بكشيد .
25)براي تسكين درد ، چند قطره اسانس بابونه را با يك قاشق روغن بادام مخلوطكرده و روي محل هاي دردناك بماليد درد را تخفيف مي دهد .
26)اسانس بابونه مخلوط با روغن بادام براي رفع ناراحتي هاي پوستي نظير اگزما ، كهير و خارش مفيد است .
27)براي رفع گوش درد و سنگيني گوش ، يك قطره روغن بابونه را در گوش بچكانيد .
28)اسانس بابونه چون اثر قي آور درد در مورد مسموميت هاي غذايي مصرف مي شود .
29)روغن بابونه را براي از بين بردن كمردرد ، درد مفاصل و نقرس روي محل درد بماليد .
30)با چاي بابونه اگر موهاي بلوند را بشوئيد آنها را روشن تر و شفاف تر مي كند .
31)آنهائيكه يائسه شده اند بهتر است همه روزه چاي بابونه بنوشند زيرا اختلالات يائسگي را برطرف مي كند .

32)بابونه ضد آلرژي است .
مرجع: كتب طب سنتي

بادام زميني

طريقه مصرف:
مانند آجيل مصرف ميشود
توضيحات:
بادام زميني Peanut
نام علمي Arachid
بادام زميني گياه بومي برزيل بوده و از آنجا به نقاط ديگر دنيا راه يافته است .آب و هواي گرم براي كشت اين گياه مناسب مي باشد . بادام زميني گياهي است يكساله داراي ساقه اي راست كه ارتفاع آن در حدود 30 سانتيمتر مي باشد . برگهاي آن مركب از دو زوج برگچه است گلهاي آن دو نوع متفاوت برنگ زرد مي باشد كه پس از تلقيح ، دم گل خم شده و به سطح خاك مي رسد و سپس بتدريج در خاك فرو رفته و ميوه در داخل خاك تشكيل مي شود .
ميوه بادام زميني بطول تقريبي 4 سانتيمتر است و دريا پوسته شكننده برنگ خاكستري مايل به زرد مي باشد .
بر روي پوسته يك تا سه برجستگي مشاهده مي شود كه هر يك محل دانه ها را نشان مي دهد .
دانه بادام زميني تقريبا مانند فندق برنگ سفيد مايل به زرد بوده ولي تخم مرغي شكل است .پوسته نازكي دانه را پوشانده كه برنگ قرمز قهوه اي است .
بادام زميني داراي موادي مانند آراشين Arachin ، كوناراشين Conarachin ، چربي ، پروتئين و ويتامين هاي مختلف است .
خواص داروئي:
بادام زميني از نظر طب قديم ايران متعادل است . چون بادام زميني دري پروتئين مي باشد بنابراين از نظر غذايي بسيار مهم است .
1-براي تقويت ريه و طحال مفيد است .
2-كلسترول خوب خون را بالا مي برد .
3-درد معده را از بين مي برد .
4-نرم كننده سينه است .
5-سرفه خشك را برطرف مي كند .
6-شير را در مادران شير ده زياد مي كند.
7-ملين است .
8-بسيار مقو ي است .
9-براي تقويت قواي دماغي مفيد است .

10-به هضم غذا كمك مي كند .
مضرات :
بادام زميني با اينكه غذاي بسيار مقوي و خوبي است بعلت اينكه داراي روغن هاي اشباع شده مي باشد كلسترول خون را بالا برده و باعث تصلب شرائين مي شود . بنبراين آنهائيكه داراي بيماري قلبي بوده و يا كلسترول خونشان بالا است بايد از خوردن آن خورددي كنند .
اگر كره بادام زميني ميخريد دقت كنيد كه تازه و از كارخانه مطمئن باشد زيرا در بعضي مواد بادام زميني و يا كره آن در اثر عدم دقت در توليد ، آلوده به قارچ سمي افلاتوكسين Aflatoxin مي شود كه سرطان زا بوده و باعث سرطان كبد مي شود .
مرجع: كتب طب سنتي

بادمجان

طريقه مصرف:
به صورت پخته يا سرخ شده مورد استفاده قرار ميگيرد.
توضيحات:
بادمجان Eggplant
نام علمي Solanum Melongena
اين گياه كه بعربي بادنجانناميده مي شود گياهي است يكساله و داراي ساقه نسبتا ضخيم و پوشيده از كرك .ارتفاع ساقه آن تا 70 سانتيمتر مي رسد . برگهاي آن بيضي شكل با نوك باريك و گلهاي آن بنفش رنگ است . ميوه اين گياه دراز و باريك و يا گرد ، برنگهاي بنفش ، سياه ، زرد و سفيد ديده مي شود .
بادمجان متعلق به خانواده سيب زميني است از زمانهاي بسيار قديم در هند كشت مي شده است و از آنجا به نقاط ديگر جهان راه يافته است . چين از قرن نهم هجري شروع به كشت و زرع آن كرد . تجار انگليسي اين گياه را در قرن هفدهم ميلادي از گينه ودر انگلستان كردند و آنرا بنام كدوي گينه اي ميناميدند .
بادمجان در تمام مدت سال وجود دارد و در آمريكا ، ايالات فلوريدا ، تگزاس ، لويزيانا و نيوجرسي بيشتر محصول بدمجان آمريكا را كشت مي كنند .
خواص داروئي:
از نظر طب قديم بادمجان گرم و خيلي خشك است . بادمجان بر خلاف آنچه كه عوام اعتقاد دارند كه بي بو و خاصيت است داراي خواص زيادي است . مهمترين خاصيت آن كم كالري بودن آن است كه غذاي بسيار خوبي براي كساني است كه مي خواهند وزن كم كنند زيرا داراي ويتامين و مواد معدني نيز مي باشد .
1)بادمجان را حتما بايد بحالت كاملا رسيده مصرف كرد زيرا خام آن طعم تلخ درد و در آنهائيكه آسم و برونشيت دارند باعث تحريك اين بيماريها مي شود.
2)بادمجان اثر نرم كننده و مدر درد .
3)بادمجان بعلت درا بودن آهن در رفع كم خوني داروي موثري است .
4)بادمجان را مي توان براي از بين بردن ورم و التهاب روي عضو ملتهب گذاشت .
5)دانه بادمجان ايجاد يبوست مي كند .
6)ريشه بادمجان و شاخه هاي خشك شده و برگهاي آن اثر بند آورنده خون

را دراست و قابض بوده و مي توان در آن براي درمان احتلام بانه و انواع خونريزيها استفاده كرد.
7)بادمجان پادزهر خوبي براي مسموميت هاي حاصل از خوردن قارچ سمي است .
8)خوردن بادمجان گرفتگي رگها را باز مي كند و شخص را از خطر سكته قلبي محفوظ مي درد .
9)بادمجان برطرف كننده يبوست است .
10)برگها و پوست سياه بادمجان را اگر بجوشانند اين جوشانده درمان اسهال خوني است .
11)جوشانده ريشه بادمجان درمان بيماري آسم است.
12)بادمجان مقوي معده است .
13)آب زردرنگي كه در موقع نمك زدن و گذاشتن بادمجان از آن خارج مي شود براي خشك كردن عرق دست و پا بهترين دارو است و اشخاصي كه دست و پايشان مرتب عرق مي كند بايد دست و پاي خود را با آن چند بار در روز بشويند تا از شر اين مرض آسوده شوند.
14)اگر بادمجان را بسوزانند و خاكستر آن را با سركه خمير كنند و به زگيل بمالند زگيل كنده خواهد شد .
15) از بادمجان مي توان به عنوان مسكن براي تسكين در استخوان شكسته و ضرب خورده استفاده كرد بدين طريق كه بايد بادمجان را در فر بگذاريد كه نيم پز شود و سپس آب آنرا با فشار بگيريد و بعد بمقدر نصف اين مقدر آب به آن شكر قهوه اي اضافه كنيد آنرا هم بزنيد و بنوشيد
16)با تحقيقاتي كه جديدا روي موشهاي آزمايشگاهي انجام شده نتيجه گرفته اند كه بادمجان داراي يك ماده ضد تشنج است كه در درمان بيماري صرع اثر بسيار خوبي درد . بنابراين اشخاصي كه تشنج دارند و يا مبتلا به اين بيماري مي باشند بهتر است كه از بادمجان استفاده كنند.
بهترين طريقه پخت بادمجان آب پز كردن و يا پختن در فر است زيرا سرخ شده آن سنگين شده و براي معده هاي ضعيف مناسب نيست .
مضرات :
بادمجان با همه خواصي كه گفته شد نبايد مورد استفاده اشخاصيكه بواسير و يا درد چشم دارند قرار گيرد زيرا بيماري آنها را تشديد مي كند . اينگونه اشخاص اگر مي خواهند بادمجان بخورند بهتر است آنرابا گوشت و روغن و يا سركه بپزند و بخورند .
مرجع: كتب طب سنتي

# فلوس (خرنوب هندي)

طريقه مصرف:
به صورت جوشانده مصرف ميشود.
و در برخي مناطق از مرباي آن هم استفاده ميكنند كه شيوه ساختن آن در ذيل خواهد آمد
توضيحات:
فلوس Cassia
نام علمي Cassia Fistula
كليات گياه شناسي
فلوس درختي است به ارتفاع 10-15 متر كه به حالت خودرو در بشتر نقاط گرمسير دنيا مانند آفريقا ، هند و جنوب مي رويد . فلوس در بعضي از نواحي ايران به نام خرنوب هندي و خيار شنبر نيز معروف است .
ميوه فلوس يه طول 30 تا 50 سانتيمتر و به قطر 2-3 سانتيمتر است . اگر فلوس درقسمت طول آن شكافته شود تيغه هاي متعدد در آن ديده مي شود كه فلوس را به خانه هاي متعدد گاهي تا 100 خانه تقسيم مي كند
در داخل اين خانه ها مايع چسبنده تيره رنگي وجود دارد كه عسل خيار شنبر ناميده مي شود . طعم اين مايع كمي شيرين ولي نامطبوع است . براي استفاده از فلوس غلاف آنرا كمي روي آتش گرم مي كنند تا عسل خارج شود . معمولا اين عسل با روغن بادام مخلوط شده و به عنوان مسهل استفاده مي شود، البته مي توان مغز فلوس را با قند يا شكر مخلوط كرده و در درجه حرارت معتدلي پخت كه به آن فلوس پخته مي گويند .
صور دارويي فلوس
جوشانده فلوس : 10 گرم عسل فلوس را با يك ليتر آب جوش مخلوط كرده و آنرا صاف مي كنند و به مريض مي دهند . اين جوشانده مسهل خوبي است . مقدر عسل فلوس را مي تواندر مورد يبوستهاي سخت تا 60 گرم ني افزايش داد . البته براي بهتر كردن طعم آن مي توان مقدري شربت گيلاس يا انجير به آن اضافه كرد .
مرباي فلوس 5 گرم عسل فلوس را با همان مقدر آب مقطر مخلوط كرده و سپس مقدر 125 گرم قند كوبيده را به آن اضافه كنيد بعد آنرا حرارت دهيد تا به آرامي آب آن بخار شود و وزن آن به 100 گرم برسد و غليظ شود . اين مربا نيز مسهل بسيار خوبي است مقدر مصرف آن 50-100 گرم در روز است .

خواص داروئي:
فلوس از نظر طب قديم ايران كمي گرم و تر است
1)يكي از بهترين داروها براي رفع يبوست مي باشد زيرا مصرف آن عوارضي ندارد بنبراين حتي براي زنان حامله و اطفال مناسب نيست
2)براي درد مفاصل و نقرس فلوس را به موضع دردبماليد
3)براي كليه ها مفيد است مخصوصا آنهايي كه كليه شان سنگ ساز است درصورت استفاده از آن مبتلا به سنگ كليه نمي شوند
4)جوشانده پوست درخت فلوس اسهال خوني را رفع مي كند
5)نرم كننده سينه است
6)براي باز كردن گرفتگي روده و دل پيچه ، فلوس را مخلو ط با ريشه ختمي بكار بريد .
7)براي معالجه ديفتري ، فلوس را با آبّ گشنيز مخلوط كرده و به بيمار بدهيد تا غرغره كند .
مرجع: كتب طب سنتي

# دارچين

طريقه مصرف:
به صورت دم كرده همراه با چاي مصرف ميشود و در ساختن بسياري از داروهاي گياهي كاربردهاي مهمي دارد.
توضيحات:
دارچين Cinnamon
نام علمي Cinnamomum zelanicum
كليات گياه شناسي
دارچين از قديم الايام در دنيا بكار ميرفته است در مصر حتي قبل از ساختمان اهرام ثلاثه مصر براي درمان امراض مختلفه مصرف مي شده است .
اسم دارچين Cinnamon از كلمه عربي Kinnamon مشتق شده و در مراسم مذهي يهوديان بكار مي رفته است .
دارچين پوست درختي است كه تا 10 متر ريشه مي كند برگ اين درخت سبز سير و داراي گلهاي برنگ سفيد مي باشد . پوست اين درخت را كنده و معمولا پودر مي كنند و در غذا يا بعنوان چاي از آن استفاده مي كنند .
خواص داروئي:
دارچين رمز جواني است و مصرف روزانه آن انسان را سلامت جوان نگه مي دارد .
دارچين براي زياد شدن و بازيافتن نيروي جنسي نيز بكار مي رود كليه را گرم مي كند و ضعف كمر و پاها راازبين مي برد و كم خوني را درمان مي كند .
دارچين بهترين دارو براي دردهاي عضلاني است و جديدا در آمريكاي شمالي و كانادا كرم هايي ببازار آمده كه داراي دارچين است و براي رفع درد بكار مي رود .
حتما تا بحال متوجه شده ايد كه بعد زا خوردن يك دونات دارچين در همه چيز را زيبا مي بينيد و چقدر آرام هستيد . اين خاصيت دارچين است زيرا دارچين اثر آرام كنده وشاد كننده درد و از بسياري از داروهاي آرام بخش بهتر است . و در حقيقت مي توان گفت دارچين واليوم گياهي است زيرا در دارچين ماده اي است بنام Cinnamodehyde كه روي حيوانات و انسان اثر آرام بخش درد .
اثر مهم ديگر دارچين پائين آوردن تب مي باشد و حتي امروزه دارچين را بصورت قرص و كپسول درآورده اندكه بعنوان تب بر بكار مي رود .
دارچين رگها را باز مي كند و اثر خوبي در گردش خون دارد .

دارچين خاصيت عجيب ديگري دارد و آن قوي كردن مصونيت بدن در مقابل امراض است و حتي مي توان گفت كه اثر پني سيلين و آنتي بيوتيك را به مقدر زيادي دارا است . اگر حس كرديد كه ضعيف شده ايد و ممكن است مريض شويد چاي دارچين را فراموش نكنيد و حتي اگر سرما خورده ايد يا ضعف شديد داريد چاي دارچين بهترين دارو است .
يكي از دانشمندان انگليسي در كتابي كه قرن نهم تاليف نمود ادعا كرد كه دارچين معده را تميز و آرام و قوي مي كند . بنابراين اگر ناراحتي معده داريد حتما از دارچين استفاده كنيد دارچين با اين همه خواص طعم بسيار خوبي درد . حتي اگر چاي معمولي مي نوشيد آنرابا يك قطعه پوست دارچين بهم بزنيد كه طعم آنرا بهتر كند و ميتوانيد براي اينكه بيشتر از طعم و خاصيت داروئي دارچين بهره ببريد مقداري از پوست آن را در داخل قوري بريزيد تا همراه با چاي دم بكشد.
بي دليل نيست كه در گذشته سلماني ها كه در حقيقت دكترهاي طب قديم بودند به مشتريهاي خود چاي دارچين مي دادند!
ما هم مصرف آن را به شما توصيه ميكنيم
مرجع: كتب طب سنتي

گل گاو زبان (گاو زبان)

طريقه مصرف:
به صورت دم كرده مصرف ميشود و برخي مقداري فندق هم با آن مصرف ميكنند.
توضيحات:
گاوزبان Borage
نام علمي Borage officinalis
گياه شناسي
گاو زبان گياهي است علفي و يكساله كه ارتفاع ساقه آن تا 60 سانتيمتر مي رسد ساقه آن شيار دار و خاردار مي باشد . برگهاي اين گياه ساده و پوشيده از تارهاي خشن است . گلهاي آن برنگ آبي ، سفيد و بنفش مي باشد .
گاو زبان احتمالا از شمال آفريقا بنواحي ديگر راه يافته و امروزه در منطقه مديترانه ، نواحي شمال آفريقا و قسمت هايي از خاورميانه مي روييد . گل ، برگ و سرشاخه هاي گلدار آن بمصرف دارويي مي رسد .
خواص داروئي:
گاو زبان از نظر طب قديم ايران سرد است
1)گل گاو زبان و برگ هاي تصفيه كننده خون است
2)آرام كننده اعصاب است
3)عرق آور است
4)ادرار آور است
5)كليه ها را تقويت مي كند
6)سرماخوردگي را برطرف مي كند
7)براي از بين بردن سرفه از دم كرده گل گاو زبان استفاده كنيد
8)در درمان برونشيت موثر است
9)بي اختياري دفع ادرار را درمان مي كند
10)التهاب و ورم كليه را درمان مي كند
11) در درمان بيماري سرخك و مخملك مفيد است
12)ضماد برگ هاي گاو زبان براي رفع ورم موثر است
13)برگهاي گاوز بان را بپزيد و مانند اسفناج از آن استفاده كنيد
14)برگهاي تازه گل گاو زبان داراي مقدر زيادي ويتامين C مي باشد و در بعضي از كشورها آنرا داخل سالاد مي ريزند .
مرجع: كتب طب سنتي

هويج

طريقه مصرف:
به شيوه هاي مختلف به مصرف ميرسد كه در ادامه خواهد آمد.
توضيحات:
هويج Carrot
نام علمي Daucus carota
گياه شناسي
هويج گياهي است دو ساله داراي ريشه راست و ساقه بي كرك كه نوع پرورش يافته آن در اكثر نقاط زمين كشت مي شود . قسمت مورد استفاده گياه هويج ريشه ميوه و تخم آن است .
خواص داروئي:
در هويج يك نوع آنسولين گياهي وجود دارد كه اثر كم كننده قند خون را درا مي باشد بنابراين اين عقيده قديمي كه هويج براي مبتلايان به بيماري قند خوب نيست كاملا غلط است وبيماران قند مي توانند به مقدر كم از اين گياه استفاده كنند . هويج با داشتن مواد مقوي و ويتامين ها يكي از مهمترين و مفيدترين براي بدن مي باشد . خوردن هويج مقاومت بدن را در مقابل بيماريهاي عفوني بالا مي برد
مصرف هويج در برطرف كردن بيماريهاي آب آوردن انساج بدن ، عدم دفع ادرار تحريك مجاري هضم و تنفسي ، سرفه هاي مقاوم ، آسم اخلاط خوني و دفع كرم اثر معجزه آسائي درد
از هويج مي توان در مورد زير استفاده كرد
1)براي برطرف كردن يبوست يك كيلو هويج را رنده كنيد و در مقدري آب دو ساعت بجوشانيد تا مانند ژله در آيد صبح ناشتا چند قاشق بخوريد
2)سوپ هويج براي كودكان شير خوار كه معده حساس دارند : ابتدا 200 گرم هويج رنده شده را در ديگ بريزيد و روي آن يك ليتر آب اضافه كنيد و بجوشانيد تا كاملا هويج ها لهش ود . سپس آنرا صاف كرده و به نسبت مساوي باشير مخلوط كرده و در شيشه شير بچه ريخته و به او بدهيد .
3)تخم هويج را به مقدر يك قاشق غذا خوري در يك ليوان آب جوش ريخته و آنرا بمدت 5 دقيقه دم كنيد . اين دم كرده اثر نيروي دهنده، اشتها آور ف مدر ، زياد كننده شير خانم هاي شير ده و اثر قاعده آور درد
4)برگ هويج را با آب بجوشانيد اين جوشانده را غرغره كنيد براي آبسه مخاط دندان و دهان موثر است بعلاوه مي توان براي رفع ترك و خراش پوست استفاده كرد
5)هنگاميكه كودك شروع به دندان درآوردن مي كند يك قطعه هويج باريك

را براي دندان زدن به او بدهيد .
6)آب هويج را اگر روي صورت بكشيد باعث روشن شدن و جلوه پوست صورت مي شود .
7)اگر بخواهيد لاغر شويد همه روزه با غذا هويج خام بخوريد
8)اگر مي خواهيد چاق شويد بعنوان صبحانه بايد آب هويج بخوريد
9)هويج وپياز را با هم بجوشانيد و به آن آب ليمو اضافه كنيد داروي موثري براي درمان بيماريهاي عصبي امراض كليوي و همچنين جوان كننده پوست مي باشد
10)خوردن هويج براي بيماريهاي بواسير موثر است
11)براي خارج كردن سنگ كيسه صفرا هويج اثر معجزه آسا درد
12)خوردن هويج جوشهاي صورت را درمان مي كند
13)براي تقويت قواي جنسي و تحريك كبد و روده ها هويج داروي موثري است
14)در فرانسه بيمارستان معروفي وجود دارد كه براي درمان بيماريهاي كبدي فقط از سوپ هويج استفاده مي كنند و دستور تهيه اين سوپ بشرح زير است
حدود 750گرم هويج را رنده كنيد و آنرا در ظرفي كه مقدري آب نمك درد بريزيد سپس بان يك قاشق چايخوري جوش شيرين و يك قشلق سوپخوري كره اضافه كنيد آنرا بجوش آورده و با آتش ملايم بپزيد تا آب بخارشود و هر روز يك بشقاب از آن را ميل كنيد
15)هويج اعمال روده ها را منظم مي كند و كمبود الياف غذاهاي گوشتي را جبران مي كند بنابراين آنهايي كه گوشت زياد مصرف مي كنند حتما بايد هويج بخورند تا مشكل يبوست نداشته باشند .
16)براي برطرف كردن اسهال بچه ها بهترين دارو سوپ هويج است .
براي اين منظور بايد 500 گرم هويج را رنده كرده و آنرا در يك ليتر آب بجوشانيد تا آنكه هويج كاملا پخته و نرم شود سپس آنرا در آسياب برقي ريخته تا آنكه بصورت شربت در آيد بعد بآن آّ اضافه كرده تا آنكه حجم آن يك ليتر شود .
براي بچه هايي كه معده حساس دارند سوپ هويج بهترين دارو است بدين ترتيب كه مي توان يك يا دو بار در روز بجاي شير به بچه سوپ هويج داد حتي براي بچه هايي كه كمتر از سه ماه دارند مي توان بطور متناوب سوپ هويج به طفل داد يعني يك وعده شير و يك وعده سوپ هويج و بعد از سه ماهگي اين روش تبديل به يك وعده سوپ و دو وعده شير مي شود .
17)آب هيج در صبح ناشتا مواد سمي را از خون خارج مي كند
18)اگر آسم يا گرفتگي صدا دريد آب هويج بخوريد

19)خانم هايي كه پوست حساس دارند حتما بايد پوست صورت و رگدن خود را با آب هويج پاك كنند
20)دم كرده تخم هويج و يا جويدن تخم هويج گاز معده را خارج كرده و فعاليت روده ها را زياد مي كند
مرجع: كتب طب سنتي

هل

طريقه مصرف:
ادويه خوشبويي است و در غذاها و نوشيدنيها مصرف دارد كه در زير بيشتر به آن اشاره خواهد شد :
توضيحات:
هل Cardamom
نام علمي Elettaria cardamomum
گياه شناسي
هل گياهي است كه در مناطق حاره و گرم مي روید . وطن آن هندوستان مي باشد و حدود 80% مصرف هل دنيا از هندوستان صدر مي شود
اين گياه پايا و علفي است كه ريزوم آن ساقه هاي هوائي مانند برگ بهم پيچيده گاهي تا ارتفاع 4 متر خارج مي شود
يك يا دو ساقه گل دهنده از قاعده ساقه هاي هوائي خارج مي شود كه داراي گل هاي كوچك برنگ سفيد يا سبز روشن مي باشد
ميوه هل بيضي شكل ، مانند قلب و برنگ زرد يا سبز روشن بطول 1-2 سانتيمتر است . دانه هاي معطر و مطبوعي برنگ قهو هاي ماي به قرمز در آن وجود دارد كه به مصرف ادويه و خوشبو كردن مشروبات و غذاها يم رسد
خواص داروئي:
هل از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است
1)چون هل بشكل قلب مي باشد بنابراين تقويت كنده قلب است
2)بادشكن بوده و گاز معده و روده را خارج مي سازد
3)تقويت كننده بدن است
4)ادرار آور است
5)قاعده آور است
6)مقوي سيستم هضم است
7)باعث هضم غذا مي شود
8)زخم هاي دهان را برطرف مي كند بدين منظور دم كرده هل را در دهان مضمضه كنيد .
9)خوشبو كننده دهان است
10)براي تسكين گوش درد ، گرد هل را در گوش بريزيد
11)براي برطرف كردن دل بهم خوردگي و تهوع از دم كرده هل استفاده كنيد
12)اشتها آور است

13)تب را پائين مي آورد
14)معالج سرماخوردگي است
15)براي تسكين درد رماتيسم مفيد است
16)ترشي معده را برطرف مي كند
17)ضد مسموميت است
18)براي رفع بيماريهاي چشم مفيد است
مرجع: كتب طب سنتي

# ريحان

طريقه مصرف:
در سبزيجات به كار ميرود و در گاهي از اوقات به صورت دم كرده هم كاربرد دارد.
توضيحات:
ريحان Basil
نام علمي Ocimum basilicum
گياه شناسي
ريحان گياهي است علفي يكساله و معطر كه ارتفاع ساقه آن تا 60 سانتيمتر مي رسد . برگهاي آن بصورت متقابل بيضوي و نوك تيز با كناره هاي دندانه دار مي باشد . گلهاي آن معطر و كوچك به رنگهاي سفيد، قرمز و گاهي بنفش مشاهده مي شود .
تخم آن سياه و ريز است . برگ ريحان و سرشاخه هاي جوان آن بمصرف تغذيه مي رسد ريحان در ايران و افغانستان بطور خودرو مي روید در اكثر نقاط دنيا كاشته مي شود
خواص داروئي:
چون ريحان بسيار معطر است بنابراين براي معطر ساختن غذاها از آن استفاده مي شود ريحان از لحاظ قديم ايران كمي گرم و خشك است .
)1دم كرده برگ ريحان اثر ضد تشنج درد مقوي و مدر است .
2)دم كرده برگ ريحان معالج سردردهاي ميگرن و عصبي است .
3)خوردن ريحان دستگاه هاضمه راتقويت مي كند .
4)نوشيدن يك فنجان دم كرده ريحان نفخ و گاز معده را از بين ميبرد .
5)برگ ريحان درمان كننده ناراحتي هاي حاصل از نيش حشرات است كافي است كه محل گزش حشرات را با برگ ريحان ماساژ دهيد خارش و درد را برطرف مي كند.
6)جويدن برگ ريحان براي زخم هاي دهان مفيد است .
7)جوشانده ريحان تب بر است .
8)دم كرده تخم ريحان مسكن است .
9)اگر تخم ريحان را بكوبيد و با صمغ عربي مخلوط كنيد داروي خوبي براي درمان اسهال است .
10)تخم ريحان براي رفع دل درد مفيد است .
11)برگ ريحان اثر زياد كننده شير دارد و مادران شير ده حتما بايد از اين گياه استفاده كنند .
12)دم كرده دانه ريحان براي درمان ورم كليه و ترشحات زنانه بكار مي

رود .
13)دم کرده برگ ریحان درمان کننده سرگیجه است .
14)برگ ریحان را همراه غذا بخورید در هضم غذا موثر است .
15)اگر گلدان ریحان را جلوي پنجره بگذارید حشرات و مگس را فراري مي دهد و آنها و داخل خانه نخواهند شد .
مرجع: کتب طب سنتي

# کاهو

طريقه مصرف:
کاهو به طرق مختلف در سالادها و بعضي غذاها مصرف دارد و ميتوان آنرا همراه با سکنجبين به علت طعم لذيذ مصرف کرد.
توضيحات:
کاهو Lettuce
نام علمي lactuca sativa
گياه شناسي
کاهو يکي از قديميترين سبزيجات دنيا است منشاء آن در هندوستان و آسياي مرکزي مي باشد . کاهو طبق مداركي که بدست آمده از شش قرن قبل از ميلاد در ايران مصرف مي شده است و يك قرن قبل از ميلاد به روم راه يافته و غذاي مهمي براي روميان بوده است . کريستف کلمب تخم کاهو را به دنياي جديد برد بطوريکه از اوائل قرن پانزدهم ميلادي کاهو در هائيتي و باهاما کشت مي شده است . کاهو گياهي است يکساله که داراي برگهاي پهن و دراز و سبز روش مي باشد و با طعم کمي شيرين .
انواع مختلف کاهو که در حال حاضر در آمريکا کشت مي شود حدود 16 نوع مي باشد که در تمام طول سال وجود دارد، روي هم رفته دو دسته کاهو وجود دارد :
1-کاهوي پرورشي و اهلي که در سالاد استفاده مي شود که کاهوي گرد Head Lettuce و کاهوي ايراني Romano Lettuce از انواع مهم آن است .
2- کاهوي وحشي يا کاهوي خودرو
کاهوي ايراني از نظر مواد غذايي از کاهوي گرد بهتر است . کاهوي گرد ارزش غذايي چنداني ندارد زيرا داراي مقدر زيادي الياف است که توليد گاز و نفخ در معده مي کند .
خواص داروئي:
خواص گياه کاهو
کاهو از نظر طب قديم ايران سرد و مرطوب است
1)کاهو تميز کننده خون است
2)کاهو بعلت داشتن آهن خونساز است
3)ضد تورم است
4)کاهو خواب آور و آرام بخش است
5)کاهو براي ضعف اعصاب مفيد است
6) کاهو ملين و ادرار آور است

7)خوردن كاهو براي ماليخوليا مفيد است
8)كاهو زخم هاي مجاري ادرار و مثانه را درمان مي كند
9)اگر كاهو را با سكنجبين و يا سركه بخورند اشتها آور است
10)كاهو اثر ضد تشنج دارد
11)درد معده را تسكين مي دهد
12)كاهو قواي جنسي را تقويت مي كند
13)براي برطرف كردن درد سينه كاهو را بپزيد و بخوريد
14)زنان شيرده اگر مي خواهند كه شيرشان زياد شود بايد كاهوي پخته بخورند
15)ورم غدد لنفاوي را برطرف مي كند

خواص تخم كاهو

تخم كاهو از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است
1-تخم كاهو مخرب و خواب آور است
2-خوردن تخم كاهو زكام را برطرف مي كند
3-تخم كاهو براي درد سينه مفيد است
4-خوردن تخم كاهو براي دستگاه ادراري نافع است و آنهائيكه قطره قطره ادرار مي كنند بايد تخم كاهو بخورند
( در حدود 10 گرم روزانه ) تا اين مرض برطرف شود .

مرجع: كتب طب سنتي

# گل ختمي (ختمي)

طريقه مصرف:
ختمي بنفش را ميتوانيد در آب به مدت 5 الي 6 ساعت خيس كرده سپس آنرا صاف كرده و گلهاي آنرا فشار داده تا عصاره آنها هم داخل شربت شود سپس كمي شكر به آن اضافه كرده و از شربت آن استفاده كنيد كه خاصيت درماني زيادي دارد و براي رفع حرارت بدن و موارد ديگر موثر ميباشد كه در كل بهترين و ساده ترين راه براي استفاده از بيشترين خواص ختمي بنفش اين راه ميباشد.
توضيحات:
ختمي Marshmallow
نام علمي Althaea officinalis
گياه شناسي
ختمي گياه بومي مناطق شرق مديترانه است .
گياهي است علفي و چند ساله كه ارتفاع آن به حدود 2 متر مي رسد ساقه آن از كركهاي ريز كه به رنگ خاكستري مي باشد پوشيده شده است .
برگهاي ختمي دندانه دار ، پهن و مانند قلب مي باشد . گلهاي آن درشت به رنگ سفيد مايل به قرمز يا ارغواني است كه بصورت دسته هاي سه تايي در اواخر تابستان ظاهر مي شود .
ختمي به علت داتشن گلهاي زيبا به صورت گياه زينتي در باغچه ها كاشته مي شود . تمام قسمتهاي اين گياه استفاده طبي دارد
ختمي چند نوع مي باشد :
ختمي بنفش
ختمي سفيد
ختمي سياه
كه خواص ختمي بنفش بيشتر ميباشد .
خواص داروئي:
ختمي از نظر طب قديم ايران سرد و تر است و بطور كلي روي تمام اعضاي بدن مخصوصا روده ها ، ريه ها ، معده ، كليه ها و مثانه موثر است .
خواص گل ختمي
1)ملين و برطرف كننده يبوست است .
2)بيماريهاي تنفسي را برطرف مي كند.
3)سرفه هاي خشك را از بين مي برد .
4)براي رفع گلو درد جوشانده گل ختمي را غرغره كنيد .

5)عادت ماهيانه را منظم مي كند .
خواص ريشه ختمي
1)ناراحتي هاي پوستي را برطرف مي كند و پوست را نرم مي سازد .
2)سرفه هاي خشك را از بين مي برد.
3)تب راپائين مي آرود .
4)اسهال خوني را شفا مي بخشد .
5)ادرار را زياد مي كند.
6)كمي ترشحات عادت ماهيانه را برطرف مي كند.
7)تورم را رفع مي كند.
8)ناراحتي هاي دستگاه ادراري را برطرف مي كند.
9)قند خون را تنظيم مي كند.
خواص برگ ختمي
1-ضماد برگ ختمي در برطرف كردن دمل ها و ورم پستان و روم معده موثر است .
2-براي التيام شكستگي ها ، برگ ختمي را بصورت ضماد درآورده و روي محل شكستگي بگذاريد .
3-ضماد برگ ختمي در برطرف كردن درد سياتيك مفيد است .
4-رعشه را برطرف مي كند.
5-ورم بناگوش را با ضماد برگ ختمي درمان كنيد.
مرجع: كتب طب سنتي

خاکشیر

طريقه مصرف:
شربت خاکشير علاوه بر اينکه طعم بسيار خوبي دارد براي رفع عطش نيز ميتوان از آن استفاده کرد.
از اين گياه به شيوه هاي ديگر هم ميتوان استفاده نمود که در زير به آن اشاره خواهيم کرد.
توضيحات:
خاکشير FLixweld
نام علمي Descurainia sophia
گياه شناسي
خاکشير گياهي است علفي يکساله يا دو ساله که ارتفاع ساقه آن تا يك متر نيز مي رسد . پائين گياه کرك دراست در حاليکه بالاي آن بدون کرك مي باشد .
تخم اين گياه که همان خاکشير است ريز و کمي دراز و معمولا به دو رنگ وجود دارد يکي از آنها قرمز که داراي طعم کمي تلخ است و ديگري برنگ قرمز تيره مي باشد .
خواص داروئي:
خاکشير از نظر طب قديم ايران گرم و تر است .
1)التيام دهنده زخم و جراحات است .
2)جوشانده خاکشير براي رفع اسهال هاي ساده و رفع ترشحات زنانگي مفيد است .
3)خاکشير ادرار آور است .
4)خاکشير تب بر است .
5)براي دفع کرم مفيد است .
6)التهاب کليه را برطرف مي کند.
7)سرخك و مخملك را دوا مي کند .
8)خاکشير صدا را باز مي کند .
9)براي از بين بردن کهير و التهابات پوستي از خاکشير استفاده کنيد .
10)از گلها و برگهاي گياه مي توان براي رفع بيماري ناشي از کمبود ويتامين C استفاده کرد .
11)سنگ کليه را دفع مي کند.
12)براي برطرف کردن جوشهاي صورت که بعلت خوردن چربي و شيريني زياد ايجاد مي شود بايد جوشانده يك قاشق ترنجبين را با دو قاشق غذاخوري خاکشير مخلوط کرده و هر روز صبح ناشتا بمدت دو هفته آنرا

میل میل کنید تا جوشها از بین برود.
مرجع: کتب طب سنتي

# خيار

طريقه مصرف:
به صورت خوراكي در ميوه ها مصرف ميشود و از آن به شيوه هاي ديگر هم مصرف ميكنند كه در ذيل خواهد آمد :
توضيحات:
خيار Cucumber
نام علمي Cucumis sativus
گياه شناسي
خيار گياه بومي هندوستان است و از آنجا به نقاط ديگر جهان راه يافته است . حدود بيست قرن قبل از ميلاد مسيح مصريان قديم از آن استفاده مي كرده اند .
ايالت فلوريدا مهمترين توليد كننده خيار در آمريكا است و حدود يك سو م خيار كل آمريكا را توليد مي كند .
خيار گياهي است علفي و يكساله داراي ساقه خزنده وپوشيده از خارهاي نازك و خشن است . برگهاي آن بزرگ و داراي زاويه و دندانه دار است . گلهاي آن زرد رنگ كه به دو صورت نر و ماده روي يك پايه قرار دارند ميوه آن سبز رنگ و بسته به نوع و نژادهاي مختلف ممكن است كوچك و يا دراز باشد .
خواص داروئي:
خيار از نظر طب قديم ايران سرد و تر است و خنك كننده بدن مي باشد و به هضم غذا كمك مي كند .
1)خيار حل كننده اورات و اسيد اوريك است بنابراين مرض نقرس را درمان مي كند .
2)خيار ادرار آور است ..
4)خيار خون را تصفيه مي كند.
5)سوپ خيار حبس البول را از بين مي برد .
6)عصاره برگهاي له شده خيار ايجاد تهوع مي كند بنابراين در مسموميت ها و اختلالات دستگاه جهاز هاضمه مصرف مي شود .
7)خيار عطش را تسكين مي دهد .
8)خيار ملين است .
9)خيار را حلقه حلقه كرده و روي پوست صورت بگذاريد چين و چروكهاي صورت را از بين يم برد و صورت را جوان مي كند.
10)اگر پوست شما چرب است خيار را با آب مقطر بپزيد و با اين آب

صورت خود را شستشو دهيد .
مرجع: كتب طب سنتي

# ليمو

طريقه مصرف:
آب ليمو رادر غذا به عنوان طعم دهنده و چاشني استفاده ميكنند و خود ليمو هم مصرف هايي دارد كه در ذيل به آن اشاره خواهد شد :
توضيحات:
ليمو ترش Lemon
نام علمي Citrus limon
گياه شناسي
خواص داروئي:
ليمو ترش بعلت داشتن خواص اسيدي ضد عفوني كننده قوي است . حتي اگر در مسافرتها به آب آشاميدني مشكوك هستيد و مي ترسيد از آن بنوشيد كافي است چند قطره آب ليمو ترش را در آن بريزيد . آب ر ا كاملا استرليزه كرده و ميكربهاي موجود در آب را از بين مي برد
كسانيكه مي خواهند خود را لاغر كنند اگر صبح ناشتا آب ليمو ترش را با يك ليوان آب مخلوط كنند و مقدر كمي عسل بآن اضافه نمايند و آنرا بنوشند تا ظهر گرسنه نخواهند شد و بدين ترتيب از شر چربيهاي اضافي راحت خواهند شد .
بهترين كلسيم آن است كه از پوست تخم مرغ و آب ليمو تهيه مي كنند . براي تهيه كلسيم طبيعي يك تخم مرغ را تميز شسته و در يك ليوان بگذاريد و روي آن يك ليمو ترش را بريزيد و آنرا مدت دو سه ساعت در جاي خنكي بگذاريد سپس تخم مرغ را در آورده و آب ليمو را كه داراي مقدر زيادي كلسيم است مي توانيد روي سالاد ريخته و يا با عسل يا شكر شيرين كرده بنوشيد از تخم مرغ هم كه پوست آن نرم شده مي توانيد هنوز استفاده كنيد .
براي گلو درد بهترين دارو ليمو ترش است . يك قاشق چايخوري آب ليمو ترش را در آب نيم گرم بريزيد و با آن غرغره كنيد ورم گلو و گلو درد را بررطف خواهد كرد .
براي گرفتگي بيني و زكام كافي است چند قطره آب ليمو را با يك قاشق چايخوري آب مخلوط كرده و در بيني بچكانيد . براي رفع كم معده و روده بايد يك ليمو ترش را با پوست و هسته له كنيد و آنرا با يك ليوان آب سرد و يك قاشق عسل مخلوط كده و بمدت يك ساعت قبل از خواب نوشيد .
براي جلوگيري از خونريزي بيني كافي است كه يك تكه پنبه را آغشته به آب ليمو كرده و در سوراخ بيني بگذاريد خون دماغ را برطرف خواهد كرد .
اگر در صورت شما لكه و جوش قرمز رنگ وجود دارد درمان آن با آب ليمو

و نمك است . بدين ترتيب كه در مقداري آب ليمو نمك بزنيد و آنرا با پنبه روي صورت خود بماليد لكه ها و جوشها را برطرف مي كند .
بهترين دارو براي پوست دست شما مخلوط گليسيرين و آب ليمو است . آب ليمو و گليسرين را به نسبت مساوي مخلوط كنيد و بدستهاي خود بماليد ببينيد كه چقدر پوست دستها صاف مي شود . در زمستان براي جلوگيري از سرما زدگي دستهاي خود را با آب ليمو ماساژ دهيد .
مرجع: كتب طب سنتي

# کنجد

طريقه مصرف:
ميتوان گفت تمامي بخشهاي كنجد خاصيت درماني دارند كه در ذيل به آن اشاره خواهيم كرد، اگر بخواهيد دانه كنجد را به صورت خام مصرف كنيد و از مزه بهتر آن لذت ببريد، بايد ابتدا آن را تف داده تا رنگ آن طلايي شود سپس استفاده نماييد.
توضيحات:
كنجد Sesame
نام علمي Sesamus indicum
گياه شناسي
كنجد گياهي است يكساله با ارتفاع حدود يك متر كه قسمت انتهايي ساقه آن پوشيده از كرك است . برگهاي آن بيضي ، باريك و نوك تيز است . گلهاي آن برنگ سفيد و يا قرمز بطور تك تك در كناره برگ هاي قسمت انتهايي ساقه ظاهر مي شود .
ميوه اين گياه بصورت كپسول و محتوي دانه هاي كوچك و مسطح و بيضوي است كه دانه كنجد ناميده مي شود و قسمت مورد استفاده اين گياه است .
وطن اصلي كنجد هندوستان است كه از آنجا به نقاط ديگر دنيا راه يافته است . در حال حاضر چين بزرگترين توليد كننده كنجد در دنيا مي باشد . هندوستان و حبشه از نظر توليد بعد از چين قرار دارند . در ايران نيز مقدري كنجد توليد مي شود كه بيشتر آن به مصرف تهيه روغن و حلوارده مي رسد
خواص داروئي:
از نظر طب قديم ايران كنجد گرم و تر است . كنجد بسيار مغذي است و در اكثر كشورهاي فقير بعنوان جانشين گوشت بكار مي رود .
1)براي چاق شدن و تقويت نيروي جنسي موثر است
2)براي رفع قولنج كنجد را آسياب كرده و با سركه مخلوط كنيد و بمقدر نصف وزن كنجد ، مغز بادام پوست كنده را بآن اضافه كنيد آنها را پودر كنيد و هر روز بمقدر يك قاشق سوپخوري از آن بخوريد .
3) كنجد گرفتگي صدا را از بين مي برد .
4)نرم كننده معده و روده است
5)كره كنجد كه در كانادا بنام تاهيتي معروف است و شبيه دره مي باشد غذاي خوبي براي رشد بچه هاست .
6)برگ كنجد را اگر به سر بماليد باعث رشد و سياهي موي سر مي شود

7)دره نرم كننده معده و روده هاست
8)كنجد فشار خون را كاهش مي دهد
9)كنجد ضد رماتيسم است
10)براي رفع ناراحتي كيسه صفرا مفيد است
11)دم كرده برگ كنجد اسهال خوني را برطرف مي كند
12)روغن كنجد براي رفع تنگي نفس و سرفه خشك و زخم ريه مفيد است
13)روغن كنجد سوزش ادرار را رفع مي كند
14)از روغن كنجد بجاي روغن زيتون در سالاد استفاده كنيد
15)كنجد با همه خواصي كه دارد براي معده اي ضعيف مناسب نيست زيرا ثقيل الهضم است . اينگونه اشخاص بايد آنرا با عسل وسركه بخورند .
مرجع: كتب طب سنتي

# لوبيا

طريقه مصرف:
در برنج و نوع خورشتها مصرف ميشود و مصارف ديگر هم دارد كه در ذيل خواهد آمد :
توضيحات:
لوبيا Kidney bean
نام علمي Phasaeolous vulgaris
گياه شناسي
لوبيا گياهي است از تيره بقولات ، علفي وبالا رونده كه بدور درختان و يا گياهان ديگر مي پيچد . برگهاي آن سبز رنگ ، پهن ، بزرگ و نوك تيز است كه شامل سه برگچه بشكل قلب مي باشد .
گلهاي آن سفيد مايل به زرد يا بنفش و ميوه آن باريك و غلاف مانند است كه دانه هاي لوبيا در آن قرار دارد .
از پوست و دانه هاي لوبيا هنگامكيه لوبيا سبز است استفاده مي شود كه بنام لوبياي سبز معروف است ولي هنگاميكه پوست غلف سفت مي شود دانه هاي داخل آن بصورت لوبياي خشك كه برنگ قرمز يا سفيد مي باشد مورد استفاده غذايي قرار مي گيرد .
خواص داروئي:
لوبيا قرمز از نظر طب قديم ايران گرم و تر است و لوبياي سفيد معتدل است
1)ادرار آور است و حجم ادرار را زياد مي كند
2)درمان كننده بيماريهاي دستگاه ادراري است
3)سنگ كليه را برطرف مي كند
4)سينه و ريه را نرم مي كند
5)آب را از بدن خارج مي سازد
6)لوبياي سبز مقوي قلب است
7)نيروي جنسي را تحريك مي كند
8)قاعده آور است
9)كلسترول خون را پائين مي آورد
10)ضد سرطان است
11)براي رفع بيماريهاي قلبي مفيد است
12)بدليل داشتن مقدرزيادي الياف روده ها را تميز مي كند
13)فشار خون را پائين مي آورد
14)يبوست را برطرف مي كند

15)در استعمال خارجي لوبيا را خمير كرده و روي زخم هاي اگزما بگذاريد تا آنها را التيام دهد .
مرجع: كتب طب سنتي

مار چوبه

طريقه مصرف:
در غذا مصرف ميشود
توضيحات:
مارچوبه Asparagus
نام علمي Asparagus officinalis
گياه شناسي
مارچوبه گياهي است علفي و چند ساله كه ارتفاع آن تا چند متر مي رسد و داراي شاخه هاي نسبتا چوبي و صاف مي باشد .
مارچوبه بصورت وحشي در اكثر نقاط دنيا مي روید برگهاي آن فلسي شكل بوده كه از كنار آنها شاخه هايي باريك و دراز و سبز رنگ بصورت دسته هاي 3 تا 8 تائي خارج مي شود .
بعلت زيبا بودن اين گياه را بصورت تزئيني در باغچه ها مي كارند مار چوبه را در اوائل پائيز مي چينند .
اين گياه از قديم الايام مورد استفاده بشر بوده است و حتي در اهرام ثلاثه مصر نقاشي هايي وجود دارد كه مارچوبه را نشان مي دهد .
مارچوبه را مي توان بصورت مختلف مصرف كرد . بايد مارچوبه را با كمي آب و حرارات كم در ظرف هاي ضد زنگ پخت و تقريبا نيمه خام آنرا برداشت . آب مارچوبه را دور نريزيد و از آن براي سوپ استفاده كنيد زيرا داراي ويتامين و املاح مي باشد . وقتيكه مارچوبه مي خريد دقت كنيد تازه باشد .
شاخه هاي مارچوبه تازه راست و نرم بوده و نوك آن نبايد باز شده باشد و اگر فلسهاي نوك آن باز باشد نشانه اين است كه گياه مدت زيادي مانده و كهنه شده است .
خواص داروئي:
از نظرطب قديم ايران مارچوبه گرم و خشك است بنابراين آنهايي كه سرد مزاج هستند بايد آنرا با عسل بخورند و آنهايي كه گرم مزاج هستند بايد آنرا با سركه بخورند .
مارچوبه گياهي است ادرار آور و داراي خواص زيادي است
1)خوردن آن ديد چشم را تقويت مي كند
2)براي تقويت نيروي جنسي مفيد است
3)ضعف مثانه را برطرف مي كند
4)براي تقويت قلب مفيد است
5)ملين است و يبوست را برطرف مي كند

6)تب بر است
7)مارچوبه بعلت داشتن کلروفیل خونساز است و کسانیکه کم خون هستند باید از آن استفاده کنند .
8)مارچوبه به ساختن گلبولهاي قرمز خون كمك مي كند
مرجع: كتب طب سنتي

موز

طريقه مصرف:
به صورت خوراكي مصرف ميشود كه يشيوه هاي مصرف آن در زير خواهد آمد :
توضيحات:
موز Banana
نام علمي Musa sapientum
گياه شناسي
موز گياهي است علفي كه مانند درختچه است . برگهاي آن بسيار بزرگ و پهن و گاهي تا 2 متر مي رسد . گلهاي آن مجتمع و بصورت سنبله است ميوه آن ابتدا سبز و بعد از رسيدن برنگ زرد در مي آيد .
موز از چهار هزار سال قبل در هندوستان كشت مي شده است . در سال 1482 پرتغاليها موز را در سواحل گينه پيدا كردند و به جزائر قناري بردند و سپس بوسيله ميسيونر مذهبي اسپانيولي به نواحي قاره آمريكا برده شد و اكنون موز در تمام مناطق گرمسير دنيا كشت مي شود .
موز را هنگاميكه هنوز سبز است از درخت مي چينند و به مناطق مختلف مي فرستند و در آنجا بوسيله گرما دادن آنرا مي رسانند .
موز انواع مختلف دارد يك نوع آن بسيار درشت و نوعي از آن هم خيلي ريز است كه مزه شيريني دارد .
در كشورهاي استوايي معمولا موز را مي پزند و همراه با برنج و لوبيا مي خورند در كشورهاي آمريكاي لاتين موز را ورقه ورقه كرده و در آفتاب خشك مي كنند
هنگاميكه موز انتخاب مي كنيد بايد پوست آن زرد و سفت و روي آن لكه هاي سياه وجود داشته باشد و اين نشانه موز رسيده است . موز نارس بدليل داشتن نشاسته زياد هضمش سنگين است .
در موز چند ماده شيميايي بسيار مهم مانند سروتونين ، نوروپي تفرين ، دوپامين و كاته چولامين وجود دارد .
خواص داروئي:
موز از نظر طب قديم ايران معتدل و تر است و خون را غليظ مي كند .
موز انرژي زيادي دارد و چون نرم هست غذاي خوبي براي كودكان و اشخاص مسن مي باشد
1)بدليل داشتن پتاسيم زياد ضد سرطان بوده و غذاي خوبي براي ماهيچه ها مي باشد
2)موز ملين بوده و همچنين درمان اسهال و اسهال خوني است

3)موز خونساز است بنابراين اشخاص لاغر و كم خون حتما بايد موز بخورند
4)موز تقويت كننده معده و نيروي جنسي است
5)موز درمان زخم معده و روده مي باشد
6)گرد موز همچنين داروي خوبي براي پائين آوردن كلسترول است
7)شيره گلهاي موز درمان كننده اسهال خوني است
8)جوشانده موز اثر قطع خونريزي دارد
9)ضماد برگ درخت موز براي درمان و سوختگي مفيد است
10)ريشه موز دفع كننده كرم معده است
11)موز نفاخ است و زيادخوردن آن خصوصا در سرد مزاجان توليد گاز معده مي كند براي رفع اين عارضه بايد پس از موز كمي نمك خورد
12)موز تاثير خوبي در تامين رشد و تعادل سيستم اعصاب دارد.
13)براي درمان ضعف بدن موز را با عسل بخوريد
14)موز مدر است
15)موز بعلت دارا بودن قند زياد براي مبتلايان به مرض قند مضر است و نبايد در خوردن آن افراط كنند.
مرجع: كتب طب سنتي

نعناع

طريقه مصرف:
علاوه بر سبزيجات در غذا و ... هم از آن استفاده ميشود كه در ذيل به آن اشاره خواهد شد.
توضيحات:
نعناع Peppermint
نام علمي Mentha Piperita
گياه شناسي
نعناع گياهي است علفي و چند ساله كه علاوه بر ساقه زير زميني كه گياه را در خاك مستقر مي سازد داراي ساقه هوايي نيز هست . تز محل گره هاي ساقه كه در تماس با زمين است ريشه هاي خارج شده كه ساقه جديد را درست مي كند بنابراين اگر شما فقط يك ساقه نعناع در باغچه خود بكاريد بزودي تمام باغچه شما پر از نعناع مي شود .
برگهاي نعناع بيضي شكل ، نوك تيز و دندانه دار مي باشند . گلهاي آن بسته به نوع نعناع ممكن است قرمز ارغواني يا سفيد باشد . نعناع در مناطق معتدل و آفتاب گير بخوبي رشد مي كند .
نعناع از قديم الايام بعنوان يك گياه معطر و اشتها آور و براي ناراحتي هاي دستگاه گوارش بكار رفته است بقراط پدر علم طب از نعناع در نوشته هاي خود ياد كرده است در قرون وسطي از نعناع در معالجه بيماريها و براي التيام زخم ها و درمان درد گزيدگي زنبور و سگ هار استفاده مي شود
خواص داروئي:
نعناع از نظر طب قديم ايران نسبتا گرم و خشك است و از نظر خواص دارويي از پونه قوي تر است . از نعناع اسانس ، روغن و تنتور تهيه مي كنند كه مصارف طبي مختلفي درد
1)نعناع باد شكن است و گاز معده و روده را از بين مي برد
2)نعناع تقويت كننده معده وبدن است
3)نعناع ضد تشنج و ضد سرفه است
4)يك فنجان چاي گرم نعناع سينه را آرام مي كند
5)نعناع مسكن آرام بخش و قاعده آور است
6)استفاده از نعناع درد شكم را برطرف مي كند
7)نعناع درمان سرماخوردگي و آنفوانزا مي باشد
8)نعناع ناراحتي هاي عصبي را برطرف مي كند
9)براي تسكين درد دندان نعناع را دردهان گذاشته و بجويد

10)آشاميدن چاي نعناع و يا عصارع نعناع خونريزي سينه را قطع مي كند
11)كمپرس نعناع درد سينه و پهلو را از بين مي برد
12)نعناع كرم هاي روده و معده را مي كشد
13)براي از بين بردن سكسكه و دل بهم خوردگي و استفراغ نعناع را با انار ترش بخوريد
14)نعناع ادرار را زياد مي كند
15)براي رفع قولنج و دردهاي روده معده و هضم نشدن غذا چاي نعناع بنوشيد
16)براي از بين بردن گلو درد چاي نعناع غرغره كنيد
17)نعناع معرق است بنابراين تب را پائين مي آورد
18)در هنگام سرماخوردگي بيني را با چاي نعناع بشوئيد
19)اگر بدن شما خارش درد مقدر 2 گرم اسانس نعناع را در 50 گرم وازلين ريخته ، خوب با هم مخلوط كرده و در محل خارش بماليد
اگر از بيماري رماتيسم و آرتروز رنج مي بريد از روغن نعناع استفاده كنيد طرز استفاده از آن به اين صورت است كه 2 قطره روغن نعناع را با يك قاشق سوپخوري روغن بادام مخلوط كرده و محل هاي دردناك را با آن ماساژ دهيد .
20)براي رفع سردرد از كمپرس نعناع استفاده كنيد بدين ترتيب كه 10قطره روغن نعناع را با يك ليوان آب سرد مخلوط كرده و در يك كاسه بريزيد سپس يك پارچه كه باندازه پيشاني باشد در آن فرو برده آب اضافي آنرا بگيريد و روي پيشاني و شقيقه ها بگذاريد تا سردرد برطرف شود.
21)نعناع بهترين دوست كبد است . كبد را تميز كرده وص فرا را رقيق مي كند و كلسترول خون را پائين مي آورد .براي اين مورد چاي نعناع را قبل از غذا بنوشيد
22)نعناع با تمام خواصي كه گفته شد اگر زيادمصرف شود سيستم گوارشي را تحريك مي كند اگر شما دو تا سه فنجان چاي نعناع در روز بنوشيد بهتر است كه بعد از دو هفته چند روزي آنرا قطع كرده و دوباره شروع كنيد
مرجع: كتب طب سنتي

# نخود

طريقه مصرف:
يكي از حبوبات مهم در آش رشته ميباشد و خواص درماني زيادي دارد كه در زير به آن اشاره خواهد شد.
توضيحات:
نخود Chickpea
نام علمي Cicer arietinum
گياه شناسي
نخود گياهي است يكساله و از خانواده حبوبات كه بلندي بوته آن به حدود 30 سانتيمتر مي رسد .
ساقه اين گياهپ پوشيده از تارهاي غده اي است . برگهاي آن مركب از 13 تا 17 برگچه كوچك و دندانه دار مي باشد . گلهاي آن سفيد رنگ مايل به قرمز يا آبي بطورتك تك بر روي ساقه قرار درد . ميوه آن بصورت نيام و غلاف آن كوچك متورم و نوك تيز بطول 2 تا 3 سانتيمتر است كه در آن يك دانه نخود به رنگ نخودي يا سياه قرار دارد .
نخود يكي از حبوبات مغذي و انرژي زا و پر مصرف است
خواص داروئي:
نخود بعلت دارا بودن اسيد هاي آمينه مختلف ويتامين ها و مواد معدني غذاي بسيار خوبي است .
نخود از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است و با همه خواص بيشماري كه درد نفاخ و دير هضم مي باشد و نبايد در خوردن آن افراط كرد .
1)نخود كمي ملين است
2)نخود اثر ادرار آور و قاعده آور دارد
3)نخود كرم كش است
4)براي برطرف كردن درد سينه و ريه باي نخود را با كمي نمك پخت و آب ژله مانند آنرا خورد .
5)روغن نخود براي تقويت مو موثر است شب ها آن را به سر بماليد و صبح مو را بشوئيد
6)روغن نخود را اگر به سر بماليد سردرد را شفا مي دهد .
7)روغن نخود را بر روي دنداني كه درد مي كند بماليد درد را برطرف خواهد كرد .
8)روغن نخود را اگر به زيرشكم بماليد براي تقويت نيروي جنسي موثر است
9)افراد گرم مزاج بايد نخود را با سكنجبين بخورند تا از نفخ شكم جلوگيري

كند
10) نخود را مي توان براي دفع رسوبات دري و درمان زردي بكار برد
11)نخود درمان كننده قولنج هاي كليوي است
12)نخود را بصورت در در آوريد و روي رخم هاي چركين بگذاريد آنها را باز كرده و اليتام مي دهد
13)يكي از غذاهاي مغذي كه سرشار از پروتيئن هاي گياهي ، ويتامين ها و مواد معدني است هموس مي باشد كه در كشورهاي عربي جزو غذاهاي اصلي آنهاست .گياه خواران هموس را جانشين گوشت مي كنند اين غذا از نخود پخته و كره كنجد كه تاهيني ناميده مي شود درست مي شود
مرجع: كتب طب سنتي

نارگيل

طريقه مصرف:
در ذيل به آن اشاره خواهد شد
توضيحات:
نارگيل Coconut
نام علمي Cocos nucifera
گياه شناسي
نارگيل در حدود سه هزار سال پيش در جنوب اُسيا كشت مي شده است .
در حال حاضر درخت نارگيل در تمام مناطق استوائي وجود دارد .
مردم اقيانس آرام نارگيل را بعنوان يك غذاي اصلي مصرف مي كنند و از تمام قسمت هاي اين درخت استفاده مي برند . ضرب المثلي در اين مناطق وجود دارد كه مي گويد هر كس كه درخت نارگيل مي كارد براي خودش و براي بچه هايش لباس ظرف نوشابه غذا و خانه درست مي كند .
نارگيل معمولا از هندوراس ، پاناما و جمهوري دومينيكين به كانادا وارد مي شود .مقدر بسيار كمي نارگيل در فلوريدا توليد مي شود كه به مصرف داخلي مي رسد
نارگيل درختي است كه بطور قائم بالا مي رود . ارتفاع آن به 30 متر و قطر تنه آن تا يك متر مي رسد
برگهاي آن دراز و بطول 4 تا 5 متر و مركب از چند برگچه باريك و دراز است . طول برگچه ها حدود يك متر مي باشد . رنگ ها سبز روشن است
ميوه نارگيل مانند خوشه ، شامل چندين نارگيل با اندازه هاي مختلف است .
ميوه نارگيل كروي شكل است كه قسمت خارجي آن ضخيم و سفت و متشكل از الياف نباتي و داخل آن نيز صاف و سخت مي باشد . در قاعده نارگيل سه سوراخ ديده مي شود كه چشم هاي نارگيل ناميده مي شود .
براي استفاده از مايع داخل نارگيل كه شير نارگيل ناميده مي شود اين سوراخها را بايد با جسم نوك تيزي باز كرد و مايع دارون آنرا بيرون آورد .
سپس با چكش آنرا بشكنيد و ا گوشت داخل آن استفاده كنيد . البته مي توانيد بعد از بيرون كشيدن شير ، نارگيل را در داخل فر در درجه حرارت 350 درجه فارنهايت بمدت نيمساعت قرار دهيد تا نارگيل خود را بشكند .
درخت نارگيل در هر سال حدود پنجاه عد نارگيل مي دهد . نارگيل هنگاميكه نارس است مقدر يبشتري شير دردولي بتدريج ميوه مي رسد مقدرشير آن كمتر مي شود .
براي خريد نارگيل هميشه ميوه اي را انتخاب كنيد كه سنگين باشد ضمنا

آنرا تكان دهيد كه صداي شير داخل آنرا بشنوئيد زيرا نارگيل اگر بدون شير باشد حتما كهنه است و يا اينكه شيرش بيرون آمده و هوا كشيده و خراب شده است .
خواص داروئي:
گوشت سفيد نارگيل از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است و شير نارگيل كمي گرم و مرطوب است
1)نارگيل بدليل داشتن چربي زياد و مواد مغذي چاق كننده است
2)حرارت داخلي بدن را افزايش مي دهد
3)براي خوشبو كردن دهان مفيد است
4)ضعف كبد را درمان مي كند
5)براي برطرف كردن بواسير مفيد است
6)ادرار را زياد مي كند
7)درد مثانه را رفع مي كند
8)زخم هاي بدن را مداوا مي كند
9)كرم معده و روده ، مخصوصا كرم كدو را از بين مي برد
10)براي تقويت دستگاه هاضمه مفيد است
11)ريشه درخت نارگيل ضد تب و ادرار آور است
12)ريشه درخت نارگيل براي ناراحتي هاي كبدي مانند يرقان مفيد است
13)دم كرده ريشه درخت نارگيل براي معالجه اسهال خوني مفيد است
14)براي دفع سنگ كليه شير نارگيل را با برگ سنا مخلوط كرده و بنوشيد
خواص شير نارگيل
1-شير نارگيل هم ملين و هم ضد اسهال است
2-براي رفع اسهال خوني مفيد است
3-براي برطرف كردن آب آوردگي بدن از شير نارگيل استفاده كنيد
4-شير نارگيل ضد سم است
5-براي پائين آوردن تب مفيد است
6-براي معالجه بيماريهاي پوستي مفيد است
خواص روغن گوشت نارگيل
روغن نارگيل از تقطير گوشت سفيد نارگيل بدست مي آيد
1-براي معالجه بيماريهاي پوستي بكار مي رود
2-حافظه و هوش را تقويت مي كند
3-درد مثانه را رفع مي كند
4-كرم كدو و كرمهاي ديگر روده را دفع مي كند
5-در درمان كمر درد موثر است
6-معالج بواسير است

7-محرك نيروي جنسي است
مرجع: كتب طب سنتي

اسطو خودوس

طريقه مصرف:
به شيوه هاي مختلف مصرف ميشود از جمله به صورت دم كرده كه در ذيل به آن اشاره خواهد شد :
توضيحات:
اسطوخودوس ( لاواندر ) Lavander
نام علمي Lavandula
گياه شناسي
اسطوخودوس در بيشتر نقاط دنيا بحالت خود مي روید مخصوصا در جنوب فرانسه مناطق مديترانه و در تورنتو به مقدر زياد وجود دارد و بسته به شرايط محيط و خاك به انواع مختلفه ظاهر مي شود .
اسطوخودوس گياهي است چندين ساله به ارتفاع حدود نيم متر با برگهاي متقابل ، باريك ، دراز سبز رنگ و پوشيده از كركهاي سفيد پنبه اي . گلهاي آن برنگ بنفش و بصورت سنبله مي باشد .
قسمت مورد استفاده اين گياه ، گلها و سرشاخه هاي گلدار آن است .
اسطوخودوس بوي بسيار مطبوعي درد . طعم آن تلخ است و بعلت بوي مطبوع آن در عطر سازي مصرف مي شود .
اسانس اسطوخودوس كه از تقطير گل و سرشاخه هاي گلدار اين گياه بدست مي آيد مايعي است زردرنگ يا زرد مايل به سبز كه داراي بوي مطبوعي است .
خواص داروئي:
اسطوخودوس از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است .
1)براي رفع خستگي و آرامش چند قطره روغن اسطوخودوس را در وان آب گرم ريخته و براي مدت يكربع ساعت در آن دراز بكشيد .
2)گرفتگي ها را باز مي كند .
3)مقوي معده است .
4)ادرار آور مي باشد .
5)معرق است و تب را پائين مي آورد .
6)صفرا بر بوده و كبد را بكار مي اندازد و بيماري هاي كبدي را برطرف مي كند .
7) ضد تشنج است .
8)براي تقويت عمومي بدن خوب است .
9)كرم هاي معده و روده را از بين مي برد .
10)بيماري هاي سينه و سرفه را برطرف مي كند .

11)در معالجه زكام موثر است .
12)از آن مي توان بعنوان مسهل و تميز كننده استفاده كرد.
13)براي رفع بيماريهاي مجاري و ادرار مفيد است .
14)براي برطرف كردن رعشه و سرگيجه حدود 5 گرم از پودر آنرا با عسل مخلوط كرده و هر شب بخوريد .
15)براي رفع فراموشي و تقويت حافظه از دم كرده اسطوخودوس استفاده كنيد .
16)براي رفع بيخوابي يك قطره از روغن اسطوخودوس را روي يك تكه پنبه بچكانيد و آنرا داخل بالش خود قرار دهيد خواب مطبوعي براي شما مي آورد .
17)براي برطرف كردن غم و اندوه هر روز دم كرده اسطوخودوس بنوشيد .
18)اگر دست و پاي شما خواب مي رود از اين گياه استفاده كنيد .
19)براي پيشگيري از آب آوردن بدن دم كرده اسطوخودوس بنوشيد .
20)زردي را برطرف مي كند .
21)براي رفع حالت تهوع و سرگيجه مفيد است .
22)سردرد و سردردهاي يكطرفه را درمان مي كند .
23)براي معالجه ضعف اعصاب مفيد است .
24)طپش قلب را از بين مي برد .
25) آسم را برطرف مي كند .
26)براي رفع ترشحات زنانه مي توانيد از اين گياه استفاده كنيد .
27)براي برطرف كرده سوء هاضمه يك قطره اسانس اسطوخودوس را در يك ليوان آب نيم گرم ريخته و يا يك فنجان از دم كرده آن را بنوشيد .
28)اسطوخودوس درمان كنده رماتيسم ، آرتروز و نقرس است . براي اين منظور كمپرس آنرا بر روي عضو مورد نظر بگذاريد و يا اينكه 2 قطره روغن آنرا با يك قاشق روغن بادام و يا روغن زيتون مخلوط كرده و عضو دردناك را با آن ماساژ دهيد .
29)زخم هاي كهنه را با ماليدن اسانس اسطوخودوس كه در الكل حل كرده ايد برطرف كنيد .
30)براي درمان بيماريهاي ريوي 2 تا 3 قطره روغن اسطوخودوس را با يك قاشق غذا خوري روغن بادام و يا روغن زيتون مخلوط كرده و سينه و پشت بيمار را ماساژ دهيد .
31) ماليدن پماد اسطوخودوس زخم ها را ضد عفوني كرده و التيام مي بخشد .
32)براي برطرف كردن بوهاي نامتناسب در منزل چند قطره روغن اسطوخودوس را در آب ريخته و بگذاريد به آرامي بجوشد عطر مطبوعي

را در هوا پخش مي كند .
33)براي رفع بيخوابي يك قاشق چايخوري پودر اسطوخودوس را با يك قاشق چايخوري پودر سنبل الطيب مخلوط كرده و در يك ليوان آبجوش ريخته و بمدت 10 دقيقه دم كنيد . اين دم كرده را يكساعت قبل از رفتن برختخواب ميل كنيد تا بيخوابي شما برطرف شود .
مرجع: كتب طب سنتي

# پیاز

طريقه مصرف:
به صورت خوراكي مصرف ميشود كه در زير به صورت جامع تر به آن اشاره خواهد شد :
توضيحات:
پياز Onion
نام علمي Allium cepa
گياه شناسي
پياز گياهي است دو ساله داراي برگهاي توخالي و استوانه اي شكل . ساقه پياز تا ارتفاع يك متر هم مي رسد كه آنهم استوانه اي و توخالي است . گلهاي پياز برنگ سفيد يا بنفش بصورت چتر در انتهاي ساقه ديده مي شود .
پياز انواع مختلف دارد مانند پياز سفيد پياز بنفش ، پياز قرمز و يا مخلوطي از قرمز و بنفش .
پياز در حال حاضر در تمام مناطق دنيا كشت مي شود ولي گفته مي شود كه منشاء آن از ايران و افغانستان بوده است و از آنجا به ديگر نقاط دنيا راه يافته است .
پياز از زمانهاي ماقبل تاريخ وجود داشته است . مردم مصر از آن در غذاهايشان استفاده مي كرده اند .
مخصوصا در مصر پياز در مراسم مذهبي بكار مي رفته و احترام خاصي داشته است . يونانيان و روميان نيز آنرا مي شناخته و مصرف مي كرده اند
خواص داروئي:
پياز از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است و داراي خواص بسياري است كه در يك مقاله نمي توان گنجانيد .
1-پياز ادرار آوري قوي است و خام و پخته آن هر دو اين اثر را دارند .
2-براي رفع گاز معده از تنتور پياز مي توان ساتفاده كرد . مقدر مصرف آن 10تا 15قطره است كه بايد در آب حل كرده و مصرف نمود .
3-براي رفع دردهاي عصبي شربت پياز بهترين دارو است شربت پياز به اين صورت تهيه مي شود :
100 گرم پياز خام را با 400 گرم آب مخلوط كرده و بپزيد تا له شود سپس 400 گرم قند روي آن بريزيد و بگذاريد كه جوش بزند تا قند حل شود سپس آنرا صاف كنيد و در يخچال قرار دهيد .
4- همانوطر كه گفته شد پياز داراي انسولين گياهي است و استفاده از آن قند خون را پائين مي آورد . بيماران مبتلا به مرض قند بايد حتما هر روزه

از آن استفاده كنيد .
5- اگر پياز را له كنيد و در زير شكم شخصي كه مبتلا به احتباس ادراري است قرار دهدي ادرار را باز مي كند .
6-پياز نيم پز براي سوختگي ها نيز موثر است .
7-پياز خام محرك قلب است .
8-پياز باكتري كش است .
9-پياز تقويت كننده و نرم كننده سينه است .براي اين منظور پياز را آب پز كرده و بخوريد .
10-پياز سنگ كليه را خرد مي كند .
11- پياز پخته ملين است .
12-براي رفع خارش چشم چند قطره آب پياز را در چشم بچكانيد .
13-براي درمان سنگيني گوش آب پياز را در گوش بچكانيد .
14-ماسك پياز روي صورت خون را بطرف صورت مي كشاند و رنگ صورت را درخشان مي كند .
15-پياز چون گرم است براي كسانيكه طبع گرم دارند مضر است و اسراف در خوردن آن موجب فراموشي و سردرد مي شود .
16-پياز لثه ها را محكم مي كند .
17-پياز كلسيم درد دندانها و استخوانها را تقويت مي كند و از نرمي استخوان جلوگيري مي كند .
18-پياز معالج عفونتهاي مجاري تنفسي از قبيل ورم گلو ، برنشيت ، گريپ و آسم مي باشد .
19-براي رفع سموم بدن پياز توصيه مي شود .
20- براي آنكه پياز زود هضم شود و آنهايي كه معده حساس دارند بتوانند آنرا بخورند و از خواص آن استفاده كنند بايد موقع پختن پياز مقداري شكر روي آن بريزيد و اين عمل هضم پياز را آسان تر خواهد كرد .
21- براي درمان اسهال از پوست پياز استفاده كنيد بدين صورت كه پوست پياز را بشوئيد و در مقدري آب به مدت ده دقيقه بجوشانيد ، سپس آنرا در داخل دستمالي ريخته و فشار دهيد تا شيره آن گرفته شود . بعدا اين شيره را با شكر شيرين كنيد و روز ي چند فنجان از آن را بشوئيد تا اسهال كاملا از بين برود .
22- اگر پشه يا زنبور شما را گزيد فورا يك پياز را بريده و روي محل گزيدگي بگذاريد درد و خارش فورا ساكت مي شود .
23- پياز ترشي را براي از بين بردن يرقان و تقويت معده و روده و زياد شدن اشتها مصرف مي كنند .
24-اگر از بوي پياز ناراحت مي شويد مي توانيد بعد از خوردن پياز براي رفع بوي آن باقلا پخته و يا گردوي پخته و يا نان سوخته بخوريد .

25-تخم پياز گرم و خشك است و براي ازدياد نيروي جنسي مصرف مي شود .
36-اگز از تخم پياز پمادي درست كنيد و روي سر ببنديد از ريختن مو جلوگيري مي كند .
37-حتما شنيده ايد كه در قديم براي اينكه كسي از اسرار علمي سر درنيآورد آنها را با مركب نامرئي مي نوشتند و مركب نامرئي چيزي غير ازآب پياز نيست .
38-در خاتمه براي اينكه بوي پياز شما را ناراحت نكند و اشك از چشمان شما جاري نشود مي توانيد پياز را زير آب شير پوست بگيريد يا اينكه پياز را در داخل ظرف بزرگ آب قرار دهيد و در آب آنرا پوست بكنيد .
مرجع: كتب طب سنتي

# پرتقال

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
پرتقال Orange
نام علمي Citrus sinensis
گياه شناسي
پرتقال درخت كوچكي است داراي برگهاي سبز و گلهاي سفيد پوست پرتقال نارنجي رنگ ، كمي ناصاف و يموه آن بسته بانواع مختلف شيرين و ترش ، زرد رنگ و يا قرمز مي باشد .
پرتقال يكي از قديمي ترين ميوه هايي است كه بشر از آن استفاده مي كرده است و در حدود 500 سال قبل از ميلاد مسيح كنفوسيوس از آن نام برده است .
در حال حاضر بيشتر از 200 نوع پرتقال در آمريكا كشت مي شود و آمريكا نصف كل محصول پرتقال دنيا را توليد مي كند .
پرتقال اوليه ، كوچك ، تلخ و پر از هسته بوده است كه در اثر تربيت مهندسي ژنتيكي و همچنين انتخاب نوع بهتر و كود كافي درشت تر و شيرين تر شده است .
پرتقال ابتدا از چين به هندوستان برده شده و سپس از آنجا به نقاط ديگردنيا راه يافت .
خواص داروئي:
موسسه مبارزه با بيماري سرطان آمريكا چندين سال پيش در اثر مطالعات زياد دريافت كه علت اينكه سرطان معده در آمريكا كمتر از نقاط ديگر است اين است كه مردم آمريكا در تمام مدت سال پرتقال مصرف مي كنند . البته شايد علت آن وجود ويتامين C در پرتقال است .
1)دانشمندان سوئدي كشف كرده اند كه خوردن پرتقال از سرطان لوزالمعده جلوگيري مي كند .
2)خوردن پرتقال كلسترول را پائين مي آورد .
3)پوست سفيد پرتقال و ورقه هاي نازك بين قسمت هاي داخل پرتقال بهترين دارو براي كاهش كلسترول خون است .
4)اسانس پرتقال ضد عفونت هاي ميكربي است .
5)پرتقال مقوي معده و ضد گاز معده است .
6)پرتقال ضد سم ، ادرار آور و نرم كننده سينه و ضد استفراغ است .
7)جوشانده برگهاي پرتقال براي شست وشوي ورم ها و كاهش درد مفيد

است .
8)خوردن پرتقال ضد اسپاسم و آرام بخش است .
9)اسانس پرتقال را براي ضد عفوني كردن بكار مي برند .
10)پرتقال خون را تميز مي كند .
11)براي برطرف كرده چين و چروك صورت وشادابي آن قسمت خوراكي پرتقال را روي صورت بماليد و بعد از 15 دقيقه با آب بشوئيد .
12)از پرتقال براي كم كردن وزن مي توانيد استفاده كنيد . طرز استفاده بدين صورت است كه يك عدد پرتقال و 3 عدد ليموترش را پوست كنده و به قطعات كوچك تقسيم كنيد بعد آنرا داخل ديگي ريخته و بان نيم ليتر آب اضافه كنيد و بمدت 10 دقيقه بجوشانيد . سپس سه قاشق عسل به آن اضافه كرده و مجددا بمدت 5 دقيقه بجوشانيد و آنرا صاف كنيد . از اين شربت 3فنجان در روز بنوشيد . تا وزن شما بمقدر ايده آل در آيد .
13)پرتقال گرچه اسيدي است ولي خاصي قليايي به بدن مي دهد و براي كسانيكه گوشت زياد مصرف مي كنند و بدنشان اسيدي شده است مفيد است .
14)براي استفاده بيشتر از مواد غذاي پرتقال بهتر است كه پوست زردرنگ آنرا بگيريد و با پوست سفيد و پره هاي داخل آن بخوريد زيرا در پوست سفيد آن مواد معدني زيادي وجود دارد كه اثر اسيد موجود در پرتقال را خنثي مي كند .
15)خواص گفته شده فقط منحصربه پرتقال رسيده مي باشد و آب پرتقال موجود در فروشگاهها و سوپر ماركت ها اين خواص را ندارند .
مرجع: كتب طب سنتي

# رازیانه (بادیان)

طریقه مصرف:
به صورت خشك، دم كرده و جوشانده كه در زير به آن اشاره خواهد شد :
توضيحات:
رازيانه FENNEL
نام علمي Foeniculum vulgare
گياه شناسي
رازيانه گياهي است معطر ، علفي و دوساله كه ارتفاع آن تا 2 متر مي رسد ساقه آن داراي شيارهاي هم دريف و موازي مي باشد برگهاي آن نازك و نخي مانند شويد است گلهاي رازيانه زرد و بصورت خوشه در انتهاي ساقه ظاهر مي شود . ميوه رازيانه كوچك و بطول حدود 8 ميليمتر و عرض 3 ميليمتر بوده و داراي بوئي معطر و طعمي شيرين مي باشد .
رازيانه درمناطق مديترانه اي بخوبي رشد مي كند و در ايران در مناطق شمالي كشور در دامنه هاي كوههاي البرز بطور خورد مي رويد .
رازيانه از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است . ريشه رازيانه گرمتر از بقيه قسمت هاي گياه است .
1) رازيانه اثر زياد كنده شير را در زنان شير ده دارد و بدين منظور مي توان از دم كرده رازيانه استفاده كرد .
2 )اشتها آور و مقوي است .
3)نفخ و گاز معده رااز بين مي بر د .
4)قاعده آور است .
5)برگهاي رازيانه ادرار آور است .
6)جوشانده ريشه رازيانه ملين مسهل است .
7)روغن تخم رازيانه كرم روده را از بين ميبرد .
8)حالت تهوع رابر طرف مي كند .
9)براي برطرف كردن آسم ، سرفه و تنگي نفس از دم كرده تخم رازيانه بمقدر سه فنجان در روز استفاده كنيد .
10)براي رفع اسهال رازيانه را با زيره سبز به نسبت مساوي دم كرده و به مريض بدهيد .
11)ميتوان از رازيانه داروي ضد نفخ بصورت زير تهيه كرد :
5 گرم پودر انيسون و 5 گرم پودر زيره كرمان ، 5 گرم پودر تخم گشنيز و 5 گرم پودر رازيانه را با هم مخلوط كرده در يك ليتر آب جوش بريزيد و آنرا بمدت 10 دقيقه دم كنيد سپس آنرا صاف كرده و كم كم بنوشيد .
12)رازيانه بعلت داشتن هورمون زنانه رشد دخترها را جلو مي اندازد .

13)رازيانه مغز را فعال مي كند .
14)ريشه رازيانه داراي كومارين Coumarin مي باشد . چون اين ماده رقيق كننده خون است بنابراين آنهايي كه مبتلا به تصلب شرائين يا انسداد رگها هسند مي توانند از جوشانده ريشه رازيانه استفاده كنند .
15)دردهاي مفاصل را برطرف مي كند .
16)اشتها را زياد مي كند .
17)براي از بين بردن درد آرتروز روغن رازيانه را در محل درد بماليد .
مرجع: كتب طب سنتي

روناس

طريقه مصرف:
در ذيل خواهد آمد :
توضيحات:
روناس Madder
نام علمي Rubia Tinctorum
گياه شناسي
گياهي است كه به حالت خودرو در مناطق مديترانه ، در شمال آفريقا و بعضي مناطق آسيا مي رويد . ساقه اين گياه پوشيده از خارهاي ريز مي باشد و ارتفاع آن تا حدود دو متر مي رسد .
روناس با استفاده از خارهاي ريزي كه دارد به ديوار و درختان مي چسبد و بالا مي رود .
برگهاي آن بيضي ، نوك تيز و دراز مي باشد . گلهاي روناس كوچك و به رنگ زرد مايل به سبز مي باشد . ميوه آن گشوتي و به رنگ تيره است .
ريشه آن به نام روناس معروف است به رنگ قرمز تيره و به صورت دراز ، باريك و استوانه اي مي باشد . داراي طعمي تلخ و گس بوده و قسمت مهم اين گياه از نظر طبي محسوب مي شود .
از ريشه روناس در قديم براي رنگرزي پارچه و نخ استفاده مي شده است .
خواص داروئي:
روناس از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است .
1)باز كننده گرفتگي ها در بدن است
2)ادرار آور است و حبس البول را درمان مي كند .
3)براي معالجه بيماري فلج آنرا با عسل مخلوط كرده و به بيمار بدهيد .
4)ترشح شير را زياد مي كند.
5)درد سياتيك را رفع مي كند.
6)يبوست هاي سخت را معالجه مي كند .
7)اشتها آور است.
8)قاعده آور است .
9)خارش پوست را برطرف مي كند بدين منظور مي توان از ضماد استفاده كرد و يا اينكه جوشانده آنرا در وان حمام بريزيد و مدتي در آن استراحت كنيد .
10)اوره خون را پائين مي آورد .
11)جوش خوردن استخوان شكسته را تسريع مي كند .

12)تورم را در بدن از بين مي برد .
13 از كمپرس جوشانده روناس براي رفع بيماريهاي پوستي استفاده كنيد .
مرجع: كتب طب سنتي

شلغم (لفت)

طريقه مصرف:
در صورتي كه معده ضعيف نباشد ميتوان آب شلغم خام را خورد اما بيشتر به صورت پخته از آن استفاده ميشود :
توضيحات:
شلغم TURNIP
نام علمي Brassica Napus
گياه شناسي
شلغم گياهي است با برگهاي ناصاف و بريدگيهاي زياد به رنگ سبز و سفيد . ريشه آن غده اي و به شكل هاي گرد و يا دراز به رنگ سفيد با لكه هاي بنفش مي باشد .
ميوه شلغم مانند غلافي باريك و دراز است كه در آن چند دانه سياه وجود دارد . شلغم در هواي سرد بسيار خوب رشد مي كند و شايد علت آن باشد كه براي درمان بيماريهايي كه در فصل سرما زياد است و بيماريهاي تنفسي بكار مي رود .
خواص داروئي:
شلغم از نظر طب قديم ايران گرم و تر است
خواص شلغم آنقدر زياد است كه مي توان گفت اين گياه براي هر دردي درمان است و اگر مردم مي دانستند كه اين گياه چقدر فايده درد تمام باغچه هاي خانه خود را شلغم ميكاشتند و هر روزه از آن استفاده مي كردند .
1)شلغم مقوي است
2)شلغم اشتها آور است
3)شلغم ضعف جنسي را درمان كرده و اسپرم را زياد مي كند
4)شلغم سرفه را تسكين مي دهد
5)ترشي شلغم بهترين نوع ترشي است زيرا مقوي معده و روده ها و اشتها آور است
6)آب شلغم قند خون را پائين مي آورد
7)تخم شلغم را اگر سرخ كرده و بخوريد براي ضعف جنسي موثر است
8)اگر گلو درد داريد آب پخته شلغم را قرقره كنيد
9)خوردن آب شلغم درمان كننده جوش صورت است
10)آنهايي كه حافظه ضعيف دارند حتما بايد شربت بخورند زيرا ثابت شده است كه شلغم حافظه را تقويت مي كند
11)شلغم شب كوري را درمان مي كند

12)شلغم بعلت داشتن ويتامين B1 علاج كم خوني است
13)شلغم براي رشد و نمو استخوانها مفيد است بنابراين زنان باردار وشيرده حتما بايد از آن استفاده كنند .
14)زن حامله اي كه در مدت بارداري شلغم خورده باشد بچه اش زودتر رشد كرده ، زودتر حرف مي زند و حتي زودتر راه مي افتد و در مقابل امراض مقاومت بيشتري خواهد داشت .
15)آنهايي كه غده تيروئيدشان كم ترشح مي كند بايد حتما شلغم بخورند زيرا شلغم بعلت داتشن يد فراوان ترشحات غده تيروئيد را تنظيم مي كند .
16)شلغم مهمترين گياه ضد سرطان است و حتي گسترش سرطان را متوقف مي كند .
17)شلغم درمان بسياري از بيماريهاي پوستي است
18)شلغم پخته بهترين دارو براي برونشيت است
و بالاخره سعي كنيد كه در فصل زمستان براي پيشگيري از سرماخوردگي و بيماريهاي تنفسي اقلا چند بار در هفته شلغم بخوريد شلغم پخته بهترين صبحانه است . بدن را تميز كرده و مواد سمي را ازبدن خارج مي سازد .همانطور كه در بالا گفته شد آب شلغم خام خواص بيشتري از شلغم پخته دارد بشرطي كه معده شما را ناراحت نكند .
خواص شلغم از نظر احاديث :
هيچكس نيست مگر آنكه رگي از جذام در او است و شلغم آنرا ذوب ميكند و روايت شده كه آن را در فصلش بخوريد كه هر دردي را از شما ميبرد
مرجع: كتب طب سنتي

# شنبليله

طريقه مصرف:
گياه آن در سبزيجات و دانه اش به مصارف داروئي ميرسد :
توضيحات:
شنبليله Fenugreek
نام علمي Trigonella gracum
گياه شناسي
شنبليله سبزي اصلي قورمه سبزي ، غذاي مطبوع ايراني است . اين گياه در نواحي مختلف ايران ، مصرف هند و الجزيره ، ايتاليا و اسپانيا مي روييد . شنبليله داراي مواد چرب و مواد نشاسته اي ، مواد ازته ، مواد فسفره و مادهاي بنام گونل لين مي باشد .
خواص داروئي:
يكي از دانشمندان با تحقيقات زيادي كه روي شنبيليه انجام دارد دريافت كه شنبليله در رفع سل استخواني اطفال بسيار موثر است . شنبليله در طي قرون گذشته در ايران براي بسياري از بيماريها مصرف مي شده است . براي اين منظور حتي از دانه شنبليله استفاده شده است و بيماريها سريعا بهبود پيدا مي كند .
شنبليله چون داراي مواد فسفره آهن ازته و ياستازهاي مختلف مي باشد تقويت كننده لوزالمعده نيز مي باشد و بنابراين دستگاه هاضمه را بكار انداخته و لاغري هاي مفرط را از بين مي برد .
شنبليله بطور كلي شفادهنده بيماريهاي روحي و جسمي است وحتي اثرات مفيدي در اشخاص مبتلا به مرض قند و سل ريوي و استخواني دارد . در قديم شنبليله براي مداواي بيماري قند بكار مي رفته است دانه شنبليله با اين همه خواص مفيد داراي بوي ناپسند است بنابراين براي استفاده از آن دانه پودر شده آنرا با مواد معطر بايد مخلوط نمود كه بوي بد آن را تا اندازه اي برطرف كنند .
مرجع: كتب طب سنتي

# شوید

طريقه مصرف:
گياه آن در سبزيجات مصرف ميشود و تخم آن خواص زيادي دارد كه در زير به آن اشاره خواهد شد :
توضيحات:
شوید Dill
نام علمي Aniethum graveolens
گياه شناسي
شويد گياهي است يكساله يا دوساله كه گاهي ارتفاع آن به يك متر نيز ميرسد . ريشه آن راست و مخروطي شكل و سفيد است . اين گياه در اكثر نقاط دنا منجمله قسمتهاي جنوب اروپا مصر آمريكا و چين پرورش داده مي شود .
ميوه شويد بيضوي مسطح وب طول 4 ميليمتر و عرض 3 ميليمتر است . رنگ آن قهوه اي روشن و در سطح آن برجستگيهايي برنگ زرد و در كناره هاي آن لبه بال مانندي به رنگ زرد روشن ديده مي شود .
خواص داروئي:
تخم شويد اثرات درماني زيادي دارد منجمله بعنوان ضد تشنج ضد درد، نفخ شكم ، ادرار آور و براي تقويت معده بكار مي رود .
براي كسانيكه اشتهاي زيادي به غذا ندارند و لاغر هستند تخم شويد بهترين دارو است زيرا اشتها را زياد كرده معده را تقويت مي كند و انرژي به بدن مي دهد . تخم شويد را مي توان براي ناراحتي معده ، بي خوابي و ضد گاز معده بكار برد . خانمهاي شير ده كه شير آنها كم است بايد حتما روي چند بار دم كرده تخم شويد يا در تخم شويد بخورند و در غذاي خود مصرف كنند بطور معجزه آسائي شير آنها زياد خواهد شد .
طب گياهي ايران خواص زيادي را براي شويد قائل است مثلا در مورد درد شديد و ورم معده از دم كرده شويد استفاده مي كردند كه اثر تسكين فوري دارد .
از شويد براي دل درد در حيوانات نيز استفاده مي شود ودام داران قديم بخوبي به اين موضوع واقف بودند . مثلا براي گوسفند و بز كافي است كه مقدر 30 گرم تخم شويد به آنها داد كه نفخ و دل درد را ساكت كنند .
در مورد بيماراني كه مبتلا به استفراغ شديد هستند و هيچ غذايي حتي آب را نمي توانند در معده خود نگاهدارند بهترين درمان شويد است . اين نوع بيماران بايد دم كرده شويد را آهسته آهسته بنوشند .
در چين حتي شويد را براي كمردردهايي كه بعلت انقباض عضلاني باشد

بكار ميبرند .
يك نسخه قديمي چيني براي باد فتق نيز از تخم شويد استفاده مي كنند
همچنين افرادي كه داراي بيماري چربي خون ميباشند از علف شويد و تخم آن براي درمان بيماري استفاده نمايند كه نحوا استفاده تخم شويد به صورت جوشانده ميباشد كه روزانه بايد به مقدار دو استكان مصرف نمايند و عرق شويد يك استكان بعد از نهار و شام.
مرجع: كتب طب سنتي

سيب زميني

طريقه مصرف:
به صورت خام و پخته به شيوه هاي زيادي مصرف ميشود كه در ذيل به آن اشاره خواهد شد :
توضيحات:
سيب زميني POTATO
نام علمي Solanum tuberosum
گياه شناسي
سيب زميني گياه بومي آمريكاي جنوبي است و هنوز هم بصورت وحشي در شيلي و آرژانتين يم رويد .
در قرن شانزدهم بوسيله اسپانيولي ها به اروپا برده شد و اكنون در اروپا و آمريكا از نظر مصرف اولين سبزي است .
سيب زميني درتمام طول سال وجود دارد .
سيب زميني بدليل داشتن مقدار ويتامين C ضد بيماري اسكوربيت است و كشورهائيكه از اين گياه استفاده مي كردند هيچگاه مردم آنجا به اين بيماري دچار نمي شدند .
ساقه هوايي سيب زميني داراي بريدگيهايي مركب از 7 تا 12 برگچه اصلي است و در فواصل اين برگچه نيز برگچه هايي كوچكتر وجود دارد .
انواع مختلف سيب زميني بر حسب رنگ گل و پوست غده هاي زير زميني آن تقسيم بندي مي شود .
در روي پوست سيب زميني سوراخهاي كوچكي وجود دارد كه داراي جوانه است و اين جوانه هاست كه منشاء گياه تازه است .
خواص داروئي:
1) برگ و ميوه سيب زميني بعلت داتشم سولانين مخدر و آرام بخش است ولي بعلت سمي نبودن نبايد مورد مصرف داخلي قرار گيرد و بايد فقط بعنوان ضماد و استعمال خارجي استفاده شود .
2)سيب زميني بعلت داشتن ويتامين C زياد براي مقابله با بيماري اسكوربيت بكار مي رود .
3) براي تسكين سوختگي ها ، سيب زميني خام را رنده كرده و به عنوان ضماد روي قسمت سوختگي بگذاريد و هر چند دقيقه آنرا عوض كنيد و ضماد تازه روي آن قرار دهيد .
4)سيب زميني داراي آنزيم مهار كننده مي باشد بنابراين ضد سرطان وضد ويروس است مخصوصا سيب زميني در اين مورد از شير يا سويا قوي تر است .

5)پوست سيب زميني مانند پوست ميوه ها وسبزيجات داراي ماده آنتي اكسيدان است بنابراين از پير شدن سلولها و نيز از بوجود آمدن سلولهاي سرطاني جلوگيري مي كند .
6)سيب زميني بهترين دارو براي آنهايي است كه بدنشان اسيدي است و اينگونه اشخاص بايدسيب زميني را با پوست و با بخار پخته و بخورند زيرا سيب زميني آب پز وسرخ شده برعكس سيب زميني با بخار پخته شده توليد اسيد در بدن مي كند .
7)سيب زميني داروي خوبي براي از بين بردن تورم است . براي اين منظور سيب زميني را طبقه طبقه كرده و در سوپ بياندازيد و بگذاريد تقريبا نيم پز شده و سپس آنرابخوريد .
8)سيب زميني بعلت دارا بودن پتاسيم زياد تميز كننده كبد نيز مي باشد .
9)سيب زميني بدن را جوان مي كند .
10)سيب زميني داروي بيماريهاي قلب نيز مي باشد .
11)سيب زميني قرمز درمان كننده بواسير خوني و دردناك مي باشد . براي اين منظور سيب زميني رابه طور باريك بريده و بصورت شياف در آوريد و روي آن كمي روغن ويتامين E و يا وازلين ماليده و پس از قضاي حاجت بداخل معقد بگذاريد . اين عمل را اگر چند روز ادامه دهيد بواسير برطرف مي شود .
12)براي درمان اسهال سوپ سيب زميني را با شير بپزيد و آنرا ميل كنيد . اسهال سريع متوقف مي شود .
مرجع: كتب طب سنتي

# سيب

طريقه مصرف:
به صورت خوراكي مصرف ميشود و براي ردمان به شيوه هاي ديگر هم به كار ميرود كه در ذيل به آن اشاره خواهد شد :
توضيحات:
سيب Apple
نام علمي Nigella Sativa
گياه شناسي
درخت سيب در بيشتر نقاط دنيا پرورش داده مي شود و سيب ميوه ايست كه مي توان گفت در هر جاي دنيا وجود دارد و همه مردم دنيا آنرا مي شناسند.
در كشور عزيز ما ايران اين درخت بصورت وحشي در جنگل هاي شمال وجود دارد در لاهيجان و رودسر آنرا آسيب ، هسي و هسيب و در مازندران به آن سه مي گويند .
سيب انواع مختلف دارد . انواع وحشي آن كوچك و پرورش يافته آن درشت و برد مي باشد . سيب نوع ترش و شيرين دارد .
خواص داروئي:
1)سيب يك ميوه قلبايي است و تميز كننده بدن است و بعلت دارا بودن پكتين زياد آب اضافي بدن را خارج مي سازد
2)سيب را مي توان براي برطرف كردن اسهال حتي براي كودكان بكار برد . بدين منظور سيب را بايد رنده كرد و استفاده نمود .سيب را مي توان پخت و براي آنهايي كه روده تنبل دارند آن را روي آتش ملايمي بپزيد البته حتما ازظرف لعابي يا تفلون استفاده كنيد زيرا به اين طريق پكتين و ويتامين هاي آن حفظ مي شود.
3)شربت سيب بهترين دارو براي درمان سرفه و گرفتگي صدا مي باشد .براي تهيه شربت سيب يك كيلو سيب راشسته و با پوست قطعه قطعه كنيد و در يك ليتر آب بپزيد سپس آنرا با پارچه نازكي صاف كنيد و چند تكه قند به آن اضافه كنيد و دوباره روي آتش ملايم قرار دهيد تا قوام بيايد و آن را از روي آتش برداريد روزي سه تا چهار فنجان از اين شربت بنوشيد.
4)سيب داراي مقدر زيادي كلسيم است و كلسيم سيب به بدن كمك مي كند كه كلسيم غذاهاي ديگر را نيز جذب كند.
5)خوردن سيب يبوست را برطرف مي كند و براي خستگي مفرط مفيد است
6)دم كرده برگ درخت سيب ادرار آور است و درمان كننده التهاب كليه و

مثانه ميباشد.
7)نوشيدن آب سيب داروي موثري براي درمان سرماخوردگي و گرفتگي صدا و سرفه است.
8)سيب مقوي كبد و اشتها آور است.
9)سيب براي درمان تنگي نفس بسيار مفيد است حتي بوئيدن سيب نيز اين خاصيت را دارد
10)سيب پخته تقويت كننده معده و كبد و دفع كننده سودا و سموم بدن است .
11)سيب حرارت را از بدن خارج مي سازد .
12)سيب را رنده كنيد و در دستمال بپيچيد و روي چشم بگذاريد درد چشم را برطرف مي كند.
13)خوردن سيب حتي براي آنهايي كه بيماري قند دارند مفيد است چون قند خون را بالا نمي برد.
14)كسانيكه مي خواهند لاغر شوند حتما بايد سيب را با پوست بخورند .
15)دم كرده گل سيب داروي سرفه و تورم مجراي تنفسي است
16)سيب داروي خوبي براي درمان زخم ها مي باشد
17)سيب بهترين دارو براي سوء هاضمه است زيرا داراي مقدر زيادي پكتين مي باشد
18)آب سيب را حتي مي توان براي تنقيه استفاده كرد . اين تنقيه براي بيماريهاي روده بسيار موثر است.
19)پوست سيب را مانند چاي دم كنيد و بياشاميد اين چاي بهترين دوست كليه است .
20)آب سيب را با آبميوه گيري در منزل تهيه كنيد و فورا آنرا بنوشيد زيرا در اثر ماندن آنزيم هاي خود را از دست مي دهد .
21)آب سيب براي زيبايي پوست استفاده زيادي دارد بخصوص براي از بين بردن چين و چروك پوست موثر است بدين منظور آب سيب را صبح و شب روي پوست گردن و صورت بماليد و ماساژ دهيد البته هميشه آب سيب تازه استفاده كنيد.
استفاده ديگر از سيب براي لطافت پوست سيب پخته است سيب رابپزيد و سپس له كنيد و با شير مخلوط كنيد و اين مخلوط را بصورت نيم گرم روي پوست بگذاريد و پس از چند دقيقه آنرا برداريد .
خواص سيب ترش
1-سيب ترش قابض است و حالت استفراغ و دل بهم خوردگي را از بين مي برد.
2-سيب ترش را بپزيد درمان اسهال خوني است
3-آب سيب ترش مخلوط با انار براي تقويت معده و درمان اسهال و دل

بهم خوردگي بكار مي رود
4-رب سيب ترش علاج اسهال ، استفراغ و درد و غم است
5-مرباي شكوفه سيب براي ضعف معده و ازدياد نيروي جنسي مفيد است
6-سيب ترش براي آنهائيكه مزاج گرم دارند بسيار مفيد است بالعكس آنهائيكه مزاج سرد دارند بايد سيب شيرين بخورند
سيب در قديم معالج نقرس و بيماريهاي عصبي بوده است
مضرات :
همانطور كه قبلا گفته شد سعي كنيد هميشه سيب را با پوست بخوريد زيرا مقدر زيادي پكتين در پوست سيب وجود دارد سيب هايي كه در بازارهاي داخل ايران يا آمريكا و كانادا بفروش مي رسد روي آن داراي يك لايه چربي براي حفاظت آن مي باشد بنابراين حتما اين سيب ها را بدقت بشوئيد آنهائيكه دريا معده ضعيف هستند بايد سيب را بسيار نازك پوست بگيرند كه پكتين ها و ويتامين هاي آن از بين نرود .
مرجع: كتب طب سنتي

سويا (لوبياي سويا)

طريقه مصرف:
در ذيل خواهد آمد :
توضيحات:
لوبياي سويا Soy bean
نام علمي Soja hispida Moench
كليات گياه شناسي
سويا قرنهاست كه غذاي مردم آسيا مخصوصا چين بوده است و چيني آن را همراه با برنج بعنوان غذاي اصلي خود مصرف مي كنند . ايالات متحده آمريكا بزرگترين توليد كننده سويا مي باشد و تقريبا دو سوم محصول كل دنيا را توليد مي كند . سويا در ايران بنام (لوبيا روغني ) ( لوبيا چيني ) سويا و دانه سويا معروف است .
سويا گياهي است يكساله داراي ساقه پرشاخه ، برگهاي آن بيضي ، نوك تيز و سبز رنگ مي باشد . ميوه آن شبيه لوبيا است كه در هر غلاف آن سه تا پنج دانه جدا از يكديگر وجود دارد . رنگ دانه سويا بر حسب انواع مختلف متفاوت است و برنگهاي زرد ، سفيد سياه ، خاكستري و خالدار ديده مي شود .
دانه سويا به بزرگي يك نخود كمي مسطح و گرد است . دانه سياه سويا بشتر در طب گياهي مصرف دارد ولي از دانه زرد رنگ آن بيشتر براي روغن گيري استفاده مي كنند . سويا بعلت داشتن پروتئين و مواد مغذي در تغذيه انسان بكار مي رود .
سويا از چين به نقاط ديگر دنيا راه يافته است و بطور وحشي در آن كشور وجود دارد .
سويا در حدود 3500 نوع مختلف دارد كه هر كدام آب و هواي مخصوصي را مي خواهد .
خواص داروئي:
) سويا مقوي و باد شكن است
2)دانه سويا ، مدر ، تب بر و ضد سم است
3)در چين دانه سويا را بعنوان ضد سم مصرف مي كنند
4)شير سويا غذاي مفيدي براي كودكان است
5)نان سويا براي مبتلايان به بيماري قند بسيار مناسب است زيرا اولا ارزش غذايي زيادي دارد ثانيا مواد نشاسته اي كه تبديل به قند مي شود در آن كم است
6)دانه هاي سبز سويا را له كرده و بصورت ضماد در آوريد اين ضماد براي

زخم هاي آبله و ساير زخم ها مفيد است همچنين براي رفع التهاب و قرمزي پاي بچه ها كه در اثر ادرار بوجود آمده مفيد است .
7)سويا براي مبتلايان به نقرس و روماتيسم و اشخاص ضعيف البنيه بسيار مفيد است
8)سس سويا براي تحريك اشتها بكار مي رود
9)سس سويا را براي از بين بردن بوي گوشت بكار مي برند
10)سس سويا را به غذاهايي كه ترديد داريد سالم باشد بزنيد سم آنرا خنثي مي كند
11)سوس سويا ملين ، خنك كننده و ضد سم است
12)اگر زن حامله در معرض خطر سقط جنين باشد به او سوس سويا بدهيد
13)اگر ادرار كسي بخون آلوده است سوس سويا درمان آن است
14)سوس سويا براي سوختگي پوست مفيد است
15)فرآورده هاي سويا براي پيشگيري سرطان مفيد است
16)سويا به فعاليت روده ها و دفع منظم سموم كمك مي كند
17)سويا مقدار تري گليسيدر خون را پائين مي آورد
18)براي تميز كردن شريانها از فرآورده هاي سويا استفاده كنيد حتي مبتلا به شرائين و در معرض خطر قلبي هستند اگر از سويا استفاده كنند و گوشت را از برنامه غذايي خود حذف كنند بزودي شريانهاي آنها تميز و جوان خواهد بود .
19)سويا سنگ كيسه صفرا را شكسته و خارج مي سازد و اگر از فرآورده هاي سويا استفاده كنيد در بدن شما سنگ كيسه صفرا توليد نخواهد شد اگر سنگ كيسه صفرا داريد رژيم خود رابه سويا تغيير دهيد
20)سويا براي سلامت روده بزرگ و تنظيم تخليه و دفع مواد زائد بسيار مفيد است
21)سويا موثر براي درمان سرطان كولون است
22)سويا از سرطان سينه جلوگيري مي كند
23)سويا منبع غني هورمون استروژن است بنابراين مي توان جانشين هورمونهاي مصنوعي در دوران يائسگي باشد . پس خانم ها در دوران يائسگي بهتر است از فرآورده هاي سويا استفاده كنند .
مرجع: كتب طب سنتي

# کتان

طريقه مصرف:
از الياف آن در دوزندگي و از تخم و روغن آن در داروها استفاده ميشود كه در ذيل به طور كامل اشاره خواهد شد :
توضيحات:
تخم كتان FLAX SEED
نام علمي Linum usitatissimum
گياه شناسي
امروزه گياه كتان در منطقه وسيعي از اروپا و آسيا مي رويد . ازاين گياه استفاده هاي زيادي بعمل مي آيد . از الياف آن براي يافتن پارچه استفاده مي شود . پارچه كتان براي البسه مخصوصا در تابستان نوعي مناسب بشمار مي رود .
كتان گياهي است كه از قديم الايام شناخته شده و بكار ميرفته است . حتي پرورش آن در مصر در حدود پنج قرن قبل از ميلاد مسيح معمول بوده است .
خواص داروئي:
روغن تخم كتان علاوه بر داشتن Omega-3 داراي ويتامين E نيز مي باشد و حتي اگر بمقدار بيش از احتياج ( يك قاشق چايخوري در روز ) مصرف شود عوارض جانبي نخواهد داشت .
خاصيت مهم ديگر روغن كتان اثر ضد تورم آن مي باشد . ميگرنهاي دردناك را شفا داده و عادات ماهانه دردناك را از بين مي برد .
مطالعات جديد نشان داده است كه روغن تخم كتان حتي مي تواند مصونيت بدن را در مقابل بيماريها بالا ببرد . استفاده از اين روغن از سرطان جلوگيري مي كند .
تخم كتان بعلت داشتن موسيلاژ زياد نرم كننده بسيار خوبي است و در رفع يبوست مي توان از آن استفاده كرد . بدين منظور بايد تخم كتان را روي زبان ريخت و با مقدري آب آنرا بدون جويدن بلعيد و يا مي توان تخم كتان را در آب خيس كرده و صبح ناشتا خورد .
دم كرده تخم كتان نيز معجزه گر است . دم كرده آن علاج بيماريهاي مجاري ادرار ، زخم معده و وروم روده ، يبوست ، ورم مثانه ، سنگ كليه سرفه ، دردهاي پريود و حتي مرض قند مي باشد .
مي توان تخم كتان را با مقداري آب جوشانيد و سپس جوشانده آنرا در داخل وان حمام ريخت و در آن دراز كشيد . خارش پوست را فورا از بين

مي برد .
مرجع: كتب طب سنتي

ترب و تربچه

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
ترب و تربچه Radish
نام علمي Raphanus sativus
گياه شناسي
ترب گياهي است يكساله كه ارتفاع ساقه آن تا يك متر مي رسد . برگهاي آن پهن ، ناصاف ، كرك دار و با بريدگيهاي نامنظم مي باشد . گلهاي آن برنگ سفيد ، زرد روشن ، آبي روشن و بنفش است كه درانتهاي شاخه ظاهر مي شود .
بطور كلي دو نوع ترب وجود دارد :
1- ترب سياه كه معمولا در پائيز برداشت مي شود .
2-تربچه كه به رنگهاي مختلف قرمز و وصورتي و بصورت هاي دراز و گرد وجود دارد .
خواص داروئي:
ترب از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است و از زمانهاي بسيار قديم براي درمان بسياري از بيماريها بكار مي رفته است .
1)ترب براي دفع سنگهاي صفراوي مفيد است .
2)ترب در بعضي از اشخاص توليد گاز و آروغ مي كند و تخم آن گاز و نفخ را از بين مي برد .
3)ترب براي درمان نقرس و روماتيسم مفيد است .
4)برگ ترب اگر با غذا خورده شود به هضم غذا كمك مي كند .
5)آب برگ ترب براي تقويت چشم مفيد است .
6)ترب براي درمان يرقان مفيد است .
7)تخم ترب درد را تسكين مي دهد .
8)در صورت مسموميت غذايي مقداري تخم ترب را همراه با سكنجبين به بيمار بدهيد باعث استفراغ مي شود و معده را پاك مي كند .
9)براي مداواي زخم هاي بدن از ترب و عسل ضماد تهيه كرده و روي زخم بگذاريد .
10) دم كرده ترب ادرار آور است و براي درمان حبس البول بكار مي رود .
11)تخم ترب ادرار آور و قاعده آور است .
12)اگر دست يا پاي شما سرما زده است ترب را در آّب بجوشانيد و

بگذاريد تا كمي سرد شود بطوريكه دست را نسوزاند سپس عضو سرما زده را چند بار در روز در اين جوشانده قرار دهيد .
13)دم كرده ريشه ترب تقويت كننده بدن است .
14)براي دفع سنگ كيسه صفرا و سرفه هاي تشنج آور از ترب بصورت زير استفاده كنيد :
در يك ترب بزرگ حفره اي ايجاد كرده و همچنين در ته آنهم سوراخ ريزي بوجود آوريد بطوريكه آب قطره قطره از آن خارج شود . سپس مقداري شكر در حفره ريخته و آنرا با آب پر كنيد و ترب را در دهانه شيشه يا استكاني قرار دهيد كه آب آن قطره قطره از سوراخ ريز ته ترب خارج شده و در داخل شيشه يا استكان پر شود . اين آب را چند بار در روز بنوشيد .
15)خوردن تخم ترب ترشح شير را زياد مي كند .
16)جوشانده ترب براي درمان اسهال خوني مفيد است .
17)تخم ترب اشتها آور است.
18)براي از بين بردن تب، تخم ترب را دم كرده و به بيمار بدهيد .
19) تخم ترب بصورت ضماد براي ورم پستان در مادران شيرده استفاده مي شود .
مرجع: كتب طب سنتي

زعفران

طريقه مصرف:
در غذاها به عنوان طعم دهنده و رنگ دهنده بسيار عالي به كار ميرود و مصارف درماني هم دارد :
توضيحات:
زعفران Saffron
نام علمي Crocus sativus
گياه شناسي
زعفران گياهي است با ارتفاع تقريبا 30 سانتيمتر كه داراي برگهاي دراز و سبز مانند تره است . ساقه زير زميني آن از دو پياز تشكيل مي شود . اين پيازها سخت و مدور و گوشتدار و پوشيده از غشاء هاي نازك قهوه اي رنگ مي باشد . گلهاي زعفران ارغواني ، منظم و شامل لوله اي دراز است كه به سه گلبرگ و كاسبرگ منتهي مي شود .
زعفران خيلي مرغوب قسمت كلاله گل يعني قسمت انتهايي خامه است و ميله خامه ، زعفران درجه دو و نامرغوب را تشكيل مي دهد .
برداشت زعفران بدين ترتيب است كه قسمت كلاله هر گل را بر ميدارند و بين كاغذ قرار مي دهند تا خشك شود و سپس بسته بندي مي كنند .
استاندارد زعفران كه در فرانسه صورت گرفته است اعلام مي دارد كه بايد 50 عدد از الياف زعفران بيشتر از0/277 گرم وزن داشته باشد و در صد رطوبت آن 13 درصد باشد . همچنين هر ميلي گرم آن بايد بتواند 700 سانتيمتر مكعب آب را بطور محسوس رنگي كند .
خواص داروئي:
زعفران از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است . مهمترين خاصيت زعفران كه از قديم الايام از آن استفاده مي شده است درمان افسردگي مي باشد . اين خاصيت مهم حتي در شعر شاعران نيز انعكاس يافته است . شاهد آن شعر خاقاني است كه مي گويد :
گر كسي را زعفران شايد فزايد گو فزاي
چون تو با غم خو گرفتي زعفران كس مخور
زعفران داراي بويي قوي و طعم تلخ مي باشد :
1)خوردن چاي زعفران باعث هضم غذا مي شود
2)اثر مسكن درد دارد
3) قاعده آور است .
4)باعث تحريك اعصاب مي شود
5)زعفران خون ساز است و گردش خون را آسان مي سازد

6)مصرف زعفران خونريزيهاي بعد از زايمان را از بين مي برد .
7)قواي جنسي را تقويت مي كند
8)كبد را تصفيه و قوي مي سازد
9)سرفه را رفع و اثر مفيد روي درمان برونشيت دارد
10)كليه و مثانه را پاك مي كند
11)آرام بخش و خواب آور است
12)زعفران ضد تشنج است
13)گاز معده را برطرف مي كند
14)ادرار آور است
15)و اگر بالاخره مي خواهيد هميشه شاد و خندان باشيد زعفران بخوريد
مرجع: كتب طب سنتي

# زنجبيل (زنجفيل)

طريقه مصرف:
در غذاها به عنوان چاشني، و همچنين مصرفهاي داروئي زيادي دارد :
توضيحات:
زنجبيل Ginger
نام علمي Zingibar officinale
خواص داروئي:
اين گياه همراه با گياهان ديگر بعنوان تقويت كننده معده و بدن بادشكن و ضد نفخ بكار يم رود . همچنين پزشكان چيني جديدا كشف كرده اند كه شربت زنجبيل بهترين داروبراي معالجه زخم معده مي باشد.
زنجبيل تازه و شربت زنجبيل با چاي زنجبيل در بدن گرما توليد كرده و بدين وسيله مواد سمي و زائد بدن را بصورت عرق از بدن خارج مي سازد . اين گياه براي خانم هائيكه عادت ماهيانه آنها عقب مي افتند تجويز شده است .
زنجبيل بهترين داروي سرماخوردگي و گلو درد ميباشد . هنگامي كه حس كرديد دچار سرماخوردگي شده ايد چند بار چاي زنجبيل بنوشيد و اگر گلو درد داريد علاوه بر آنكه چاي آنرا ميل مي نمائيد با آن نيز قرقره كنيد .
زنجبيل را حتي براي كمپرس نيز مي توان استفاده كرد كه سموم بدن را خارج مي سازد . براي اين منظورابتدا چاي زنجبيل استفاده كنيد دستمالي را با آن آغشته و آب اضافي آنرا فشار داده در محل زخم يا درد بگذاريد .
شربت زنجبيل براي زخم معده بسيار مفيد است .مبتلايان به زخم معده بايد هر روز قبل از غذا يك قاشق چايخوري از اين شربت را همراه با كمي آب بنوشيد زخم معده آنهاپس از مدتي التيام خواهد يافت
مرجع: كتب طب سنتي

# زوفا (گل زوفا)

طريقه مصرف:
در جوشانده هاي سرما خوردگي استفاده ميشود و خواص ديگري هم دارد كه در زير به آن اشاره خواهد شد :
توضيحات:
گياه زوفا Hyssop
نام علمي Hyssopus Officinalis
گياه شناسي
زوفا درختچه اي است با ساقه هاي منشعب كه ارتفاع آن تا 60 سانتيمتر مي رسد اين گياه بحالت خودرو در نواحي جنوب اروپا، ايران ، هند ،تركيه و شوروي مي رويد . برگهاي آن كوچك، خط در ، نوك تيز و سبزرنگ است كه بسيار معطر مي باشد .گلهاي آن آبي و گاهي سفيد اند كه در انتهاي ساقه ظاهر مي شود .
خواص داروئي:
زوفا از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است
1)سرفه و ناراحتي هاي ريوي را برطرف مي كند .
2)نرم كننده سينه است
3)خلط آور است
4)معده را تقويت مي كند
5)نفخ شكم را برطرف مي كند
6)ادرار آور است
7)داروي مفيدي براي مداواي آسم است
8)اشتها را زياد مي كند
9)براي رفع كم خوني مفيد است
10)افسردگي را برطرف مي كند
11)براي درمان صرع مفيد است
12)براي التيام زخم برگهاي زوفا را له كرده و روي زخم بگذاريد
13)براي درمان تب خال مفيد است و كسانيكه تب خال مي زنند بايد از دم كرده زوفا استفاده كنند .
14)درد شكستگي را مي توان با كمپرس زوفا آرام كرد.
مرجع: كتب طب سنتي

زيتون

طريقه مصرف:
به عنوان سالاد و جانشين غذا استفاده ميگردد و خواص بسيار زيادي دارد كه در زير به آن اشاره خواهد شد :
توضيحات:
زيتون Olive
نام علمي Olea europaea
گياه شناسي
زيتون درختچه اي است به ارتفاع تقريبا سه متر ولي هنگاميكه در شرايط مساعد پرورش مي يابد ارتفاع آن حدود 12متر و قطر تنه اش به 3 متر ميرسد .
چوب درخت زيتون بسيار سخت و مقاوم است . رنگ آن زرد است كه خطوطي قهوه اي رنگ در آن وجود دارد . از چوب زيتون براي تهيه اشياء چوبي ظريف استفاده مي شود . برگهاي آن سبز رنگ ، بيضوي و دراز و بوضع متقابل يكديگر بر روي ساقه قرار گرفته اند .
منشاء درخت زيتون احتمالا منطقه مديترانه بوده و از آنجا به نقاط ديگر دنيا راه يافته است .
زيتون معمولا در اوائل تابستان شروع به گل دادن مي كند و ميوه آن كم كم ظاهر مي شود . در اواخر تابستان ميوه آن به ثمر مي رسد . در اين هنگام زيتون سبز است و بتدريج تبديل به بنفش و قهوه اي و سپس سياه مي شود بطوريكه در اواخر پائيز كه موقع برداشت ميوه است رنگ آن بكلي تيره است .
خواص داروئي:
زيتون رسيده از نظر طب قديم ايران گرم و قابض است و ميوه نارس زيتون سرد و خشك است و روغن زيتون گرم و خشك است . برگ درخت زيتون نيز گرم و خشك مي باشد .
1)دم كرده برگ زيتون داروي خوبي براي پائين آوردن فشار خون مي باشد . بدين منظور بايد 20 عدد برگ زيتون را داخل 300 گرم آب ريخته و آنرا بمدت 15 دقيقه بجوشانيد . سپس كمي قند بآن اضافه كرده و بمقدر يك فنجان دوبار در روز از آن بنوشيد . بعد از دو هفته بايد بمدت 8 روز نوشيدن اين دم كرده را قطع كنيد و سپس ادامه دهيد .
2)روغن زيتون نرم كننده و صفرا بر است .
3)روغن زيتون دفع كننده سنگ كيسه صفرا است براي اين منظور بايد آنرا با آبليمو مصرف كرد .

4)روغن زيتون كرم كش است .
5)روغن زيتون براي رفع سرفه هاي خشك مفيد است .
6)براي رفع خارش گزيدگي حشرات ، روغن زيتون را به محل گزيدگي بماليد .
7)بدن بچه هايي را كه مبتلا به نرمي استخوان و كم خوني هستند با روغن زيتون ماساژ دهيد اثر مفيدي دارد
8)براي رفع خشكي لثه ، روغن زيتون را بر روي لثه بماليد .
9)براي برطرف كردن خراش و ترك پوست ، گليسيرين و روغن زيتون را بمقدر مساوي با هم مخلوط كرده و روي پوست بماليد .
10)دم كرده برگ درخت زيتون تب بر است .
11)جوشانده برگ درخت زيتون برطرف كننده نقرس و روماتيسم است .
12)براي سرباز كردن جوشها و كورك ها زيتون را له كرده و روي جوش يا كورك بماليد .
13)دم كرده و جوشانده پوست درخت زيتون تب بر و درمان كننده مالاريا است .
14)پماد ميوه نارس زيتون براي سوختگي مفيد است
15)جويدن برگ زيتون براي از بين بردن زخم هاي دهان مفيد است
16)براي رفع سستي فلج و لقوه و تقويت نيروي جنسي بايد 80 گرم روغن زيتون را با 14 گرم كندر و 16 گرم سياه دانه مخلوط كرده و بمدت سه روز از آن بخوريد
17)مصرف روغن زيتون از امراض قلبي و سرطان جلوگيري مي كند .
18)و بالاخره روغن زيتون بهترين روغن براي پخت و پز مي باشد زيرا در اثر حرارات خراب نمي شود.
مرجع: كتب طب سنتي

تمشك

طريقه مصرف:
مانند ساير ميوه ها مصرف خوراكي دارد كه در زير اشاره خواهيم كرد :
توضيحات:
تمشك
ميوه اي شبيه شاه توت و توت فرنگي است و به رنگ زرد يا سرخ مايل به سياه يافت مي شود. ميوه تمشك ترش مزه بوده و به صورت خام يا پخته، شربت، كمپوت و ... خورده مي شود.
بوته تمشك در مناطق گرم و مرطوب، در جنگلها و صحراها مي رويد و گاهي آن را مي كارند. نامهاي ديگر تمشك، توت وحشي و سه گلي است. ساقه هاي تمشك نرم و به رنگ قرمز و داراي خارهاي دراز است. برگهاي آن متفاوت و بيضي شكل و اطراف آن كنگره كنگره و به شكل دندانه هاي اره اي است. گلهاي تمشك به رنگهاي سفيد، صورتي يا به صورت خوشه در ماههاي مرداد پديدار مي شود و تا مهر دوام مي آورد. قسمتهاي مورد استفاده بوته تمشك عبارتند از : ميوه ، برگ، تخم ، دانه و گل .
خواص
- جوشانده 25 گرم از برگهاي تمشك در يك ليتر آب براي درمان انسداد مجاري ادرار مفيد است.
- تمشك سرشار از ويتامينهاي C و K است و داراي خواص خنك، نرم كننده و ضد اسكوربوت مي باشد.
- تمشك خون را تصفيه مي كند و براي كساني كه به روماتيسم مبتلا هستند، بسيار مفيد است.
- تمشك يبوست مزاج را معالجه مي كند.
- تمشك براي تسكين درد سودمند است، زيرا تمشك داراي اسيد سالسيليك مي باشد.
- تمشك خون را قليائي مي كند و قند آن براي مبتلايان به مرض قند مفيد است.
- شربت تمشك براي بيماران مبتلا به سرخك و مخملك تجويز شده است.
- تخم و دانه اي كه درتمشك وجود دارد، اغلب با دندان نيز خرد نمي شود، ولي وقتي خورده شود درمعالجه ي يبوست و خشكي مزاج به طور طبيعي بسيارمؤثر است و سبب مي شود كه يبوست به كلي رفع گردد.
- شربت تمشك، مخلوط با آب براي رفع تب تجويز شده است.
- خوردن تمشك براي مبتلايان به مرض قند( ديابت)، تبهاي صفراوي، التهاب مجاري ادرار، گلو درد( آنژين ) مفيد است.

- تمشك داراي خاصيت ضد عفوني كننده است.
- تمشك به علت دارا بودن ويتامينهاي C و K براي اوره و فشار خون مفيد است.
- براي معالجه كك و مك، ابتدا صورت را خوب بشوئيد و سپس ورقه نازكي از تمشك به مدت يك ساعت روي صورت بماليد. اين كار را چند بار تكرار كنيد تا كك و مك صورت از بين برود.
- برگ تازه تمشك را اگر بپزند و روي محل بيماريهاي پوستي قرار دهند، بيماري را التيام مي دهد.
- گوشت پردانه تمشك، داراي خواص توت فرنگي است و ترشي خون را از بين مي برد
- تمشك،عرق آور است؛ لذا بهترين زهكش سوراخهاي پوست است.
- جوشانده گل يا برگ تمشك( به روشي كه گفته شد) در استعمال خارجي براي درمان زخمهاي دهان، ورم لثه، درد گلو و ورم لوزه ها بكار مي رود و بيمار با غرغره كردن اين جوشانده دهان را مي شويد.
- جوشانده برگ تمشك اسهال و ورم روده را معالجه مي كند، بدين منظور بايد 40 تا 50 گرم برگ خشك تمشك را در يك ليتر آب سرد بخيسانيد و به مدت 10 دقيقه آن را جوشانده و سپس بگذاريد 10 دقيقه دم بكشد. پس از صاف كردن، روزي سه بار، هر بار يك فنجان آن را بين غذاهاي اصلي بنوشيد.
13- جوشانده فوق براي تسكين درد معده از هر نوع كه باشد مانند ترشي معده، نفخ و گاز شكم و تشنج معده مؤثر است.
مرجع: كتب طب سنتي

توت سفيد

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
توت سفيد
ميوه اي آبدار ، ريز ، شيرين ، و لذيذ است .
درخت توت سفيد ، بزرگ تنومند و داراي برگهاي پهن است كه در تغذيه كرمهاي ابريشم مورد استفاده قرار مي گيرد. قسمتهايي كه در تغذيه و پزشكي مورد استفاده است عبارتند از :
ميوه
برگ
شيره
پوست شاخه هاي تازه
توت سفيد را تازه مي خورند و براي مصارف زمستان آن را خشك كرده و مانند كشمش مي خورند . در زبان عربي توت سفيد را « توت الأبيض » گويند.
خواص :
توت سفيد سرشار از املاح معدني ،تانن ، ويتامين هاي A و C مواد چربي ميباشد.
جوشاندهٔ پوست خشك شاخه هاي جوان و تازه درخت توت براي لينت مزاج مفيد است .
مواد غذايي توت سفيد وقتي جذب بدن ميشود كه صبح ناشتا يا عصر در فاصله غذايي ظهر و شام خورده شود(يعني درست زماني كه شكم از غذا خالي است). قند موجود در توت سفيد به كساني كه مبتلا به مرض قند ميباشند ضرر ندارد و آنان غالباً به جاي قند سفيد مصنوعي ، چاي را با توت خشك ميخورند .
مرجع: كتب طب سنتي

# کرفس

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
كرفس گياهي است علفي، به ارتفاع 20 تا 60 سانتي متر كه ساقه اي منشعب دارد .
قسمت مورد استفاده اين سبزي قسمتهاي مختلف آن به ويژه ريشه و برگ آن است .
در بسياري از مناطق ايران از جمله در سيستان ، خوي و بندر عباس مي روید.
عصاره كرفس به عنوان ملين
براي اينكه به روده هاي خسته و پير كمك شود ، توصيه مي شود كه هر روز يك ليوان عصاره كرفس مصرف شود . از اين طريق روده به روش طبيعي تخليه مي شود ( برگها را هميشه مصرف كنيد )
كرفس مواد مضر را دفع مي كند
كرفس كليه و مثانه را تميز مي كند . از توليد سنگ كليه و مثانه جلوگيري مي كند و ملين است
دانشمندان بر اين عقيده اند كه كرفس بهترين ماده غذايي است براي عفونت مجاري ادرار و اسيد اوريك بالا از طريق تميز كردن كليه و مجاري ادرار.
ترپين ماده معطر كرفس كه مانع ماندن سنگ كليه در مجاري ادرار و يا آلودگي ميكروبي و درد مي شود .
علاوه بر آن پتاسيم در غده و تنه آن جريان ادرار را تحريك و كليه و مثانه را تميز مي كند. بيش ازهمه براي بيماران نقرسي مفيد است .
زيرا در خون اين افراد اسيد اوريك با غلظت بالا غالباً ديده مي شود . روغن اتري كه در كرفس وجود دارد باعث گشاد شدن مجاري كليه مي شود بطوريكه اسيد اوريك بهتر دفع ميگردد.
آلودگي ميكربي ضعيف درروده نيز در اثر ترپين از بين مي رود . كرفس باعث تحريك شديدتر روده شده و ساير ناراحتي هايي از اين قبيل دراثر خوردن كرفس بهبود مي يابند .
كرفس بوي بد دهان را ازبين مي برد
تجربه نشان داده است كه يك وعده غذا ي كرفس دار بوي بد دهان را از بين مي برد.
عصاره كرفس به عنوان ملين

براي اينكه به روده هاي خسته و پير كمك شود ، توصيه مي شود كه هر روز يك ليوان عصاره كرفس مصرف شود . از اين طريق روده به روش طبيعي تخليه مي شود ( برگها را هميشه مصرف كنيد ).
از ديگر خواص كرفس مي توان به موارد زير اشاره كرد:
- تقويت كننده معده
- تقويت كننده اعصاب
-آب كرفس خام در مان خوبي براي گرفتگي صداست .
- خوردن كرفس حافظه را زياد و قلب را پاك مي كند و ديوانگي ، جذام و پيسي را برطرف مي كند.
- كرفس به علت دارا بودن فسفر زياد ، در ازدياد هوش مؤثر است .
- كرفس در افزايش شير مادر مؤثر است .
مرجع: كتب طب سنتي

قارچ

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
در گذشته قارچ را از مراتع و جنگل ها جمع مي كردند. امروزه دركارگاه هاي صنعتي توليد و در تمام سال در اكثر مغازه ها وسوپرماركت ها عرضه مي گردد.
"قارچ استخوان ها را تقويت مي كند، خستگي را رفع مي كند وكمبود ويتامين D را جبران مي كند." اكثر مواد غذايي در طبيعت به مقدار كافي ويتامين D دارند؛ مثل ماهي، قارچ و بعضي از انوع پنيرها.
افرادي كه مدت طولاني در تخت هستند و يا اصولاً بيرون نمي روند، غالباً ازكمبود ويتامين D رنج مي برند و اين امر به استخوان هاي آنها صدمه مي زند. ويتامين D باعث مي شود
كه كلسيم در روده جذب شده و بلافاصله در استخوانها بكار رود.
افراد مسن غالباً به مرض بي آهك شدن استخوان( پوكي استخوان ) مبتلا هستند. آنها بايستي
از رژيم غذائي استفاده كنند كه داراي ويتامين D مي باشد مثل قارچ. يك پرس قارچ(200 گرم) نياز روزانه به ويتامين D را تامين مي كند.
براي اينكه تمام مواد مغذي از موادغذائي به بهترين صورت جذب شوند، نياز به ويتامين هاي گروه B مي باشد. قارچ يك دسته از اين ويتامين هاي سوخت و ساز را تامين مي كند. هر سلول در بدن ما به ويتامين B2 موجود در قارچ نياز دارد تا بتواند انرژي كسب كند. براي اينكه انسان زود خسته و كم حوصله نشود، اعصاب هم نياز به ويتامين B2 دارند.
وظيفه بيوتين موجود در قارچ در سوخت و ساز بدن اين است كه انرژي را آماده نگه مي دارد و اسيد فوليك در سوخت و ساز پروتئين و مواد اصلي ژن ها نقش مهمي را بازي مي كند. خانم ها بطور متوسط 90% مقدار ويتامين B2 توصيه شده را دارا مي باشند و بندرت يك زن اسيد فوليك را به اندازه لازم جذب مي كند. بنابراين براي حل اين مشكل بايستي خانمها در رژيم غذائي خود غالباً از قارچ استفاده كنند.
معمولاً قارچ را بايستي فقط بصورت پخته ميل كرد. چون كه قارچ ها آلوده به موادي هستند
كه فقط در اثر پختن از بين مي روند. ولي قارچ هايي را كه در واحدهاي صنعتي توليد مي شوند، مي توان بدون هيچ مشكلي پس از تميز كردن مصرف كرد.

خواص قارچ از نظر احاديث :
قارچ از بهشت ميباشد و آبش شفاي چشم است.
مرجع: كتب طب سنتي

آناناس

طريقه مصرف:
ميوه و آبميوه آن نيز مصارف خوراكي دارند :
توضيحات:
آناناس
آناناس از آن دسته غذاهايي است كه خوردنش كمي مشكل است.
اما به شما تضمين مي دهيم كه همان لذتي را كه از خوردن يك قطعه شكلات مي بريد، بتوانيد از خوردن يك ليوان آب آناناس هم ببريد.
آناناس سرشار از ويتأمين ها و مواد مغذي مثل كلسيم، پتاسيم، فيبر و ويتامين ث است علاوه بر اينها بسيار كم چربي و كم كلسترول است.
اين خواص را مي توانيد از مصرف كمپوت آناناس، ميوه تازه آن، ميوه يخ زده يا حتي آب آناناس به دست آوريد.
يكي از خواص مهم آناناس كمك به ساخت استخوان هاي سالم و استحكام استخوان ها است.
آناناس غني از منيزيم ماده معدني اي است كه وجودش براي ساخت استخوان ها و ارتباط بافت ها ضروري است.
آناناس باعث رشد استخوان ها در بدن جوانان و استحكام استخوان ها در پسران مي شود.
يك فنجان آناناس حدود ?? درصد منيزيم مورد نياز روزانه بدن را تأمين مي كند، از ديگر خواص آناناس مي توان به نقش آن در بهبود سرماخوردگي و كاهش ميزان سرفه اشاره كرد. اكثر افراد هنگام سرماخوردگي ويتأمين ث يا آب پرتقال بيشتر مي خورند غافل از اين كه خواص آناناس نيز كمتر از آنها نيست.
«بروملين» موجود در آناناس باعث كاهش شديد سرفه يا توقف سرفه هاي شديد و كاهش ميزان لحاظ مي شود. پس هنگام سرماخوردگي خوردن آناناس را فراموش نكنيد.
مرجع: كتب طب سنتي

# کلم

طريقه مصرف:
به صورت خوراكي در سالادها و در برخي غذاها مصرف ميشود كه مصرف آن در مناطق گوناگون مختلف ميباشد.
توضيحات:
كلم داراي كلروفيل، ويتامين C، E است. كلم يكي از ضد سرطان هاي قوي است كه با انواع سرطانها به ويژه سرطان روده بزرگ مبارزه مي كند. خواص كلم در درمان بعضي بيماري ها از جمله پيشگيري سرطان، عفونت و زخم معده به اثبات رسيده است.
علم جديد خواص كلم را در درمان بعضي بيماري ها از جمله پيشگيري سرطان، عفونت و زخم معده به اثبات رسانده است.
ضد سرطان قوي
كلم يكي از ضد سرطان هاي قوي است كه با انواع سرطانها به ويژه سرطان روده بزرگ مبارزه مي كند.
تحقيقات نشان مي دهد كه مصرف كلم به صورت خام، پخته و يا آبپز در سركه، براي يكبار در هفته حدود 66 درصد احتمال بروز سرطان روده بزرگ را كاهش مي دهد .
اين سبزي داراي يك ماده شيميايي به نام indole ايندول مي باشد كه راديكالهاي آزاد را كنترل مي كند. اين راديكالهاي آزاد طي فرايندي اكسيداسيون كرده و مي توانند ساختار سلولها را تغييرداده و يا حتي آنها را از بين ببرند.
مرجع: كتب طب سنتي

توت فرنگي

طريقه مصرف:
خوراكي ميباشد و قسمتهاي مختلف آن خواص درماني دارند كه در ذيل به آن اشاره خواهد شد :
توضيحات:
توت فرنگي، ميوه اي شبيه توت است ولي كمي درشت تر، رنگش قرمز و طعم آن ترش و مطبوع است.
بوته اش كوتاه و داراي برگهايي درشت و ساقه هايي باريك و خزنده است كه روي زمين مي خوابد و ريشه مي دواند.
قسمت هايي كه از بوته توت فرنگي مورد استفاده قرار مي گيرند، عبارتند از: ميوه ، برگ و ريشه .
توت فرنگي به صورت هاي گوناگون مورد استفاده قرار مي گيرد: خام، جوشانده، مربا، شربت و بستني.
خواص تغذيه اي توت فرنگي و اثر آن در سلامتي انسان :
توت فرنگي منبع خوبي از فيبر، ويتامين C، فولات، پتاسيم و آنتي اكسيدان ها مي باشد .
كه اين مواد مغذي باعث مي شوند توت فرنگي بعنوان يك جايگزين شيرين، باعث افزايش سلامت قلب، كاهش خطر ابتلا به انواع سرطان و در كل ارتقاء سلامتي بدن شود.
همچنين داراي املاح كلسيم، آهن و فسفر مي باشد. از مواد موثر مهم آن مي توان تانن، موسيلاژ، قندهاي مختلف، ساليسيلات ها و به خصوص اسيدهاي ميوه را نام برد.
توت فرنگي سرشار از ويتامين و فاقد چربي اشباع است و كالري كمي دارد.
يك واحد توت فرنگي معادل 8 عدد است كه 50 كالري انرژي دارد.
توت فرنگي مانند ساير توت ها مثل شاه توت، توت سفيد، تمشك و... پاك كننده روده و مثانه است.
تحقيقات اخير نشان داده است، دريافت روزانه يك واحد توت فرنگي باعث افزايش قابل توجهي در مقدار فولات خون شده و نيز فشار خون بالا را كاهش مي دهد .
از ديگر خواص توت فرنگي مي توان به موارد زير اشاره كرد :
- مصرف اين ميوه علاوه بر وجود انواع ويتامين، املاح و آب كه هر كدام اثرات خود را بر بدن اعمال مي كنند داراي خاصيت تقويت كننده، ملين و خنك كننده نيز مي باشد.

- توت فرنگي از تصلب شرائين جلوگيري مي نمايد.
- توت فرنگي اشتها آور است و ادرار را زياد مي كند.
- دم كرده برگ توت فرنگي در زياد كردن ادرار و شير بانوان مفيد است.
- دم كرده برگ توت فرنگي يا ميوه توت فرنگي مي تواند نقرس و سنگ هاي مثانه را معالجه كند.
- املاح معدني موجود در توت فرنگي خاصيت مسهلي به آن بخشيده است، زيرا اين املاح عضلات روده را به انبساط و انقباض وادار مي كند و به همين جهت توت فرنگي براي درمان يبوست مؤثر است.
- اگر توت فرنگي را له كنيد و در آب بريزيد، نوشابه اي به دست مي آيد كه براي درمان تب هايي كه با بيماريهاي التهابي همراه مي باشد، بسيار مفيد است.
- توت فرنگي به علت داشتن آهن و ويتامين C در خونسازي بدن مؤثر است.
- توت فرنگي به علت دارابودن مقادير كافي كلسيم و فسفر، در رشد و نمو كودكان و نوجوانان ، استحكام دندان ها و ترميم شكستگي استخوان ها بسيار مؤثر است.
- توت فرنگي حاوي موادي چون فسفر، كلسيم، منيزم، پتاسيم و مقداري آهن و هيدرات 2 كربن بوده و در بدن توليد انرژي كرده و خستگي را برطرف مي‌كند.
- توت فرنگي به دليل داشتن ويتامين C ، در درمان بيماري لثه مؤثر بوده و به هضم غذا كمك زيادي مي‌كند.
- دانشجويان و افرادي كه تمرينات فكري مي‌كنند، بهتر است حتما توت فرنگي ميل كنند چرا كه خوردن اين ميوه باعث تامين فسفر مورد نياز مغزشان ميشود.
- همچنين، توت فرنگي به علت داشتن ويتامين B در كاهش و رفع ترس، عصبانيت، خمودي، اضطراب، هيجان و سستي مؤثرست.
- توت فرنگي نقش مهمي در خونسازي بدن دارد و از خاصيت ضدعفوني كننده‌اي برخوردارست. علاوه بر اينها خوردن توت فرنگي باعث پاك شدن خون از مواد مضر و زايد مثل اوره، اسيداوريك و چربي مي‌شود و نيز درمان كننده نقرس است.
- ويتامين A موجود در توت باعث رشد ناخن‌ها و تقويت چشم مي‌شود.
براي بيماريهاي سنگ مثانه و نقرس مفيد است ، همچنين باعث رفع تب مي شود. با آنكه داراي قند است اما براي بيماران ديابتي مضر نيست ، باعث طول عمر مي شود از سكته جلوگيري مي كند و داراي ويتامينهاي C، B فسفر ، آهك،منيزيم ، پتاسيم ،سديم ، قند آهن ، يد و... است .
مرجع: كتب طب سنتي

# كيوي

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
كيوي
ارزش غذايي
كيوي حلقه شده
كيوي سرشار از ويتامين ث مي باشد. مقدار پتاسيم آن از نظر وزني تاحدي كمتر از موز است. همچنين داراي ويتامينA ، ويتامين E ، كلسيم ، آهن و فوليك اسيد مي باشد.
كيوي خام نيز داراي مقادير زيادي آنزيم حل كننده پتاسيم به نام پاپايين است كه ازنظر تجاري براي نرم كردن گوشت مفيد است اما احتمال دارد براي بعضي از افراد آلرژي زا باشد. بويژه افرادي كه به پاپاياس ياآناناس حساسيت دارند مستعد حساسيت به اين ميوه هم هستند.
اين آنزيم كه براثر پختن ميوه به سرعت از بين مي رود استفاده از كيوي خام را در دسرهاي حاوي شير يا هر محصول لبني ديگرنامناسب مي كند.اين آنزيم در عرض چند دقيقه درحاليكه بوي بسيار بدي توليد مي نمايد شروع به حل كردن پروتئين شير مي كند.
كيوي ، سيستم حفاظتي بدن را تقويت مي كند و از بروز سرطان جلوگيري مي نمايد.
پادزهر سيگار
سيگاري ها نياز به ويتامين C بيشتري دارند. زيرا مواد سمي ، مخصوصاً راديكال هاي آزاد موجود در دود سيگار ويتامين ها را از بين مي برد . بنابراين سيگاري ها حدوداً بايد ، 40% ويتامين C بيشتري ، مصرف كنند.
اين مقدار با خوردن دو عدد كيوي تأمين مي شود.
كيوي با داشتن ويتامين C و اسيد قهوه، دو ماده اساسي ضد سرطان را در اختيار مي گذارد .
كيوي داراي آنزيمهائي است كه پروتئين ها را تجزيه مي كنند
متأسفانه اين آنزيم ها در معده به وسيله اسيد معده از بين مي روند، طوريكه در معده و روده اثري ندارد.
ولي اسيد معده بعد از خوردن غذاهاي گوشتي و لبني زياد، مقداري خنثي مي شود و آنزيم هاي كيوي مي توانند مدت كوتاهي فعاليت كنند و اين زمان كافي است كه مواد پروتئيني به وسيله اين آنزيم ها به قطعات كوچكتري تجزيه شوند و اين امر عمل هضم غذاهاي سنگين در معده و

روده را آسانتر مي كند.
چهار مرتبه خوردن كيوي در روز توصيه مي شود
چهارعدد كيوي را در طول روز تقسيم كنيد. مثلاً صبح، ظهر، بعدازظهر، و عصر. چون بدن انسان نمي تواند ويتامين C را ذخيره كند ، بنابراين به جاي خوردن تنقلات مثل چيپس بهتر است كيوي ميل نمائيد !
مرجع: كتب طب سنتي

# نارنگي

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
نارنگي
ارزش تغذيه اي:
نارنگي داراي ويتامين هاي C، B2 ، B1 ، A پروتئين ، چربي ، قند، حاوي مقدار زيادي فسفر، كلسيم مي باشد.
تاثير در سلامتي :
اين ميوه خون را تصفيه و زياد مي كند.
به خاطر داشتن مقدار فسفر و كلسيم بالا، نارنگي يكي از ميوه هايي است كه در تشكيل استخوان و اسكلت بدن موثر است.
حاوي مقدار زيادي منيزيم است و از اين طريق در فعاليت عضلاني، دستگاه گوارش و سيستم عصبي موثر است.
سرد و تر ، مفرح قلب ،رافع خفقان، صفرا بر و فرونشاننده لهيب معده و كبد است .
نارنگي مسكن اعصاب است و براي كليه بيماران مفيد است .
اگر مي خواهيد شب راحت بخوابيد چند دانه نارنگي بخوريد .
مرجع: كتب طب سنتي

# ليمو شيرين

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
خواص تغذيه اي:
-غني از عناصر قلايي است.
- ليمو حاوي مقدار زيادي اسيدسيتريك و ويتامين C مي باشد.
- مقدار زيادي فسفر، منيزيم، پتاسيم، سديم و كلسيم دارد.
- حالت تازه كنندگي داشته و در صورتي كه در چاي ريخته شود، طعم مطبوعي پيدا مي كند.
- عامل ضدعفوني كننده بدن است و به طور طبيعي از تخمير در معده جلوگيري مي كند.
- ليمو يك ماده شديدا قلايي است.
- مصرف ليموشيرين در آنفلوانزا و افرادي كه دچار تب ناشي از بيماري شده اند، توصيه مي شود. چرا كه اين ميوه خاصيت سم زدايي داخل بدن را از خود نشان داده است.
-ليمو باعث حفظ كلسيم بدن مي شود.
- مصرف ليمو در زمان زكام و گلودرد بسيار موثر است.
- در طب سنتي از ليمو شيرين به عنوان ميوه‌اي خنك كننده ياد مي‌كنند كه براي رفع التهاب و عطش بيماران تب‌دار توصيه مي‌شود.
ـ حجم زيادي از ليمو شيرين را آب تشكيل مي‌دهد و به همين دليل اين ميوه خاصيت ادرار آور و همين طور ملين دارد.
- مركبات و از جمله ليموشيرين، سرگيجه را بر طرف مي‌كند.
مرجع: كتب طب سنتي

## چاي سبز (چاي)

طريقه مصرف:
به صورت دم كرده مصرف ميگردد
توضيحات:
چاي سبز خطر مرگ قلبي را كاهش مي‌دهد
چاي سبز خطر مرگ در اثر بيماري قلبي را بيش از بيست و پنج درصد كاهش مي‌دهد.
از فوايد بسيار چاي سبز صحبت هاي زيادي مي شود و حتي چاي را بهترين نوشيدني پس از آب مي دانند . چاي محتوي ميزان كمي از رنگدانه ها ، مثل كافئين و ... است .
چاي سياه و چاي سبز هر دو از گياه واحدي به دست مي آيند.
تفاوت در اين است كه براي تهيه چاي سبز برگها را بخار داده ، گرد مي كنند و سپس آنرا خشك مي نمايند . ولي براي تهيه چاي سياه برگها ، خشك شده ، تخمير شده،در برخي اوقات مواد و رنگهاي شيميائي به آن اضافه ميگردد و برشته مي شود يعني فرآيند بيشتري به روي چاي صورت مي گيرد.
هم چاي سياه و هم چاي سبز داراي رنگدانه هايي مي باشند كه اثر كاهش ابتلا به سرطان هاي مختلف در آنها ديده شده است . زماني كه چاي با غلظتي مناسب دم بكشد ، تنها محتوي نيمي از كافئين يك فنجان قهوه است . با اين حال چاي بدون كافئين هم وجود دارد .
تركيب شيميايي برگ چاي
مواد متشكله برگ چاي عبارتند از مواد سلولزي ، مواد صمغي ، دكسترين ، پكتين ، مواد چربي ، مواد مومي ، نشاسته ، قند ، اسيد گاليك ، اسيد اگزاليك ، كورستين ، مواد پروتئيني ، الياف ، مواد معدني ، تانن ، كافئين يا تئين ، تركيبات معطر و بالاخره دياستاز.
مصرف دم‌كرده؟ چاي باعث تسريع حركات تنفسي، سرعت در گردش خون، رفع خواب‌آلودگي، احساس تجديد نيرو، تقويت نيروي فكري، گوارش بهتر غذا و تعريق مي‌شود از اينرو چاي را هنگام خستگي، ضعف عصبي، ميگرن، بيماري‌هاي قلبي و آسم مي‌توان تجويز نمود.
در پژوهشهاي امروزه مشخص شده چاي ممكن است در كاهش خطر برخي بيماريهاي مزمن عمده مثل سكته، حمله قلبي و بعضي سرطانها مفيد باشد،
نوشيدن چاي مي‌تواند از پوسيدگي دندانها جلوگيري كند؛ اينها اخبار بسيار خوبي براي مردم تمام دنياست چون چاي پس از آب پر مصرفترين

نوشيدني در دنياست .
مصرف چاي تأمين كننده رنگدانه هايي است كه شما به طريق ديگر دريافت نمي كنيد، پس با مصرف متعادل اين نوشيدني مفيد زمينه هاي سلامتي را درخود فراهم آوريد .
صرفنظر از آب، چاي پرمصرف ترين نوشيدني در جهان است و هرساله سه ميليارد كيلوگرم چاي در جهان توليد مي‌شود.
بررسي‌هاي آماري نشان مي‌دهد در حدود 80 درصد مردم ژاپن چاي سبز مي‌نوشند به طوري كه بيش از نيمي از آنها روزانه سه فنجان يا بيشتر از آن مصرف مي كنند.
پژوهشگران همچنين از اين مطالعات دريافتند فوايد چاي سبز ظاهرا براي زنان بيشتر بود.
زناني كه روزانه پنج فنجان يا بيشتر چاي سبز مي‌نوشيدند در مقايسه با كساني كه يك فنجان يا كمتر مصرف مي كردند 31 درصد كمتر باخطر مرگ در اثر بيماري قلبي روبرو بودند.
چاي سبز طول عمر را مي‌افزايد
نتايج يك بررسي جديد در ژاپن نشان مي‌دهد كه اگر به طور مرتب چاي سبز بنوشيد، احتمال مرگ ناشي از بيماري‌هاي قلبي- عروقي 25 درصد كاهش پيدا مي‌كند.
تجزيه و تحليل اطلاعات ثبت شده نشان داد كه افرادي كه روزانه پنج فنجان يا بيشتر چاي سبز مي‌نوشيدند نسبت به افرادي كه چاي سبز نمي‌نوشيدند، 16 درصد كمتر در معرض مرگ به هر علت بودند. هنگامي كه مرگ به علت بيماري قلبي در نظر گرفته مي‌شد، نوشيدن چاي سبز 26 درصد خطر مرگ را كاهش مي‌داد، اما در مورد مرگ ناشي از سرطان نوشيدن چاي سبز تاثيري نداشت.
مرجع: كتب طب سنتي

فلفل (فلفل سبز)

طريقه مصرف:
در غذاها به عنوان چاشني از آن استفتده ميگردد و مصارف ديگر هم دارد كه در ذيل به آن اشاره خواهد شد :
توضيحات:
فلفل گياهي است كه در آب و هواي نيمه گرمسيري و گرمسيري مي روید.
ميوه آن در پوششهاي غلافي بلند كه به موازات رسيدن، رنگ قرمز، نارنجي يا زرد به خود مي گيرد، مي روید.
ميوه اين گياه به صورت خام، پخته شده، خشك يا در قالب چاشني پودري در صنايع غذايي و دارويي، مصرف ميشود.
تركيبات گياه
تحقيقات نشان داده است كه اسيد بيرنگ كپساسين به عنوان فعالترين عنصر موجود در فلفل ميباشد.
كپساسين، سبب كاهش ميزان كلسترول خون و كاهش شدت سيگنالهاي درد در بدن ميشود. اين ماده همچنين خاصيت ضد اكسيدي (كه سلولهاي شما ار از آسيب ديدن محافظت مي كند) و ضد باكتري دارد.
"كپساسين" ماده اي در فلفل است كه سبب گرم بودن اين گياه ميشود. هر چند كه فلفل گياهي گرم است، اما كپساسين موجود در آن در واقع سبب كاهش درجه حرارت بدن ميشود كه يكي از دلايل اصلي تمايل مردم مناطق آب و هوايي گرم به مصرف زياد فلفل محسوب ميشود.
اين ماده همچنين به بسياري از خواص درماني فلفل كمك مي كند تا سيستم قلبي - عروقي را تحريك، سيستم هاضمه را تقويت، درد موجود روي پوست يا مفاصل بدن را تسكين بخشد، و به مثابه "داروي ضد احتقاق و ضد باكتري" عمل مي كند.
فلفل ميزان كلسترول خون را پايين مي آورد. كه اين امر باعث پايين آمدن فشارخون ميشود.
اين گياه همچنين از انعقاد خون در رگهاي خوني جلوگيري مي كند، اين خواص فلفل به پيشگيري از بيماريهاي قلبي نظير آرترواسكلروز (سخت شدن رگها) كمك مي كند.
هر چند فلفل سبب سوزش زبان ميشود، اما اين گياه واقعاً مسكني قوي است.
اين گياه ابتدا سبب تحريك درد ميشود، اما سپس شدت علايم درد را در بدن كاهش مي دهد.

اين حالت، آنرا براي افرادي كه از درد مزمن رنج مي برند به طرز خاصي مؤثر كرده است چون چندين روز طول مي كشد كه نتايج قابل توجه آن معلوم گردد.
آنهايي كه از زونا، درد ناشي از ديابت، درد پس از برداشتن پستان (ماستكتومي) و ساير دردهاي پس از عمل جراحي رنج مي برند، مي توانند به ويژه از چندين نوع فلفل يا انواع "كرمهاي كپساسين" كه قابل دسترسي است، بهره ببرند.
كپساسين موجود درفلفل نه تنها درد آرتروز و آرتريت روماتيسمي را تسكين مي دهد، بلكه به كاهش ميزان ورم ناشي از اين حالات وقتي كه به عنوان پماد موضعي مورد استفاده قرار گيرد، كمك مي كند.
فلفل با تحريك توليد مايعات هاضمه در معده و نابودي باكتريهايي كه مي توانند عامل عفونت باشند، قدرت هضم را تقويت مي كند.
خاصيت ضد باكتري فلفل همچنين از اسهال ناشي از عفونت جلوگيري مي كند.
اين گياه به عنوان داروي ضد احتقان، سبب رقيق و نازك شدن خلط و خارج شدن آن از ريه ها ميشود. از آنجا كه اين گياه بافت ريه را تقويت مي كند، در نتيجه براي آنهايي كه مبتلا به آمفيزم هستند نيز مفيد است.
اشكال موجود
فلفل را مي توان با خوردن فلفل قرمز خام يا پخته شده مصرف كرد. پودر فلفل قرمز خشك نيز موجود است كه مي توان آنرا به غذا اضافه كرد، در مايعات، چاي يا شير مخلوط كرد يا كپسول آنرا مصرف كرد.
نحوه مصرف
چون فلفل براي قلب خيلي مفيد است، اضافه كردن مرتب ان به غذا يا مصرف كپسول آن مي تواند از بيماري قلبي پيشگيري كند. هر چند فلفل يك چاشني محسوب مي شود، اما اين ماده واقعاً به هضم بدن كمك مي كند و براي اغلب زخم ها تحريك آور نيست. اين ماده حتي در ميزان مصرف پايين نيز قوي است، لذا بهتر است كه بيشتر از مقداري با غذا ميل مي كنيد از اين ماده استفاده نكنيد.
كرم يا پودر فلفل به عنوان نوعي مسكن مي تواند در تسكين درد دندان، زونا، آرتريت، پسوريازيس و ساير انواع دردهاي مزمن مفيد باشد، هر چند ممكن است مصرف اين ماده سبب سوزش يا خارش نسبي گردد، اما اين عارضه به زودي از بين مي رود. چون فلفل ابتدا با تحريك و سپس كاهش شدت سيگنالهاي درد در بدن مؤثر واقع ميشود، لذا ممكن است درد كمي شدت پيدا كند، سپس بايد ظرف چند روز اول مصرف، اين اثر تا حد زيادي از بين برود.
مرجع: كتب طب سنتي

# گندم

طريقه مصرف:
در نان مصرف ميشود و مصارف ديگري هم دارد كه در ذيل به آن اشاره خواهد گرديد :
توضيحات:
گندم پر از املاح معدني است. اگر طالب كسب ويتامين هاي گوناگون هستيد، به سراغ گندم برويد.حريره گندم با شكر و بادام براي خونريزي سينه مفيد است.گندم، جلوي سرطان روده را مي‌گيرد.
تركيبات شيميايي
هر چند مواد متشكله گندم در انواع مختلف فرق مي كند، ولي بطور متوسط
در صد قسمت گندم، مواد زير ديده مي شود:
- آب 13.65 درصد
- سلولز 2.53 درصد
- نشاسته و دكسترين 66.77 درصد
- مواد قندي 1.45 درصد
- مواد معطر 1.85 درصد
- مواد سفيده اي و گلوتن 12.58 درصد
- چربي 1.75 درصد
- ضمنا مقدار كافي املاح معدني و ويتامين هاي گوناگون داشته و براي انسان غذاي نسبتا كاملي است. علاوه بر مصرف تغذيه ، گندم داراي اثر درماني بسيار مي باشد .
اگر آرد گندم بر روي پوست مالش دهيد، التهاب و ورم آنرا از بين مي بردو به همين منظور، از قديم گندم را در تسكين التهاب ، باد سرخ بكار مي بردند و براي اين منظور با مقداري مواد ضد عفوني كننده همراه مي نمودند تا ميكرب آنرا نيز از بين ببرد .
در صنعت از آرد گندم نشاسته مي گيرند. ضماد سوخته ي گندم با موم و روغن جهت جلاي رخسار بي نظير است - گندم چاق كننده و مقوي غرايز جنسي است و بين غذاهايي كه با گندم ساخته مي شود، سمنو از همه قوي تر است، پخته گندم با شكر و بادام به صورت حريره ،
چنانكه كم كم خورده شود، درمان خونريزي سينه است .
ضماد پخته گندم با روغن زيتون جهت فروبردن ورمهاي گرم و آب پياز جهت ورمهاي سرد مفيد است ، و با آب گشنيز جهت تحليل ورمهاي گرم و خنازير و غدد مجرب است .

پخته گندم با سکنجبین جهت بثورات آبکي سودمند مي باشد.
روغن گندم که از جوشاندن و پختن گندم در روغن زيتون بدست مي آيد. جهت رفع قوبا (زخم هاي جلدي که منشاء عصبي دارد) مخصوصا قوباي اطفال و همچنين پاك شدن كك و مك و معالجه كچلي و ريزش طبقات شاخي پوست مفيد است .
جوشانده سبوس گندم درمان سرفه و زكام هاي سخت است . جوشانده ي سبوس گندم که با عسل شيرين شده باشد، بعد از غذا يبوست هايي را که منشاء آنها تنبلي کبد و تحريکات روده باشد درمان مي کند. از سبوس گندم مي توان نان سياه هم تهيه کرد، ولي سنگين بوده ترشي معده را زياد مي کند.
مبتلايان به زخم معده -سرطان دستگاه هاضمه و آپانديس بايستي از سبوس گندم پرهيز نمايند.
- به زنان حامله توصيه کنيد که از سوپ گندم که داراي املاح کلسيم فلوئور و سيليس و ويتامين هاي ((ب و پ )) مي باشد حتما استفاده کنند.
مرجع: کتب طب سنتي

جوانه گندم

طريقه مصرف:
هم مصرف خوراكي دارد و هم از ماسك آن استفاده ميگردد.
توضيحات:
پودر جوانه گندم يك مكمل غذايي پر ارزش و سرشار از ويتامينE و ويتامين هاي گروه B است.
ويتامين E امروز به عنوان معجزه گر و اكسير جواني معرفي مي شود.
سلنيوم و منيزيوم وجود در جوانه گندم ، در پيشگيري از ابتلا به انواع سرطان موثر شناخته شده است. به اعتقاد برخي از متخصصان پوست ، مو و زيبايي ، جوانه گندم در درمان ريزش مو، رفع شوره سر و رفع انواع جوش صورت و ناراحتي پوستي موثر است و بدين منظور ميتوانيد از ماسك جوانه گندم استفاده نمائيد به اين صورت كه پودر جوانه گندم را با ماست تازه خمير كرده و روي پوست صورت بگذاريد.
همچنين كساني كه از يبوست ، خستگي و بي حالي ، كلسترول بالا و دردهاي عضلاني رنج مي برند، بايد از اين ماده غذايي كمك بگيرند. اگر مي خواهيد لاغر شويد، پودر جوانه گندم را همراه با ماست يا سالاد كاهو 10 دقيقه قبل از صرف غذا و اگر مي خواهيد چاق شويد، آن را 10 دقيقه بعد از غذا ميل كنيد.
در واقع جوانه ها موادغذايي هستند كه با روند طبيعي رشد و توليدشان، در گروه سبزي ها، آن هم با ارزش غذايي بالا از نظر ويتامين ها و املاح محسوب مي شوند.
در سنين مختلف، مردان بين 10 تا 30 درصد بيشتر از زنان به پروتئين و ويتامين هاي B12، A، B6 و اسيد فوليك و املاح كلسيم، فسفر، روي و يد نياز دارند. اما در خصوص زنان باردار و خانم هاي شيرده، بالاترين نيازهاي غذايي، در نظر گرفته شده و حتي در مواردي از مقدار مصرف مردان نيز به مراتب بيشتر است
در سنين بالا به علت تحرك كمتر، نياز بدن به انرژي كاسته شده، ولي درمقابل نياز به ويتامين ها ، املاح و پروتئين افزايش مي يابد. با مصرف جوانه هاي مختلف مي توانيد مقدار قابل توجهي از ويتامين هاي B را به بدن برسانيد. توجه به اين موضوع كه تامين ويتامين هاي C و E، بتاكاروتن و سلنيوم مي تواند از اكسيداسيون چربي ها در بدن جلوگيري كند و نيز تأمين منيزيم مي تواند فشار خون را كنترل نمايد، به نقش مهم جوانه ها و گنجاندن آنها در برنامه غذايي روزانه بيشتر پي مي بريم.
مرجع: كتب طب سنتي

# کشمش

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
كشمش براي تقويت طبيعي انرژي فوق العاده است.
100گرم كشمش شامل بيش از 25%مواد لازم توصيه شونده است .
همچنين فيبر زيادي در آن وجود دارد كه به كاهش كلسترول و بهبود عملكرد روده ها كمك مي كند .در كنار آن پتاسيم را مي توان نام برد كه موجب كاهش فشار خون و جلوگيري از دفع مايعات بدن مي شود .
همچنين سلنيوم در كشمش وجود دارد كه براي پوست عالي است .
به علاوه در كشمش مقادير كمي از ويتامين A و مقادير مناسبي ويتامين B يافت مي شود.
چون اين ماده غني از كالري است، براي كساني كه مبتلا به افسردگي -دلشوره - تشويش و مشكلات عصبي هستند بسيار مناسب است .
مرجع: كتب طب سنتي

# کنگر

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
کنگر
در عربي به اين گياه عكوب، سلبين، خربع ميگويند.
اين گياه خود رو بوده و در صحراهاي ايران به عمل ميآيد
1- داراي ويتامينهاي A ,B ,E, ميباشد
2- داراي هورمونهاي گياهي بوده و ترشحات غده را تقويت مينمايد
3- محرك شهوت است و آنرا لذتبخشتر مينمايد.
4-باد شكن و پيشاب آور است.
5- از اسهال جلوگيري مينمايد.
6- براي درمان مرض قند مفيد است.
7- در هضم غذا موثر است.
8- كليه و مثانه را گرم ميكند.
9- براي زخم ريه و جراحات روده مفيد است.
10- ضماد آن جهت خوشبو كردن عرق بدن توصيه شده است.
11- مرهم آن براي درمان ورمهاي سخت و خارشهاي پوستي توصيه شده است.
12- ضماد ريشه آن براي سوختگي آتش و پيچيدگي عصب مفيد ميباشد.
13- صمغ بوته ي آن ايجاد قي ميكند و همراه با آن بلغم و صفراي اضافي بدن را دفع ميكند.
مرجع: كتب طب سنتي

اکالیپتوس

طريقه مصرف:
براي انواع بخورهاي سر استفاده مي شود و مصارف ديگري هم دارد كه در زير به آن اشاره خواهد شد :
توضيحات:
از برگهاي اكاليپتوس براي درمان جراحات و پايين آوردن تب استفاده مي گردد. مردمان استراليا مي دانستند اگر در منطقه بياباني استراليا به نام "آتبك" (Outpack) با بي آبي مواجه شوند، مي توانند ريشه هاي اكاليپتوس را، كه آكنده از آب است، از زمين براي رفع تشنگي بيرون بياورند.
برگهاي اكاليپتوس و روغني كه آنها توليد مي كنند سبب كشتن باكتريها و رفع ناراحتيهاي تنفسي افراد مبتلا به خناق، آسم و برونشيت ميشود. اگر سابقه مصرف ويكس داريد، آنگاه احتمالاً خنكي و احساس سوزش ناشي از مرهم روي پوست و پاك شدن سينوس ها در اثر رايحة نعناعي و معطر را به ياد خواهيد آورد. در واقع اين اثرات روغن اصيل اكاليپتوس است. اكاليپتوس به انواع عطر، صابون و برخي از مواد غذايي و نوشيدنيها اضافه ميشود. از اين گياه همچنين به عنوان عامل دفع حشرات نيز استفاده و به روغن شمع و افشانه هاي حشره كش نيز اضافه ميشود. اگر به هيره ها (حشرات) و گرد و غبار آلرژي داريد، مي توانيد اضافه كردن چند قطره روغن اصلي اكاليپتوس به مايع شستشوي لباسهايتان را مورد توجه قرار دهيد. تحقيقات اخير مؤيد اين است كه اين گياه دارويي تعداد هيره ها (حشرات)ي گرد و خاك را تا حد زيادي كاهش مي دهد و راه تنفس شما را بازتر مي كند.
اگر در خانة خود شاهد سوسك هستيد، اضافه كردن چندين قطره روغن اصيل اكاليپتوس بر لباسهاي مندرس و گذاشتن آنها را در كمد لباسهايتان امتحان كنيد (دقت كنيد لباسهاي مزبور را از مواد غذايي يا ظروف دور نگهداريد). به خاطر داشته باشيد كه روغن اكاليپتوس فوق العاده براي انسان سمي است و در مصرف آن بايد دقت كنيد.
مرجع: كتب طب سنتي

گردو (جوز)

طريقه مصرف:
به طرق مختلف مصرف ميشود كه در زير به آن اشاره خواهد شد :
توضيحات:
گردو WALNUT
نام علمي Juglans regia
گياه شناسي
گردو درختي است زيبا و سايه افكن كه بعنوان درخت زينتي بكار مي رود . اين درخت در مناطق معتدل دنيا رشد و پرورش مي يابد .
گلهاي نر و ماده روي يك پايه قرار دارند سنبله گلهاي نر بصورت آويخته است ولي گلهاي ماده آن بوضع قائم روي شاخه قرار دارد .
ميوه گردو ، گرد و در درون مغز قرار دارد و در فاصله هاي پدره هاي نازكي قرار گرفته است . قشري كه روي مغز گردو است سبز رنگ و كمي گوشتي مي باشد
درخت گردو هنگاميكه به سن بيست سالگي مي رسد شروع به ميوه دادن مي كند و بالاترين باروري خود را در سنين پنجاه سالگي دارد .
از تمام قسمتهاي درخت گردو استفاده طبي به عمل مي آيد .
خواص داروئي:
گردو از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است روغن گردو كه از قديم براي پختن غذاها از آن استفاده مي شد است روغني است به رنگ زرد روشن كه داراي طعم مطبوع و ملايم است و باساني تند (اكسيده ) مي شود.
1)گردو خون ساز و تصفيه كننده خون است
2)گردو درمان كننده بيماريهاي ريوي است
3)گردو مسكن دل پيچه است
4)اگر از گردو و عسل و مربا درست كنيد براي اشخاص لاغر وتقويت و تحريك نيروي جنسي مفيد است.
5)مرباي گردو ملين بوده و آپانديس را تقويت مي كند
6)خوردن گردو از تشكيل سنگ كليه و سنگ كيسه صفرا جلوگيري مي كند
7)پوست درخت گردو و پوست سبز گردو قابض است
8)خوردن گردو براي تقويت جنسي مفيد است
9)گردو را با انجير و موز بخوريد مقوي حواس و مغز است
10)اگر پوست تاز گردو را به دندان و لثه بماليد لثه و دندان را تقويت مي كند

11)دم كرده برگ درخت گردو براي درمان ورم مفاصل مفيد است
12)50 گرم برگ گردو را در يك ليتر آبجوش ريخته و بمدت چند دققيه بجوشانيد اين جوشانده براي شست و شوي زخم ها و التيام انها بسيار مفيد است .
13) دم كرده برگ درخت گردو براي درمان ترشحات زنانه و بيماري سل مفيد است
14)جوشانده برگ درخت گردو درمان كننده سر درد ، سرمازدگي و بيماريهاي پوستي است
15)شيره قسمت سبز ميوه را اگر چند بار روي زگيل بماليد آنرا از بين مي برد
16)قسمت سبز و تازه ميوه گردو را اگر با آب بجوشانيد و موهاي خود را با آن رنگ كنيد رنگ قهو ه اي به مو مي دهد .
17)برگ تازه درخت گردو حشرات موذي مانند بيد و ساس را از بين مي برد.
18)اگر زن حامله روزي يك عدد گردو بخورد پس از زايمان پوست شكمش زيبايي خود را حفظ خواهد كرد
19)چون گردو داراي مس مي باشد بنابراين به جذب آهن در بدن كمك مي كند
مضرات :
گردو با داشتن مواد مغذي زياد غذاي بسيار خوبي است ولي نبايد در خوردن آن اسراف كرد زيرا زياده روي آن باعث ورم لوزه و زخم دهان مي شود . مخصوصا گردو براي گرم مزاج ها خوب نيست و معمولا بهتر است اينگونه افراد بعد از خوردن گردو دهان خود را بشويند و يا انار ترش و يا كمي سكنجبين يا سركه بخورند . مغز گردو لطيف است و در اثر ماندن كهنه مي شود ورنگ آن زرد يا قهو ه اي و طعمش تند مي شود و باعث مسموميت خواهد شد و نبايد از آن استفاده شود .
مرجع: كتب طب سنتي

# اسفناج(اسفاناج)

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
اسفناج Spinach
نام علمي Spinacia oleracea
گياه شناسي
اسفناج گياه بومي ايران است و از اوائل قرن اول ميلادي كم كم به نقاط ديگر دنيا راه يافت . بطوريكه در تاريخ مسطور است اسفناج در قرن هفتم در چين و در قرن دوازدهم در اسپانيا كشت ميشده است . كشت اسفناج در سال 1806 در آمريكا شروع شد .
اسفناج گياهي است يكساله داراي ساقه اي راست به ارتفاع نيم متر كه برگهاي آن پهن و نرم مثلثي شكل برنگ سبز مي باشد . اسفناج نسبت به سرماي زمستان مقاوم است .
دو نوع اسفناج وجود دارد كه بنام پائيزه و بهاره ناميده مي شود . اسفناج بهاره در فصل بهار كاشته مي شود و به اسفناج انگليسي معروف است . نوع پائيزه آن كه به خاك بسيار غني احتياج دارد در پائيز كاشته مي شود . گلهاي اسفناج برنگ سبز كمرنگ مي باشد .
اسفناج چون داراي مواد غذايي فراواني است كشت آن امروز در تمام نقاط دنيا معمول است .
خواص داروئي:
برگ اسفناج از نظر طب قديم ايران كمي سرد و تر است و برخي عقيده دارند كه متعادل است يعني نه سرد است و نه گرم .
1) برگ اسفناج منبع غني ويتامين C ، B3 ، A و آهن و پتاسيم مي باشد .
2) بدن را قلياپي مي كند .
3) خنك كننده است و براي پائين آوردن تب مفيد است .
4) ورم روده كوچك را رفع مي كند .
5)براي ورم ريه مفيد است .
6)ملين است و يبوست را برطرف مي كند .
7)براي لاغر شدن و وزن كم كردن مفيد است .
8) اسفناج بدليل داشتن ماده اي بنام اسپيناسين هضم غذا را تسريع مي كند . اين ماده باعث تحريك معده و ازدياد ترشحات آن مي شود .
9) خوردن اسفناج در رفع تشنگي موثر است .
10)براي از بين بردن ورم و درد گلو مفيد است .

11) براي رفع سرفه هاي خشك برگ اسفناج را با جو پوست كنده و روغن بادام بپزيد و بخوريد .
12)آش اسفناج با گشنيز براي سردردهايي كه ناشي از سوء هاضمه و اختلال دستگاه گوارشي است مفيد مي باشد .
13)اگر آش اسفناج را با آب ليمو و سماق و يا آب غوره بخوريد سردردهاي ناشي از اختلال كيسه صفرا را برطرف مي كند .
14) خوردن اسفناج از سرطان جلوگيري مي كند مخصوصا در افرادي كه به مصرف سيگار دست دارند .
15)حقيقات دانشمندان نشان داده است كه اسفناج در پيشگيري سرطان روده بزرگ ، معده ، پروستات حنجره و رحم موثر است .
16)اسفناج كلسترول خون را پائين مي آورد .
17)بهترين دارو براي كساني است كه مبتلا به كم خوني هستند .
18) اسفناج مانند جارو روده بزرگ را تميز مي كند .
19)ترشحات لوزالمعده را افزايش مي دهد .
20)اسفناج سبزي مفيد براي تقويت اعصاب است .
21)اسفناج پته براي رفع بيماري آسم و گرفتگي صدا بسيار موثر است .
22)روماتيسم و نقرس را درمان مي كند .
23)براي زياد كردن شير در مادران شير ده موثر است .
24) سابقا نوعي شربت از اسفناج تهيه شد كه در معالجه خونريزيها و كم خوني از آن استفاده مي كردند .
25) تخم اسفناج ملين و خنك كننده است .
26)تخم اسفناج براي برطرف كردن ورم كبد و يرقان مفيد است .
27)اسفناج تعداد گلبولهاي قرمز خون را افزايش مي دهد .
28) اسفناج چون داراي كلروفيل است عضلات روده را تحريك كرده و تخليه مدفوع را آسان مي كند .
29) اگر كسي مبتلا به حبس البول يعني بند آمدن ادرار است مي تواند با مخلوط نصف فنجان آب اسفناج اين ناراحتي را درمان كند . با همان مقدر روغن بادام يا روغن زيتون مخلوط كرده و باو بدهيد .
30)اسفناج را در سالاد خود بريزيد و ميل كنيد .
مرجع: كتب طب سنتي

# ميخك

طريقه مصرف:
در ذيل خواهد آمد :
توضيحات:
ميخك Clove
نام علمي caryophillium aromaticus
گياه شناسي
درخت ميخك بومي جزائر اندونزي و اقيانوسيه است و بعلت زيبايي خاصي كه دارد امروز در بيشتر نقاط دينا بعنوان درخت زينتي پرورش داده مي شود . البته در مناطق سردسير اين گياه در گلخانه و گرم خانه نگهداري مي شود .در قديم الايام ميخك ادويه اي گران قيمت بوده كه تنها پادشاهان و ثروتمندان مكي مي توانستند از آن استفاده كنند
ميخك درختي است كوچك و مخروطي شكل كه برگهاي آن هيچ وقت زرد نمي شود ودر تمام طول سال سبز است . ارتفاع اين درخت تا 10 متر مي رسد . برگهاي آن نوك تيز و بيضوي و دم برگهاي آن قرمز رنگ است و به درخت زيبايي مخصوصي مي دهد
گلهاي ميخك كوچك و مجتمع بصورت خوش هايي شامل 10 تا 25 گل مي باشد .
وجه تسميه اين درخت بدين دليل است كه غنچه هاي خشك شده آن كه كوچك و بطول يك سانتي متر است بشكل ميخ كوچك مي باشد .
خواص داروئي:
ميخك يعني خشك شده غنچه درخت ميخك از دو هزار سال پيش بعوان ادويه بكار مي رفته است . ميخك از نظر طب قديم ايران خيلي گرم و خشك است و داراي خواص بسياري است .
1)براي رفع دندان درد و گوش درد يك قطره از اسانس ميخك و يا روغن آنرا روي دندان بماليد و يا در گوش بچكانيد .
2)ميخك تقويت كننده مغز مي باشد و كسانيكه حافظه ضعيف دارند بايد از دم كرده ميخك استفاده كنند.
3)ميخك از سرطان جلوگيري كرده و حتي درمان كننده سرطان مي باشد .
4)براي رفع سردرد مفيد است
5)در برطرف كردن فلج و لقوه موثر است
6)ضعف اعصاب را درمان مي كند
7)براي رفع تنگي نفس مفيد است

8)كسانيكه مبتلا به بيماري وسواس هستند براي درمان آن بايد ميخك بخورند
9)مقوي معده و جهاز هاضمه است
10)كبد و كليه را تقويت مي كند
11)سكسكه را برطرف مي كند
12)براي تقويت نيروي جنسي سرد مزاجان مفيد است بدين منظور بايد 2 گرم از پودر ميخك را با شير مخلوط كرده و هر روز بمدت يك هفته از آن استفاده كرد
13)كسانيكه قطره قطره ادرار مي كنند براي درمان آن بايد چاي ميخك بنوشند
14)ميخك اشتهاآرو است
15)بدن را تقويت مي كند
16)براي ترميم قرنيه چشم و برطرف كردن لكه در چشم ، مي توان چند قطره از محلول آبي ميخك در چشم بچكانيد .
17)ميخك تب بر است
18)ميخك كرم كش است و داروهاي كرم كش داراي ميخك مي باشند
19)براي گردش خون و قلب مفيد است
20)اسهال و دل درد را تقويت مي كند
21)براي درمان كمردرد ، چاي ميخك و يا دو قطره اسانس ميخك را با آب گرم و يا چاي مخلوط كرده و بنوشيد .
22)نوشيدن يك فنجان چاي ميخك بعد از غذا گاز و درد معده را از بين مي برد
23)استفاده از ميخك گرفتگي عضله را از بين مي برد
مرجع: كتب طب سنتي

صبر زرد

طريقه مصرف:
درذيل به آن اشاره خواهد شد :
توضيحات:
صبرزرد Aloe
نام علمي Aloe vera
گياه شناسي
صبر زرد يكي از گياهاني است كه قبل از ميلاد مورد مصرف مردم بوده است . كلئوپاترا ملكه مصر پوست خود را هر روزه با آن ماساژ مي داد كه از شر آتاب مصر در امان باشد وحتي مصريان آنرا براي موميائي مدركان خود بكار مي بردند . .
صبر زرد فاقد ساقه بوده ولي برگهاي آن دراز و تا ارتفاع 30 سانتيمتر مي رسد . گلهاي اين گياه برنگ زرد مي باشد كه در انتهاي ساقه اي كه از وسط برگها خارج مي شود مي رويد .
خواص داروئي:
صبر زرد از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است شيرابه آن به مصرف طبي مي رسد .
1)تقويت كننده بدن است
2)يبوست را برطرف مي كند و روده ها را تميز مي كند
3)براي معالجه آسم مفيد است
4)سوء هاضمه را برطرف مي كند
5)در معالجه صرع مفيد است
6)اثر ضد كرم دارد
7)خون را تصفيه مي كند
8)براي برطرف كردن خارش ناشي از گزيدگي حشرات شيرابه آنرا روي پوست بماليد
9)اگزما را درمان مي كند
10)براي معالجه اسهال خوني مفيد است
11)براي رفع ريزش مو ، شيرابه آنرا به سر ماليده و موها را با آن ماساژ دهيد
12)گرفتگي كبدي را برطرف مي كند
13)براي التيام زخم ها شيرابه آنرا روي زخم بماليد
14)صبر زرد بهترين كرم مرطوب كننده است برگها را بشكنيد و ژله آنرا به پوست بماليد

15)مبتلايان به بيماري قند مي توانند با مصرف اين گياه قند خون خود را كنترل كنند اما بايد توجه داشته باشيد كه اين گياه بسيار تلخ ميباشد.
16)براي شستن چشم و زخم ها شيرابه صبر زرد را با آب مخلوط كرده و استفاده كنيد
مضرات :
صبر زرد اگر باندازه مصرف شود خطري ندارد ولي مقدر زياد آن باعث اسهال خوني مي شود ضمنا زنان شيدره نبايد از آن استفاده كنند زيرا صبر زرد از طريق شير وارد بدن طفل مي شود و ايجاد اسهال مي كند . اين گياه نيز براي زنان حامله خوب نيست زيرا ممكن است باعث سقط جنين شود.
مرجع: كتب طب سنتي

شیرین بیان

طریقه مصرف:
خوراکي
توضیحات:
شیرین بیان Liquorice - Licorice
نام علمي Glycyrrhiza globra
گیاه شناسي
شیرین بیان گیاه بومي ناطق مدیترانه است و در ایران در اکثر نقاط کشور مي روید . شیرین بیان گیاهي است چند ساله و داراي ساقه اي بطول یك متر که در نواحي معتدل تا ارتفاع دو متر مي رسد . برگهاي آن مرکب از تعدادي برگچه هاي فدر و سبزرنگ مي باشد . گلهاي آن برنگ بنفش ، سفید . زرد است میوه آن مانند نیام و محتوي 5 تا 6 دانه مي باشد .
ریشه شیرین بیان بطور خیلي عمیق در زمین فرو مي رود . پوست ریشه قهوه اي سیر وسیاه است . مغز ریشه زرد رنگ بوده و طعم آن بسته بانواع مختلف تغییر مي کند . مثلا شیرین بیان اسپانیا طعم ملایم دارد در حالیکه شیرین بیان یونان داراي طعم تلخ است .
خواص داروئي:
شیرین بیان از منظر طب قدیم ایران معتدل است .
شیرین بیان را بصورت قطعات کوچك به قطر 0/5 سانتیمتر و طول 1/5 سانتیمتر بفروش مي رسانند .
1)مهمترین خاصیت شرین بیان که جدیدا کشف شده است و در آلمان و اروپا و آمریکا استفاده مي شود درمان کننده زخم معده و سرطان معده است براي این منظور شربت شیرین بیان را تهیه کرده و هر روز بمقدار یك قاشق غذا خوري قبل از غذا به مریض بدهید و اگر این عمل را تا 4 ماه تکرار کنید شخص معالجه خواهد شد .
2)براي تقویت عمومي بدن مفید است
3)خوردن آن از پیري جلوگیري مي کند
4)براي نرم کردن سینه موثر است
5)زخم ها و تاول هاي پوست را با چاي شیرین بیان شستشو دهید تا زود خوب شود .
6)ملین است و معمولا آنرا با گیاهان دیگر مخلوط مي کنند که انقباضات را کم مي کند
7)مدر و عرق آور است

8)براي برطرف كردن زخم و التهاب دهان ريشه شيرين بيان را بمكيد .
9)سرفه را برطرف مي كند
10)ورم معده را برطرف مي كند
11)تنگي نفس را تسكين مي دهد
12)براي درمان سوء هاضمه مفيد است
13)براي از بين بردن نفخ شكم مفيد است
14)چشم را تقويت كرده و رفع سردرد مي كند براي اين منظو از فرمول زير استفاده كنيد :
2 گرم ريشه شيرين بيان را پودر كرده و با يك گرم شكر و يك گرم رازيانه مخلوط كنيد سپس آنرا در آب خيس كرده و هر روز بخوريد.
15)براي درمان موخوره چاي شيرين بيان را به سر بماليد .
16)براي رفع بوي بد زير بغل و پا از برگ هاي شيرين بيان پماد درست كرده و در اين قسمت ها بگذاريد .
17)شيرين بيان را اگر قبل از غذا مصرف كنيد براي لاغري موثر است.
مرجع: كتب طب سنتي

تمبر هندي

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
تمبر هندي Tamarind
نام علمي Tamarindus indica
گياه شناسي
تمبر هندي كه از Tamaria Hindi مشتق شده و به معناي ميوه هندي مي باشد . تمبر هندي درختي است بلند كه منشا آن از هند و آفريقاي شمالي بوده است ولي امروزه در بيشتر مناطق گرمسير دنيا پرورش مي يابد .
برگهاي آن متناوب و مركب شامل 10 تا 20 جفت برگچه فشرده و نزديك بهم است . گلهاي آن به رنگ زرد مايل به قرمز و به شكل خوشه در انتهاي ساقه ظاهر مي شود .
ميوه آن شبيه باقلا به شكل غلاف و نيام و با كمي خميدگي است . اين غلاف به طول 10 سانتيمتر مي باشد كه در آن بين 3 تا 10 دانه قرار دارد .
براي تهيه تمبر هندي ها ميوه ها را شكافته و قسمت گوشتدار آنها را با هسته بيرون آورده و خشك مي كنند .
خشك كردن تمبر هندي طرق مختلفي دارد و در هر منطقه فرق مي كند . مثلا در جزاير آنتيل قسمت گوشتدار آنرا در ظرف بزرگي كه داراي شربت غليظي در حال جوش است وارد مي كنند تا شربت در منافذ ميوه نفوذ كرده و آنرا حل كند .
. خواص داروئي:
تمبر هندي از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است .
1)خوردن تمبر هندي باعث پائين آمدن تب مي شود .
2) به هضم غذا كمك مي كند .
3)تمبر هندي خنك كننده بدن است .
4)براي رفع تشنگي مفيد است .
5)دل بهم خوردگي و تهوع را برطرف مي كند .
6)پوست تمبر هندي قابض و رفع كننده اسهال است .
7)پوست تمبر هندي قابض و رفع كننده اسهال است .
8)بهترين طريقه استفاده از تمبر هندي اين است كه اين ماده را درآب خيس كنيد و سپس آنرا صاف كرده و با نبات بخوريد .
9)دم كرده تمبر هندي نيز اثر ملين دارد . براي تهيه دم كرده يك قاشق غذا

خوري تمبر هندي را با نيم ليتر آب جوش مخلوط كرده و به مدت يك ساعت بگذاريد بماند سپس اين دم كرده را در طول روز مصرف كنيد .
10)تمبر هندي را بپزيد و ضماد از آن درست كنيد . اين ضماد را روي ورم و قسمتهاي دردناك بدن بگذاريد .
مضرات :
تمبر هندي براي ريه و طحال خوب نيست و در اشخاصي كه ريه و طحال ضعيف دارند ممكن است توليد اشكال كند . اينگونه اشخاص بهتر است كه تمبر هندي را با كتيرا و يا خشخاش بخورند .
مرجع: كتب طب سنتي

# زرد آلو

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
زردآلو Apricot
نام علمي Armeniaca bulgar
گياه شناسي
درخت زرد آلو بومي نواحي چين مي باشد و هنوز هم بصورت وحشي در اين مناطق مي روید این درخت در اوائل قرن اول ميلادي به آسيا و اروپا راه يافت .
درخت زردآلو تا ارتفاع 6 متر مي رسد برگهاي آن مانند قلب نوك تيز و برنگ سبز روشن مايل به زرد مي باشد . گلهاي زردآلو درشت و برنگ سفيد متمايل به قرمز است .
ميوه آن گوشتي و زرد رنگ با طعمي مطبوع و شيرين بوده كه در اواسط تابستان ميرسد.
هسته زردآلو صاف ، قهو هاي و بيضي شكل است، مغز آن در داخل هسته قرار دارد كه طعم آن شيرين و گاهي تلخ مي باشد .
خواص داروئي:
خواص درماني زردآلو
زردآلو از نظر طب قديم ايران سرد و تر است
1)تصفيه كننده خون است
2)عروق را باز مي كند
3)ملين است
4)بوي بد دهان را رفع مي كند
5)تب بر است
6)بعلت داشتن كبالت براي كم خوني مفيد است
7) ورم مفاصل را برطرف مي كند
8) ضد نرمي استخوان است
9)براي قلياپي كردن بدن مفيد است
خواص درماني هسته وبرگ زردآلو
مغز هسته از نظر طب قديم ايران گرم و خشك و برگ و گل آن سرد و خشك است .
1- مغز آن تقويت كننده قواي جنسي است
2-روغن مغز هسته زرد آلو را اگر در گوش بچكانيد صداهاي گوش را از

بين برده و سنگيني گوش را درمان مي كند .
3-روغن مغز هسته براي نرم كردن پوست مفيد است
4-روغن مغز هسته اگر تلخ باشد كشنده كرم معده و روده است
5-روغن تلخ هسته ورم مقعد را از بين برده و سنگ مثانه را خرد مي كند.
6-دم كرده برگ زردآلو براي قطع اسهال مفيد است
7-براي تسكين گوش درد چند قطره از دم كرده برگ زردآلو را در گوش بچكانيد .
مضرات :
زردآلو بطور كلي دير هضم ، ثقيل و نفاخ است . اشخاص سالخورده و كودكان بايد از زياد خوردن آن احتراز كنند . هميشه بايد زردآلو را قبل از غذا خورد و همراه با آن هسته آنرا نيز تناول نمود زيرا هسته زردآلو ضد نفخ بوده و هضم آنرا آن آسان مي سازد
مرجع: كتب طب سنتي

گريپ فروت

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
گريپ فروت
فوايد : سرشار از ويتامين ‹‹ ث›› و پتاسيم است.
منبعي غني از فولات، آهن، كلسيم و ساير مواد معدني مي باشد انواع سرخ و صورتي آن انباشته از كاروتن يعني زمينه ساز ويتامين ‹‹ آ›› است.
فيبر گياهي اش فراوان ولي مقدار كالري اش جزئي است. داراي بيوفلاونويد و شماري ديگر از مواد گياهي است كه از انسان در مقابل بروز سرطان و بيماري هاي قلبي مراقبت مي كنند.
- ميوه ي گريپ فروت ، اشتها را تقويت مي كند .
- گريپ فروت ، عمل هضم را آسان مي كند و جريان عصير معدي و ترشح كيسه ي صفرا را سرعت مي بخشد .
ـ گريپ فروت داراي ويتامين هاي ‹‹ ث ›› و ‹‹ پ ›› است . اين دو ويتامين در حفظ سلامت قلب و عروق بدن مؤثرند .
ـ گريپ فروت به توليد قند و مواد حياتي دستگاه بدن كمك مي كند .
ـ گل هاي گريپ فروت ، خاصيت ضد تشنج و لرز را دارد و دم كرده ي آن را موقع تشنج زكام و تب مي نوشند .
ـ اگر گريپ فروت را صبح ناشتا بخورند ، خواص ادرارآور آن زياد مي شود و سموم را از بدن خارج مي كند.
ـ گريپ فروت ، خون را تصفيه مي كند و كليه و كبد را پاك مي سازد .
ـ گريپ فروت ، ضد خون ريزي بواسير است .
ـ گريپ فروت ، ميوه اي خنك است و عطش را رفع مي كند .
ـ گريپ فروت ، اختلالات مفصلي را درمان مي كند .
ـ گريپ فروت ، براي كساني كه موهاي سرشان مي شكند ، تجويز مي شود .
ـ گريپ فروت ، براي كساني كه عفونت هاي ريوي و تب خيز دارند مفيد است .
- گريپ فروت ، علاوه بر مواد معدني ( آهن و كلسيم ) داراي ويتامين هاي ‹‹ آ››، ‹‹ ب ـ1›› ،
‹‹ ب ـ2›› ، ‹‹ ث ›› و ‹‹ پ پ ›› است .
- گريپ فروت، ميوه اي توپر، خوش طعم و مغذي است.
- هم چنين 325 گرم پتاسيم، 25 ميكروگرم فولات، 40 ميلي گرم كلسيم

و1 ميلي گرم آهن دارد.
يك فنجان حاوي گريپ فروت شيرين نشده( بدون شكر) به مقدار 95 ميلي گرم ويتامين ‹‹ ث››.
درگذشته، بسياري از مردم، ازخوردن گريپ فروت بدون شكر، به خاطره عصاره ي تلخ و ترش آن، خودداري مي كرده اند، ولي به طور معمول با آميختن آب گريپ فروت سرخ يا صورتي با سفيد، مزه ي شيرين حاصل مي شود.
اگر آب پرتقال يا گريپ فروت را با هم در آميزيم، نوشابه اي نيروبخشي پديد مي آيد كه نياز به شيرين كردن ندارد.
- گريپ فروت از قدرت بي نظيري براي سوزاندن و از بين بردن چربي ها برخوردار است.
چنان چه مي خواهيد از وزن تان بكاهيد، روزانه پيش ازهرخوراكي، آن را بخوريد تا جلوي پرخوري تان را بگيرد، در ضمن ميان وعده ي ايده آلي به شمار مي رود.
جالب اين كه گريپ فروت سرشار از پكتين (الياف گياهي حل شدني ) است كه به كاهش كلسترول خون كمك مي كند.
به عنوان مثال، گريپ فروت هاي سرخ وصورتي، سرشار از ليكوپن هستند واين ماده، يك ماده ي ضد اكسيد كننده است كه به نظر مي آيد خطر بزرگ شدن پروستات را تقليل مي دهد.
مضرات : امكان دارد در افراد حساس به مركبات، واكنش حساسيت زا ايجاد كند.
افرادي كه به مركبات حساسيت دارند ، احتمالا در برابر گريپ فروت نيز از خود حساسيت نشان مي دهند . اين حالت ممكن است به خاطر خود ميوه يا روغن موجود در پوست آن باشد.
مرجع: كتب طب سنتي

# سير

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
سير Garlic
نام علمي Allium sativum
گياه شناسي
سير گياهي است علفي و دائمي كه ساقه آن تا ارتفاع 40 سانتيمتر نيز مي رسد . قسمت زير زميني آن متورم و مركب از 5 تا 12 قطعه و محصور در غشاهاي نازك و ظريف برنگ خاكستري مايل به سفيد مي باشد . برگهاي آن باريك و نواري شكل برنگ سب تيره و گلهاي آن كوچك و صورتي رنگ كه بصورت يك چتر در انتهاي ساقه ظاهر مي شود .
سير وپياز رابطه اي نزديك با هم دارند كه شايد بدليل بوي بد آنها مي باشد .
در مصر قديم براي موميائي مدرگان و خوش طعم كردن غذاها بكار مي رفته است . هومر شعر باستان در نوشته هاي خود از آن ياد برده است .
مردم در اروپا و اسپانيا از قبل از ميلاد مسيح آنرا مي شناختند و از آن استفاده مي كردند .
بقراط پدر علم طب در نوشته هاي خود از خواص آن ياد كرده و يكي ديگر از دانشمندان قديم 61 خاصيت مختلف براي سير قائل شده است .
سه نوع سير وجود دارد :
1-سير آمريكايي بنام Greole ناميده مي شود . اين نوع سير داراي پوست سفيد بوده و از انواع ديگر قوي تر است .
2-سير تاهيتي كه از بقيه درشت تر است و گاهي قطر آن به 8 سانتيمتر مي رسد .
حضرت محمد (ص) براي سير 70 خاصيت مختلف قائل شده اند و مي فرمايند :
از سبزي سير تا مي توانيد استفاده كنيد زيرا سير دواي هفتاد درد است اما آنكس كه سير وپياز خورده به مسجد نيايد و به مردم نزديك نشود .(به علت بوي بد دهان)
خواص داروئي:
سير از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است اسانس سير كه در اثر تقطير سير با بخار آب حاصل مي شود براي تغيير طعم غذا مصرف مي شود .

1)سير بادشكن وضد عفوني كننده است .
2)خوردن سير مصونيت بدن را در مقابل بيماريها افزايش مي دهد .
3)سير كرم كش است .
4)سير محرك و تقويت كننده بدن است .
، براي درد گلو ميتوانيد يك حبه از سير را رنده كرده و يك قاشق مربا خوري آبليمو به آن اضافه نماييد سپس ميل كنيد، اگر اين كار را چند بار انجام دهيد براي درد گلو داروي مفيدي ميباشد. سير داروي سرماخوردگي و زكام است .
6)سير اثر خوبي در معالجه سل دارد
7)سير خون را رقيق مي كند
8)سير اثر خوبي در تنگي نفس دارد
9)خوردن مداوم سير لقوه و رعشه را از بين مي برد .
10)سير چون گرم و خشك است بنابراين رطوبت معده را از بين مي برد و دردهاي مفاصل را خوب مي كند.
11)سير درمان كننده دردهاي مفاصل ، سياتيك و نقرس مي باشد .
12)سير براي تقويت نيروي جنسي و افزايش توليد اسپرم در اشخاص سرد مزاج بسيار مفيد است .
13)آنهائي كه قطره قطره ادرار مي كنند بايد حتما سير بخورند تا بيماري آنها درمان شود .
14)سير زخم هاي ريه و درد معده را از بين مي برد .
15)سير سنگ هاي كليه را شكسته و خارج مي سازد .
16)سير را با زيره بپزيد براي تقويت دندان مفيد است .
17)ماليدن سير پخته به دندان ، درد دندان را تسكين مي دهد .
18)سير را بسوزانيد وبا عسل مخلوط كنيد و ضمادي از آن درست كنيد اين ضماد براي رفع خون مدرگي زير پلك چشم مفيد است .
19)سير بعلت مدر بودن براي رفع آب آوردن انساج مفيد است .
20)براي از بين بردن ميخچه كف پا از ضماد سير استفاده كنيد .
21)جهت رفع دردهاي رماتيمسي و عصبي ضماد سير بسيار موثر است .
22)جهت ضد عفوني كردن دستگاه تنفسي در هنگام بيماريهاي مربوطه از شربت سير استفاده كنيد :
مقدر 100 گرم سير را با 200 گرم آب و 200 گرم شكر يا قند مخلوط كرده و آنرا بجوشانيد تا له شود . مقدر مصرف براي اين منظور سه قاشق سوپخوري در روز است .
23)جديدا در يكي از بيمارستان هاي آمريكا براي ضدعفوني كردن فضاي بيمارستان از سير استفاده ميكنند .
24)پاستور پزشك معروف فرانسوي آزمايشات زيادي روي سير انجام داد

و اثر باكتري كشي سير را تائيد كرده است .
25)سير ضد انعقاد و لخته شدن خون است .
26) در شوروي سير بنام پني سيلين معروف است و معمولا هنگاميكه آنفولانزا شيوع دارد، مصرف آن بالا مي رود درچندسال پيش كه آنفلوانزا شيوع پيدا كرد مردم شوروي 500 تن سير مصرف كردند .
27)خوردن سير سلولهاي سرطاني را از بين مي برد .
28)يكي از دانشمندان آمريكايي كه در دانشگاه فلوريدا روي مرض ايدز تحققي مي كند معتقد است كه سير روي مرض ايدز اثر مثبت دارد .
29)مصرف سير مقدر كلسترول خون را پائين مي آورد . مقدار LDH را كاهش مي دهد . مقدر مصرف سير براي اين منظور 30 گرم در روز است . جالب است كه با مصرف سير در چند ماه اول مقدر كلسترول ممكن است بالا رود و اين بدين علت است كه كلسترول از داخل نسوج خارج شده و داخل خون مي شود كه از آنجا دفع گردد بعد از اينكه كلسترول بحالت نرمال رسيد بايد براي نگهداري آن روزي نصف سير خام مصرف كرد . گ
30)خوردن سير از سرطان جهاز هاضمه جلوگيري مي كند .
31)چيني ها قرن هاست كه براي پائين آوردن فشار خون از سير استفاده مي كنند .
مضرات :
سير با آنكه خواص بسياري دارد بايد بحد اعتدال مصرف شود زيرا استفاده زياد از آن در بعضي اشخاص موجب سردرد ، ضعف نيروي جنسي ، ضعف چشم و عوارض بواسير مي شود . سير براي آنهائيكه اسهال دارند مضر است .
آنهائيكه معده ضعيف دارند و بطور كلي سيستم هاضمه آنها ضعيف است نبايد در خوردن سير افراط كنند .
كسانيكه يبوست دارند نبايد سير بخورند و براي رفع مضرات آن سير را بايد با آب و نمك پخته و كمي به آن روغن بادام يا كره اضافه كنيد تا مضر نباشد .
مرجع: كتب طب سنتي

هندوانه

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
هندوانه Watermelon
نام علمي Citrullus vulgaris
گياه شناسي
هندوانه گياهي است يكساله و يك پايه ساقه آن خزنده و پيچك دارد و برگهاي آن پهن با بريدگيهاي عميق مي باشد . گلهاي آن كوچك و زردرنگ است . ميوه آن رگدار يا دراز . پوست آن سبز رنگ و داخل آن قرمز مي باشد . تخمه هندوانه بر حسب انواع مختلف آن ممكن است سياه ، قرمز ، سفيد و يا زرد باشد .
خواص داروئي:
هندوانه از نظر طب قديم ايران سرد و تر است . گرما را برطرف مي كند و بهترين ميوه تابستان است .
1)هندوانه مدر است و به پائين آوردن فشار خون كمك مي كند
2)هندوانه معده را تقويت مي كند
3)پوست سفيد داخل هندوانه براي زخم گلو و دهان بسيار موثر است
4)مغز تخمه هندوانه كرم هاي معده و روده را از بين مي برد
5)هندوانه براي ورم مثانه مفيد است
6)هندوانه بدن را تازه شاداب مي كند
7)هندوانه براي اشخاص گرم مزاج بسيار خوب است
8)آب هندوانه مخلوط با سكنجبين علاج كننده يرقان و دفع كننده سنگ كليه است
9)براي خنك كردن بدن در روزهاي گرم تابستان هندوانه را با شكر بخوريد
10)براي برطرف كردن تب و اخلاط بدن هندوانه را با شير خشت بخوريد
11)براي رفع خارش بدن هندوانه را با تمبر هندي بخوريد
12)هندوانه را بايد هميشه بين دو غذا خورد يعني تقريبا سه ساعت بعد از غذا و يكساعت قبل از غذا . زيرا اگر بلافاصله بعد از غذا خورده شود در هضم غذا اختلال ايجاد مي كند همچنين نبايد آنرا با ميوه هاي ديگر مخلوط كرد زيرا توليد نفخ شكم مي كند
مرجع: كتب طب سنتي

سمنو

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
سمنو را از عصاره جوانه گندم تازه و آرد كامل گندم تهيه مي كنند. سمنو خوشمزه وشيرين است و اين در حالي است كه به آن هيچ نوع ماده شيرين كننده اضافه نمي كنند. علت شيريني آن تركيب عصاره جوانه گندم با آرد كامل است كه طعم شيرين به آن مي دهد. مواد و ويتامين هاي موجود در گندم و جوانه آن ارزش غذايي فراواني دارد. سمنو به سلامت افراد و پيشگيري از پاره اي از بيماريها كمك مي كند. جدول زير به بررسي مواد مفيد آرد و عصاره و مقايسه آن با آرد تصفيه شده نشان مي پردازد.
سمنو داراي ويتامين هاي K-E-A و گروه ويتامين هاي B12,B8, B5, B3, B1 و مواد مهم ديگر مانند: فسفر، كروميوم، روي، سلنيوم، آهن و مس است.
سمنو مغذي و انرژي زا است و بويژه براي ورزشكاران پرورش اندام بسيار مفيد است.
سمنو داروي طول عمر و آرامش اعصاب است. سمنو شيرافزا است از اين رو هم براي مادران شيرده و هم به علت مقوي بودن براي زنان باردار بسيار مفيد است. از ديگر موارد مفيد درماني سمنو مي توان به اثرات شفابخش آن در درمان سوءهاضمه، نازايي، سختي زايمان، سنگ كيسه صفرا و اختلال صفرا، پادرد، كندي ضربان قلب، ريزش مو، لاغري، يبوست، واريس، قندخون و ديابت، رشد قد، بي خوابي عصبي، احتلام، تصلب شرائين و كلسترول، ضعف حافظه، بيماران دوره نقاهت، S.M، بهت زدگي، پركاري تيروئيد، اسكيزوفرنيا، سايكوز، فسفات در ادرار، خون ادراري، ترميم زخم ها، فلج مغزي، مقاومت در برابر عفونت، بهبودي زخم هاي قرنيه، بيماري رينود، اكروديني، كولي باسيلوز، بري بري، شاركو، هوابلعي، مخملك، كوريزاي مزمن، پيستوريازيس، ورم دستگاه تناسلي، تب برفكي، ورم ميزراه، سرگيجه هاي مني پر، كم خوني هيپوكروم، آرتروز، ورم زبان همراه بار، آرتريت پا و شبيكه، پاركينسون، عوراض يائسگي، پورپورا، اسپرو، اسكروفولوس، هپاتيت، يرقان، يرقان نوزادي، كمك به ترميم شكستگي استخوان و عقيم بودن، به عنوان غذا و كمك درماني مفيد و مؤثر است. در داخل اين غذاي بهشت كه تزئين بخش سفره هفت سين است، بادام هاي شيرين (سنگي) مي ريزند كه نماد و مايه بركت است. اين بادام ها را پس از پختن از سمنو خارج مي كنند، تعدادي از آنها را به

عنوان برکت کیف پول در داخل کیف پول قرار مي دهند تا باعث فراواني پول و ثروت گردد.
بادام، حاوي ويتامين E و? B و مقدار فراواني از فسفر، پتاسيم، منيزيم، کلسيم، گوگرد، سديم، آهن، قند، مواد ازته و چربي است که به هنگام طبخ سمنو، جذب آن شده و باعث مقوي شدن بيشتر اين غذا مي گردد. مصرف سمنو باعث تقويت عمومي بدن بويژه استخوان ها مي گردد و غذاي بسيار مفيدي براي زنان بويژه زنان باردار، بچه شيرده و يائسه محسوب مي شود.
مرجع: کتب طب سنتي

جوز هندي

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
منشا جوز هندي از از شرق اندونزي و شرق هند در جزاير ملوك است و در آن مناطق يكي از پايـــه هاي اقتصاد به شمار مي رود. از جوز هندي در اين مناطق به صورت خشك شده و بيشتر براي چاشني غذا استفاده مي شود. در واقع بايد گفت پوسته ي خشك شده ي اطراف دانه در جوز هندي لذيذترين چاشني براي غذا به كار مي رود كه البته مقادير زياد آن موجب ايجاد حالت رخوت و سستي و سپس اعتياد به ماده ي آلكالوئيدي آن مي شود.
جوز هندي درختي است دوپايه، به ارتفاع 8 تا10 متر و داراي برگهاي دائمي كه در جزائر ملوك به صورت وحشي مي رويد. شكل ظاهري آن بي شباهت به درخت نارنج نيست زيرا بر روي شاخه هاي متعدد آن برگهايي متناوب، ساده، كامل، موجدار، بيضوي، نوك تيز، بدون استيبول و چرمي شبيه برگ درخت نارنج به وجود مي آيد. سطح فوقاني پهنك برگ به رنگ سبز تيره ولي سطح تحتاني آن روشن تر و به رنگ سبز مايل به سفيد است. در طول شاخه هاي آن گلهاي نر و ماده بر روي دو پايه به وجود مي آيد.
گلهاي نر آن داراي پوششي ضخيم، گوشتدار و منقسم به سه قسمت نوك تيز اند و به صورت مجتمع بر روي شاخه قرار مي گيرند. در گلهاي ماده نيز پوششي شبيه گلهاي نر وجود داردو داراي يك تخمدان تك خانه است كه از لقاح آن يك ميوه ي سته شبيه هلو و محتوي دانه هاي بيضوي محصور در يك پوشش گوشتي و قرمز رنگ تبديل مي شود.
قسمت مورد استفاده ي اين درخت دانه و پوشش اطراف آن است. بهره برداري از اين درخت معمولاً از پايه هاي 7 ساله شروع مي شود و در سن 25 سالگي نيز حداكثر مقدار ميوه از آن به دست مي آيد و چون در تمام سال ميوه بر روي درخت وجود دارد در هر فصلي مي توان از درخت بهره برداري به عمل آورد. ولي بهترين موقع زماني است كه هنوز ميوه ها در حال باز شدن باشند. ميوه ي رسيده ي گياه پس از باز شدن دانه هايي خارج مي سازد كه درون محفظه اي به رنگ قرمز نهفته مي باشند. دقت در وضع دانه ي گياه نشان مي دهد كه ارتباط دانه با محفظه ي مذكور منحصراً از راه قاعده ي آن است. هر دانه را نيز از خارج پوسته ي سختي به رنگ قهوه اي كه داراي شيارهاي عميق منشعب از قاعده است، در بر

مي گيرد.
اگر پوسته ي سخت دانه از آن جدا شود، مغز آن ظاهر مي گردد كه سطحي چين خورده دارد و وجموعاً به رنگ خاكستري جلوه مي نمايد. بوي آن مخصوص و طعمش تند روغني معطر و بسيار مطبوع است.
پس از چيدن ميوه ها دانه هاي محصور در پوشش خارجي را در آب نمك مي خيسانند و پس از آن كه با اين عمل پوشش خارجي دانه (Macis) از آن جدا گرديد، دانه ها را بر روي شاسي ها تحت اثر گرماي ملايم به نحوي كه به خوبي تهويه گردند قرار مي دهند و مرتباً هر دو روز يك بار آنها را زير و رو مي كنند. با اين روش در طي مدت دو ماه مغز درون دانه از پوسته ي آن ازاد مي گردد (بر اثر خشك شدن و از دست دادن آب). در اين هنگام با قطعه چوب سبك وزني ضربات ملايم بر روي پوسته ي آن وارد مي آورند و مغز دانه را از پوسته جدا مي سازند.
تركيبات شيميايي- دانه ي گياه كه موسكاد ناميده مي شود داراي آميدون، مواد آلبومينوئيدي، مواد چرب جامد به مقدار 35 تا 40 درصد، اسانس 8 تا 15 درصد و رزين است.
اسانس موسكاد مايعي بيرنگ با كمي تمايل به زردي داراي بوي معطر و طعم گرم و سوزاننده است. در تركيب آن نيز مخلوطي از پنين، كامفن راست (80درصد)، ديپانتن، الكلهاي ترپني، كمي اوژنول، سافرانين، ميريستين و... يافت مي شود.
بوردو موسكاد ماده ي چرب مغز دانه ي گياه است كه براي تهيه آن مغز دانه ها را به صورت گرد در آورده بر روي غربال مويي مي گسترانند و تحت اثر بخار آب قرار مي دهند تا مواد چرب آن به حالت مايع و قابل استخراج در آيد. سپس آن را به سرعت تحت اثر فشار صفحات آهني سفيد كه قبلاً به علت قرار گرفتن در آب جوش كاملاً داغ شده است قرار مي دهند. چون ماده ي روغني كه تحت اثر فشار صفحات آهني گرم از گرد دانه خارج مي شود مقداري آب همراه دارد. براي خارج شدن آب از روغن ظرف محتوي آنها را خنك مي نمايد به حدي كه آب درون آن سرد شده و جدا شدن روغن از آب ميسر مي شود. صاف كردن روغن به دست آمده نيز بايد در دماي 100 درجه صورت گيرد.
خواص درماني- دانه ي اين گياه و همچنين پوشش خارجي آن (Masic) از مواد محرك و مؤثر است. ولي ادامه ي مصرف آن خطرناك مي باشد و مصرف 7 تا 12 گرم آن موجب مسموميت مي شود. مصرف بي رويه ي اسانس موسكاد ايجاد رخوت و خواب عميق همراه با كاهش عمل رفلكس ها مي كند. سمي بودن آن براي انسان بيشتر از حيوانات است. با توجه به موارد مسموميت كه غالباً از مصرف موسكاد و اسانس آن پيش مي آيد، بايد همواره اين نكان مورد دقت قرار گيرد كه اولاً اگر مصرف آنها بي

رويه و بيشتر از مقادير درماني نباشد و ثانياً ادامه پيدا نكند بي خطر است.
موسكاد و پوشش خارجي آن علاوه بر مصارف درماني در فرمول عده اي از فراورده هاي دارويي وارد مي شود و به علاوه از ان در تهيه ي بعضي ليكورهاي مقوي قلب و هضم كننده استفاده مي شود. بوردوموسكاد در استعمال خارج به صورت ماليدن بر روي عضو براي درمان رماتيسم به كار مي رود.
شكلهاي دارويي- موسكاد در فرمول الكلاي گاروس و همچنين آب مليس ده كارمس و الكلاي فيروراوانتي وارد مي شود.
بوردوموسكاد در تهيه ي بم نروال و لينيمال دوروزن و يا به طور خالص براي مالش دادن بر روي عضو در رماتيسم به كار برده مي شود.
محفظه ي بيرون دانه به مصارف درماني نمي رسد ولي از آن براي تهيه ي نوعي شراب استفاده مي شود.
اساني موسكاد به عنوان مقوي و به مقدار 25 قطره يا نصف قاشق چايخوري در يك فنجان آب گرم مصرف مي شود مشروط بر آن كه به طور مداوم به كار نرود.
توليد ادويه جوز هندي در اندونزي به عنوان يك حرفه محسوب مي شود و در تمام سال عده ي خاصي به خشك كردن و توليد آن مشغولند. همان طور كه گفته شد جوز هندي از طعم بسيار لذيذي برخوردار است و در كشورهاي گرمسيري به خصوص طرفداران خاص خود را دارد. جوز هندي به دليل دارا بودن آلكالوئيدهاي خاص تسكين دهنده ي دردهاي مفصلي و روماتيسمي است ولي افراط در مصرف آن بر روي بخش كنتل احساسات در مغز تأثير گذاشته و در واقع آن را تحريك مي كند و پس از مصرف آن احساس نشاط و رضايت به همراه سستي و رخوت در انسان پديد مي آيد.البته مصرف ان بستگي به طبع اشخاص دارد. (براي افراد سرد مزاج بسيار مفيد است.) .براي تهيه اين ميوه دارويي با ما تماس بگيريد.
مرجع: كتب طب سنتي

## جینسنگ (jingseng)

طریقه مصرف:
خوراکي
توضیحات:
هزاران سال است که گیاهان براي کسب انرژي ، دور کردن ارواح خبیثه و تقویت ارگان هاي خاصي از بدن به کار رفته اند ، امروزه نیروبخش هاي رایج در شرق چون جینسینگ و دانگ گویي (Dang gui) از نیروبخش هاي غربي چون رزماري و مریم گلي رایج تر و محبوب تر هستند. گیاهان نیروبخش مي توانند به روش هاي متفاوتي طبقه بندي شوند. به عنوان افزایش دهنده انرژي یا کي (Qi) تغذیه کننده خون یا مایعات بدني ، تنظیم بین اخلاط در پزشکي ایورودایي و منبع انرژي تولید مثل و زاد و ولد مي باشد.
یکي از گیاهان نیروبخش و مقوي که مشهوریت زیادي در جهان دارد جینسینگ مي باشد که بهتر است آن را گیاه جواني یا نوشدارو بنامیم. در کتب سنتي و به عربي ریشه گیاه را «جنسه» و «جنسا» مي نامند. به فرانسوي و انگلیسي Ginseng و Asiatieو Chinsese ginseng گفته مي شود. گیاهي است از خانواد؟ عشقه Araliaceae مي باشد که نام علمي آن Panax ginseng مي باشد.
این گیاه Panax ginseng که بیش از 5000 سال است در چین به کار مي رود. براي پزشکان عرب قرن نهم میلادي شناخته شده بود. مارکوپولو در مورد این گیاه شگفت کمیاب نوشته است : «هنگامي که هیئتي از سوي پادشاه سیام بالوئي چهاردهم دیدار کرد گیاه جینسینگ را به او معرفي کردند. از آن پس ثروتمندان اروپایي براي رفع خستگي و ناتواني از جینسینگ استفاده مي کردند. همچنین این گیاه در قرن هجدهم ، در آمریکا هم شهرت یافت ، مخصوصاً وقتي کشف شد که گیاه پاناکس کینکفولیوس (Panax quonquefolius) در آن قاره بومي است.
مشخصات :
گیاهي است چند ساله ، برگ هاي آن مرکب داراي 7-5 برگچه که به طور گروهي با دمبرگ هاي خود از یك نقطه خارج و تشکیل یك برگ مرکب را مي دهند. هر برگچه ، بیضي با کنار؟ دندانه دار منظم ، نوك تیز و با گلبرگ هاي مشخص مي باشد. ریشه گیاه که در قسمت مستعمل آن مي باشد دراز، ضخیم یك شاخه یا منشعب و دو شاخه ، طول آن یك متر و بیشتر و قطر آن در ناحیه یقه گیاه تا 10 سانتي متر مي رسد. پوست خارجي ریشه گیاه به رنگ زرد ، طعم آن کمي شیرین ، شبیه مغز ریشه شیرین بیان

است. البته در بعضي گونه ها اندكي تلخ مي باشد. اين گياه در كوهستان هاي چين و منچوري مي رويد و از داروهاي شفابخش معروف چيني است كه هم اكنون در تمام داروخانه هاي چين و اغلب داروفروشي هاي اروپا و آمريكا عرضه مي شود.
تركيبات شيميايي :
از نظر تركيبات شيميايي براي اينكه به اسرار خواص شفابخش اين ريشه پي برده شود ، مطالعات وسيعي صورت گرفته است و آنچه كه تا به حال گزارش شده است اين است كه اين گياه داراي گلوكوزيدهاي استروئيدي به نام پاناكيلون ، يك ساپونين به نام پاناكسوزيد يا پاناكسين ، مواد صابوني ، يك اساس روغني فرار به نام پاناسين و يك هورمون و ويتامين B و ويتامين D ، تركيبات استيلني ، استرول ها و سرانجام يك گلوكوزيد به نام جينسينگ مي باشد.
اين دارو تونيك ، محرك ، بازساز و مقوي است. مركز سيستم اعصاب و تنفس را تحريك مي كند و اين اثر دارو مربوط به وجود دو گلوكوزيد به نام هاي پانوكسيد آ و پانوكسيد ب آن جدا شده اند. از ريشه گياه 2-1 درصد كولين برحسب وزن و بتاسيتوسترول به دست مي آيد. از اين دارو براي تهي؟ داروهاي جواني كه در تركيبات داروهاي به كار مي رود استفاده مي شود.
از گزارش ديگري آمده است كه در سال 1974 ريشه اين گياه و ساير اعضاي اندام گياه براي يافتن اسرار شگفت انگيز شفابخش آن تحت بررسي دانشمندان قرار دارد و تاكنون چندين ماده عامل فيزيولوژيك از آن جدا شده است، از آن جمله عمده ترين آن عبارتند از پانكسين كه مقاومت عضلات را در برابر بي نظمي ها و ناراحتي ها افزايش مي دهد و پانكس اسيد كه متابوليسم و سيستم عروقي را اصلاح مي كند و پاناكولين يا پانكس ويلون كه روي سيستم غدد مترشحه داخلي يا آندوكرين اثر مي گذارد و پاناسن كه مركز اعصاب را تحريك مي كند و در آخر جينسينگ براي بيماري قند اثر مثبت دارد.
خواص و كاربرد:
ريشه جينسينگ شايد معروفترين داروهاي چيني باشد كه از دوران كهن تاريخ تا حال همواره آثار شفابخش آن مورد توجه حكماي طب سنتي قرار داشته است و دارد. از نظر خواص به طور كلي ، نيروبخش ، مقوي ، محرك ، بادشكن و نرم كننده مي باشد. بررسي هاي زيادي روي اين ريشه به عمل آمده كه به اسرار شفابخش آن در موارد معالجه قطعي بي نظمي هاي عصبي ، كم خوني ، ضعف ، كمبود تعرق و بي نظمي تنفس ، فراموشي و نسيان ، تشنگي مداوم ، بي ميلي جنسي ، خستگي شديد ، سوء هاضمه ، دردهاي ناحيه قلب و تهوع و ... پي برده شود. خِوردن آن به

صورت جوشانده يا عصاره يا به صورت اسانس و يا مستقيماً از جرم گرد ريشه به صورت خام صورت مي گيرد. خوراك آن نيرو و توانايي ايجاد مي كند تا در دوران نقاهت پس از بيماري ، بي نظمي هاي غده هاي بدن و ضعف اعصاب از بين رود و كار طبيعي و شفادهنده آنها اعاده گردد. متابوليسم قندها و هيدراتهاي كربن در بدن را منظم مي كند و موجب مي شود كه مصرف اكسيژن به طور مداوم و عادي انجام گيرد و براي آرام كردن اشخاصي كه ناراحتي هاي رواني دارند ، بسيار نافع است و يك نوع مسكن موثر براي مغز مي باشد. چند نوع از Panax در بازار دنيا عرضه مي شود كه از نظر خواص و مرغوبيت در رديف هاي متفاوتي قرار مي گيرند.

انواع جينسينگ :

1- جينسينگ كره اي يا چيني(Pnax ginseng) :

در برخي مناطق كوهستاني هند و چين كاشته مي شود و از نظر ريشه غده اي آن مورد توجه مي باشد. در چين و ژاپن از جوشانده يا دم كرده غد? زيرزميني خشك آن براي نرم كردن سينه و به عنوان مقوي معده و تب بر استفاده مي شود. در هندوچين جوشانده ساقه ضخيم زيرزميني به عنوان تقويت و تجديد قوا در دوره نقاهت بيماران و زنان پس از وضع حمل داده مي شود. اين دارو به عنوان نوشدارو در آن مناطق براي انواع بيماري ها تجويز مي شود و اختصاص به يك بيماري خاص ندارد. جينسينگ چيني يا كره اي يكي از نادرترين و گرانترين گياهان مي باشد. يك تونيك تجديد كننده انرژي ، مخصوصاً در طحال و ريه . پژوهش هاي جديد ، وجود تركيبات استروئيدي شبيه هورمون هاي جنسي انسان را در آن نشان داده است. اين گياه باعث تقويت سيستم ايمني و كاهش خستگي هم مي شود. نحوه مصرف به صورت جوشانده و تنتور مي باشد كه در جوشانده به عنوان تونيك عمومي 3 تا 10 گرم آن را در 500 ميلي ليتر آب مي جوشانيم و در حالت تنتور كه در درمان اسهال ناشي از ضعف دستگاه گوارش مصرف مي شود و همچنين در درمان آسم و سرفه مزمن نيز استفاده مي شود.

مي توان از كپسول حاوي 500 ميلي گرم تا 4 گرم از پودر ريشه نيز به عنوان تقويت كننده استفاده نمود.

اگرچه پاناكس جينسينگ عموماً بي خطر است اما عوارض جانبي هم دارد. در دوران بارداري يا در صورت بالا بودن فشارخون از مصرف مقدار زياد يا به مدت طولاني بايد پرهيز كرد. همچنين از مصرف ساير محرك ها مانند چاي ، قهوه و نوشابه هاي كولادار همراه با پاناكس جينسينگ بايد خودداري نمود.

2- پاناكس نوتو جينسينگ (Panax noto ginsing) :

كه داراي ساقه زيرزميني ضخيم است و براي تقويت و جلوگيري از خونريزي ، بندآوري خونريزي خارجي يا داخلي، تف كردن با اخلاط خوني ، خونريزي از بيني ، عادات ماهيانه بيش از حد متعارف و وجود خون در ادرار و مدفوع به كار مي رود. عده اي از دانشمندان خواص آن را شبيه خواص گياه .Cynura pinnatifida Dc مي دانند و از نظر قابض بودن و بندآوردن خونريزي و جوش دادن زخمها مانند آن گياه تلقي مي شود. استوارت معتقد است كه براي جوش دادن زخمهاي پوست بسيار مؤثر است. دانشمند ديگري به نام چيو اصولاً اين دو گياه را تحت يك نام چيني آنها ذكر كرده است ولي به هر حال در عين حال كه شبيه هستند ولي دو گياه مختلف مي باشند و مؤثرترين آنها جنسه مي باشد كه نوشدارو به معناي واقعي مي باشد و در موقع خريد بايد دقت كرد كه ريشه گياه اصيل خريداري گردد. اين جينسينگ كه جينسينگ كاذب هم ناميده مي شود به عنوان ضد درد و براي قطع خونريزي ( داخلي و خارجي ) به كار مي رود. همچنين به داروهاي مربوط به بيماري هاي عروقي و قلبي و آنژين صدري اضافه مي شود. در دوران جنگ ويتنام سربازان ويت كنگ از اين گياه براي افزايش سرعت بهبودي زخم هاي گلوله استفاده مي كردند. قسمت مورد استفاده اين گياه ريشه آن مي باشد كه بصورت پودر مي باشد كه در كپسول ها و يا قرص هاي 2-1 گرمي براي درمان زخم و خونريزي ها و يا درد به كار مي رود و براي درد ناشي از زخم معده آن را با پوست درخت نارون مخلوط مي كنند. در دوران بارداري از پاناكس نوتو جينسينگ نبايد استفاده كرد ، زيرا ممكن است روي جنين اثر بدي داشته باشد.

3- پاناكس كينكفوليوس(Panax quinquefolius) :

در عده اي از مدارك علمي نيز اين گونه كه اصولاً بومي آمريكاي شمالي مي باشد و سابقاً از آنجا به چين برده و كاشته مي شده نام برده مي شود كه در حال حاضر تقريباً در بازار معروفيتي ندارد. اين جينسينگ آمريكايي هم يك تونيك مي باشد كه در چين براي تب و خستگي ناشي از بيماري هاي مزمن لاغر كننده ، مانند سل بكار ميرود و همچنين در درمان سرفه هاي ناشي از ضعف ريه هم مفيد است. قسمت مورد استفاده اين گياه نيز ريشه مي باشد كه به دو صورت تنتور و پودر مي باشد كه در تنتور به عنوان تونيك يا همراه گياهاني مثل زنجبيل شامي و پوست درخت توت براي سرفه مزمن و ضعف ريه استفاده مي شود. پودر ريشه پاناكس كينكفوليوس در كمبود انرژي به صورت قرص يا كپسول در دوزهاي 2-1 گرمي استفاده مي شود.

4- جينسينگ سيبري (Eleutherococcus Senticosus) :

بخش مورد استفاده اين گياه ريشه مي باشد (مانند بقيه گونه هاي جينسينگ) و بعنوان داروي ضد اسپاسم و ضد روماتوئيد است و توان

انسان را در برابر استرس افزايش مي دهد و هيجان زايي آن كمتر از جينسينگ چيني و كره اي مي باشد و براي كساني كه به دنبال تحريك كننده قوي تري هستند روش مصرف آن به صورت تنتور يا كپسول حاوي 500 ميلي گرم پودر ريشه مي باشد ، البته بصورت قرص هاي دارويي نيز كاربرد دارد.

نظري به تحقيقات جديد علمي در مورد خواص درماني جينسينگ :

درباره جينسينگ تحقيقات علمي گسترده اي در جهان به عمل آمده است. تنها دانشمندان روسي بيش از 400 طرح تحقيقاتي در مورد آثار شفابخش جينسينگ سيبري انجام داده اند. نتايج تمام تحقيقات نشان داده است اشخاصي كه از دم كرده جينسينگ استفاده مي كنند معمولاَ سالمتر و شادابترند و در برخورد با ناملايمات زندگي استقامت بيشتري از خود نشان مي دهند ، انرژي بيشتري براي كار دارند و تمركز حواس آنها خيلي بهتر و بيشتر است.

دكتر فرانسورت(Dr.Norman Franworth) كه يكي از دانشمندان معروف گياهان دارويي است تجربيات روسها را در مورد جينسينگ كاملاً تأييد مي نمايد. نظريه دكتر فرانسورت در مورد خواص جينسينگ اين است كه جينسينگ يك آداپتوژن است. آداپتوژن يك اصطلاح فني و پزشكي مي باشد كه آن را اولين بار پزشك معروف روسي به نام برخمان (Dr.I.I.Berkhman) ، از آكادمي علمي شوروي ، تعريف كرده است و اين لقب را براي توضيح خواص شفابخش جين سنگ به كار برده است.

يك آداپتوژن ماده اي است بي ضرر كه نقش تعديل كننده در بدن را دارد ، يعني ورود آداپتوژن به بدن موجب مي شود هرچيزي كه در بدن در حالت عدم تعادل يا غير نرمال است عادي و نرمال شود. مثلاً اگر فشارخون خيلي زياد است تا حد عادي آن را كاهش مي دهد و اگر فشارخون پايين افتاده و كم است ؛ آن را تا حد عادي و طبيعي ، متناسب با فيزيولوژيي بدن افزايش مي دهد. به اين ترتيب وجود آداپتوژن در يك ماده غذايي و ورود آن به بدن آثار فيزيولوژيكي گسترده اي شبيه ضداكسيدكننده ها دارد. البته در جينسينگ مواد ضداكسيدكننده نيز وجود دارد كه خاصيت مفيد آداپتوژن جينسينگ را تشديد و تحريك مي كند.

تحقيقات علمي جديد ديگري نشان مي دهد كه فرايند تعديل كردن نه فقط در جينسينگ بلكه در اغلب مواد خوراكي نيز وجود دارد. مثلاً محققان وزارت كشاورزي آمريكا اخيراً كشف كرده اند كه عنصر كروم كه به مقدار خيلي كم براي بدن لازم است از عوامل آداپتوژن مي باشد و آثار دو بعدي دارد و در دو جهت مخالف براي تعديل اختلالات و عدم تعادل هاي فيزيولوژيكي بدن اثر مي گذارد. مثلاً قند خون را تعديل مي كند ، يعني اگر زايد برحد نرمال باشد تا حد نرمال كاهش مي دهد و اگر كمتر از حد

نرمال شده است آن را تا حد نرمال و طبيعي بدن افزايش مي دهد. به نظر مي رسد اين خاصيت برقراري تعادل بيوشيمي در بدن كه اصل Yin-Yang معروف چيني ها را به خاطر مي آورد در اغلب گياهان شفابخش و مواد خوراكي طبيعي يافت مي شود.
از نظرمقدار و مدت مصرف ، عده اي از دانشمندان توصيه مي كنند كه روزانه 2/1-1 قاشق مربا خوري از گرد ريشه جينسينگ 6 ساله در مدت يك ماه خورده شود و سپس دو ماه بعد از آن خورده نشود ، ولي عده اي نيز معتقدند كه تا مدت ها هر روز از پودر جينسينگ مي توان خورد. جينسينگ را بصورت جوشانده نيز مي توان خورد. براي اين كار 2/1 قاشق مربا خوري گرد جينسينگ را در يك پيمانه آب جوش (220 گرم ) ريخته و بگذارند 10 دقيقه ريزريز بجوشد و 2 پيمانه در روز از اين جوشانده بخورند.
مقدار خوراك از گونه P.ginseng :
اين دارو بصورت عصاره آبي در شيشه هاي كوچك يا در كپسول عرضه مي شود.
1- شيشه ها به ظرفيت 50 سانتي متر مكعب است كه در آن 40 گرم از جرم ريشه گياه وجود دارد. از اين عصاره سه بار در روز و در هر بار 20-10 قطره بايد خورد.
2- كپسول ، در هر كپسول 700 ميلي گرم جرم ريشه گياه وجود دارد كه از اين كپسول ها روزي يك بار و دو كپسول بايد خورده شود.
3- آمپول ، در هر آمپول 2-1 گرم از جرم ريشه گياه موجود است و ظرفيت هر آمپول از نظر مايع و جرم ريشه گياه 10 سانتي متر مكعب مي باشد و آمپول ها در بسته بندي هايي كه در هر بسته 10 آمپول مي باشد ، عرضه مي شود كه حاوي 12000 ميلي گرم جرم ريشه گياه جينسينگ است ، از اين آمپول ها روزي بايد يك عدد خورد (اين آمپول ها براي تزريق نيست و فقط بايد خورده شود).
به طور كلي مقدار خوراك از جرم ريشه گياه در حدود 1/5-1 گرم در روز مي باشد كه علاوه بر موارد فوق مي توان به صورت جوشانده نيز تهيه كرد و خورد.
به طور كلي مي توان گفت كه جينسينگ گياهي است گرم ، خنك ، تمام گونه هاي آن شيرين و تا حدي اشتهاآور است و باعث ترشح شيره گوارشي مي شود و به عنوان تقويت كننده ، محرك ، كاهنده قند خون و كلسترول خون ، تقويت كننده و محرك دستگاه ايمني بدن به كار برده مي شود. اين گياه داروي خوبي براي ريه ها مي باشد و مشكلات و بيماري هاي مزمن ريه را به سرعت بهبود مي بخشد.
قرن هاست كه چيني ها سالمند از جينسينگ به عنوان داروي تقويتي

استفاده مي كنند. سابقه استفاده چيني ها از اين گياه به 5000 سال پيش مي رسد. گرچه غربي ها جينسينگ را در زمان ماركوپولو شناختند ، اما استفاده وسيع آن را از قرن هيجدهم شروع كردند. امروزه از جينسينگ به عنوان بخش اصلي بسياري از داروهاي تركيبي گياهي استفاده مي كنند.
مرجع: كتب طب سنتي

خواص بادام زميني

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
اسمش، بادام زميني يك دانه روغني مثل بادام يا گردو نيست، بلكه جزو گروه حبوبات مثل عدس و لوبيا قرمز است. رزوراترول ( resveratrol)ماده مفيدي براي سلامت قلب كه در انگور وجود دارد، در پوست قرمز بادام زميني نيز يافت مي‌شود.چون هر 30گرم بادام زميني حاوي 14گرم چربي است، آن را مي‌توان جزو گروه چربي در رژيم غذايي قرار داد. يك وعده بادام زميني حدود % 20از نياز روزانه ويتامين Eرا تأمين مي‌كند. بادام زميني همچنين منبع خوبي از فولات است. يك تحقيق انجام شده بر 30/000خانم نشان داده است كه خانمهايي كه بادام زميني و ديگر دانه‌هاي روغني را چهار بار در هفته مصرف مي‌كردند، نصف ريسك ابتلا به سكته قلبي را نسبت به خانمهايي كه بادام زميني و ديگر دانه‌هاي روغني را مصرف نمي‌كردند داشتند.
مرجع: كتب طب سنتي

رزماري

طريقه مصرف:
گياه آن خوراكي است و روغن آن ماليده مي شود
توضيحات:
رزماري، برگ و سرشاخه‌هاي گلدار خشك شد؟ گياه Rosmarinus officinalis از خانواد؟ نعناعيان (Lamiaceae) است كه حداقل داراي 1 درصد (حجم/وزن) روغن فرار مي‌باشد (1و2).
نامهاي گياه:
لاتين: Rosmarinus officinalis
فارسي: رزماري، رومارن
عربي: اكليل الجبل، حصالبان، حصالبان اكسير
انگليسي: Rosemary, Common Rosemary, Moorwort, Herb of memory
آلماني: Echter Rosmarin, Anthoskraut, krankrautblatter, kranzenkrautblatter
فرانسه: Romarin, Rose marine, Herbe aux couronnes, Feuilles de Rosmarin
ريخت شناسي: گياه معطر بوته‌اي و پايا، با شاخه‌هاي بالارونده، كه ارتفاع آن به 2 متر مي‌رسد. برگها باريك با انتهائي بدون نوك و سوزني‌شكل (نازك)، گلها به رنگ سبز تيره و به ندرت صورتي يا سفيدرنگ مي‌باشد (5و6).
اندام داروئي: برگ و سرشاخه‌هاي گلدار گياه، اندام داروئي رزماري را تشكيل مي‌دهد (1و2).
زمان جمع‌آوري: برگ و سرشاخه‌هاي گلدار گياه رزماري هنگام شروع باز شدن گلها و در فصول بهار و تابستان جمع‌آوري مي‌گردد (7).
دامن؟ انتشار: پرورش گياه رزماري در بيشتر نواحي ايران معمول مي‌باشد (1). پرورش‌دهندگان عمد؟ گياه رزماري را در دنيا كشورهاي شمال آفريقا خصوصاً مراكش و تونس و كشورهاي جنوب اروپا خصوصاً اسپانيا، فرانسه، ايتاليا، يوگسلاوي و آمريكا تشكيل مي‌دهند.
مواد متشكله: ماد؟ متشكل؟ اصلي برگ و سرشاخه‌هاي گياه رزماري را روغن فرار تشكيل مي‌دهد فارماكوپ؟ گياهي بريتانيا ميزان روغن فرار رزماري را 1% حجم در وزن ذكر كرده است، ولي ميزان روغن فرار اين گياه در نقاط مختلف دنيا بين 5/0 تا 5/2 درصد گزارش شده است (2و8).
عمده‌ترين تركيبات موجود در روغن فرار گياه را 1و8 ـ سينئول (1,8 -

cineol)، بورنئول (Borneol)، كامفر (Campher)، بورنيل استات (Bornyl acetate)، آلفاپي‌نن (? - pinene) و B– پينن تشكيل مي‌دهند كه بسته به شرايط جغرافيائي محل كشت گياه، ميزان و درصد هريك از اين مواد متغير مي‌باشد (2و8).
ساير تركيبات طبيعي موجود در برگ و سرشاخه‌هاي گلدار رزماري شامل اين دسته‌ها مي‌شود:
فلاونوئيدها مانند جنكوانين (Genkwanin) و لوتئولين (Luteolin)، اسيدهاي فنلي مانند اسيد رزمارينيك (Rosmarinic acid)، دي‌ترپن‌ها، تري‌ترپن‌ها، تانن‌ها، مواد تلخ، رزين، ساپونين، پروتئين، چربي، كربوهيدرات، فيبر، برخي املاح و ويتامينها.
موارد استعمال: از رزماري به صورت خوراكي در درمان اضطراب، سردرد، ميگرن، فشار خون، نفخ و بي‌اشتهائي و به صورت موضعي بعنوان مسكن موضعي در درمان دردهاي عضلاني و بيماريهاي روماتيسمي استفاده مي‌شود. همچنين بعلت عطر و طعم مناسب در صنايع آرايشي ـ بهداشتي مورد استفاده قرار مي‌گيرد (2و9). روغن رزماري يك روغن محرك است و از نظر رايحه و اثر، گرم و نافذ مي‌باشد. اثر محرك رزماري روي سيستم اعصاب مركزي بسيار برجسته است. مصرف رزماري چون موجب سهولت ترشح و دفع صفرا مي‌شود از اين جهت از آن در بيماريهاي يرقان و نارسائي اعمال كبد استفاده بعمل مي‌آورند. مصرف رومارن در موارد ضعف عمومي، خستگي مفرط و بيحالي بيمار در دوران نقاهت مفيد تشخيص داده شده است.
عوارض جانبي: مصرف داروئي موضعي گياه و يا كاربرد فرآورده‌هاي آرايشي ـ بهداشتي حاوي رزماري در برخي از افراد حساس، گهگاه ايجاد قرمزي پوست، درماتيت، حساسيت پوستي و حساسيت به نور ايجاد مي‌كند (11و10).
موارد احتياط: رزماري در دوران بارداري، شيردهي و در بيماران صرعي و فشار خون بالا بهتر است بكار نرود (2و11). روغن رزماري داراي 20ـ10 درصد كافور مي‌باشد كه اگر به مقدار زياد مصرف شود مي‌تواند موجب تشنجات صرع‌مانند شود.
موارد استعمال در پزشكي گذشته: در طب گذشته از رزماري به صورت خوراكي بعنوان مدر و ضدنفخ و به صورت موضعي بعنوان ضد التهاب و ضد درد استفاده مي‌كرده‌اند (1).
طي صدها سال از رزماري در مراقبت از پوست و مو استفاده شده و يكي از اجزاء ادكلن real و جزء اصلي آب تقطيري تهيه‌شده از الكل رقيق و گلهاي رزماري است كه نوعي مخلوط قابض گياهي در حامل سرك؟ سيب مي‌باشد و به پاكسازي، تقويت و سم‌زدائي پوست بويژه پوست‌هاي چرب

و مستعد آكنه كمك نموده و به داشتن اثرات فوق‌العاده در ايجاد جواني مشهور است. رزماري براي آبكشي موهاي تيره و مالش‌دادن پوست سر مورد استفاده قرار مي‌گيرد كه براي تأمين سلامت موها و جلوگيري از ريزش بيش از حد آنها بويژه متعاقب بيماريها واقعاً ارزشمند است. رزماري به برگرداندن رنگ به موهاي خاكستري و حتي درمان طاسي مشهور است.
آثار فارماكولوژيكي: آثار ضد ميكروبي گياه و روغن فرار رزماري و تعدادي از مواد مؤثره اين گياه عليه ميكروبهاي زير تأييد گرديده است (11).
استافيلوكوكوس اورئوس، استافيلوكوكوس آلبوس، ويبريوكلرا، اشرشياكلي، لاكتوباسيلوس برويس، پسودوموناس فلورسنس، رودوتورولا گلوتينيس، كورينه باكتريا.
آثار آنتي‌اكسيداني فراكسيون‌هاي مختلفي از گياه رزماري نيز در شرايط برون‌تني و درون‌تني بررسي و تأييد شده است. در برخي از اين موارد، آثار فوق با آثار آنتي‌اكسيدان‌هاي شناخته شده‌اي نظير (Botylated Hydroxyanisole) BHA و (Botylated Hydroxytoluene) BHT برابري مي‌نمايد (12و15).
روغن فرار رزماري اثر مشخصي بر روي عضل؟ صاف ايلئوم خوكچه هندي دارد كه اين اثر مربوط به بورنئول موجود در روغن فرار بوده كه در شرايط آزمايشگاهي بعنوان يك آنتاگونيست استيل‌كولين عمل مي‌نمايد. همچنين در مطالع؟ ديگري اثر شل‌كنندگي روغن فرار رزماري بر روي اسفنكتر اودي (oddis sphincter) خوكچ؟ هندي كه قبلاً با مورفين منقبض شده بخوبي مشهود بوده است (13و11). آثار ضد التهاب، ضد كمپلماني، آنتي‌اكسيداني و آنتي‌گونادوتروپيك اسيد رزمارينيك كه يكي از مواد متشكل؟ اصلي گياه رزماري مي‌باشد نيز به اثبات رسيده است (11و4).
بر اثر مصرف خوراكي و يا استنشاق روغن فرار گياه رزماري در موش، تحريك فعاليت لكوموتور ديده شده است كه اين اثر را به 1و8 ـ سينئول مربوط مي‌دانند. اثر مهاركنندگي عصار؟ گياه رزماري عليه فعاليت آنزيم اوره آز و اثر فلاونوئيد ديوسمين موجود در رزماري در كاهش شكنندگي مويرگي از ساير خصوصيات مهم فارماكولوژيك گياه محسوب مي‌شوند (11).
مــراجع:
1. زرگري ع. گياهان داروئي. تهران، انتشارات دانشگاه، 1369 (ج 4): 6 ـ 71.
3. زاهدي.ا. واژه‌نام؟ گياهي. تهران: انتشارات دانشگاه 1373 : 158.
4ـ مظفريان و.ا. فرهنگ نامهاي گياهان ايران. تهران: نشر فرهنگ معاصر،

1375 : 158.
مرجع: كتب طب سنتي

اسارون

طريقه مصرف:
در ذيل به آن اشاره خواهد گرديد :
توضيحات:
بيخ گياهي است كه غلاف تخم آن مانند غلاف بذرالنبج است و بعضي گويند بيخ سنبل رومي است ، اگر آنرا بكوبند و با شير تازه بياميزند و بر زير خصيه بمالند نعوظ عجب آرد. (برهان ).
بيخ گياهي است برگ آن مانند برگ نبات لادن خُردتر و شكوفه وي ارغواني رنگ بود و تخم وي مانند خسك دانه بود. در كوههاي روم و در مصر و در همدان نيز ميباشد و آن دو نوع بود غليظ و دقيق و از يك بيخ ريشه ها بسيار بودبشكل ناردين اما ريشه ناردين باريكتر ميباشد و رنگناردين زرد بود مانند ماميران اما اسارون آنچه در ميان باريكي و ستبري بود نيكوتر بود و طبيعت آن گرم و خشك است در درجه دويم و گويند اسارون بيخ سنبل روميست و اين خلاف است .
ناردين بيخ سنبل روميست و گفته شود. اما منفعت اسارون ، سودمند بود جهت دردهاي اندرون و ملطف و مسخن بود.
مقوي معده بود و نسيان و امراض دماغي را سود دهد و شربتي از وي سه مثقال بود با ماءالعسل نافع بود جهت استسقاء و حيض براند و سودمند بود جهت صلابت سپرز و مثانه را قوت دهد و سنگ گرده بريزاند. و در خواص او آورده اند كه چون بكوبند و با شير تازه بسرشند و ضماد كنند ميان هر دو ورك ، باه را برانگيزاند و انعاظي تمام آورد و مجربست و گويند مضر است بشش و مجفف اعصاب بود و مصلح وي مويزج است و گويند مصلح آن مويز است كه در روغن بادام جوشانيده باشند. بدل آن يك وزن و نيم وج و دانگي وزن آن حماما و جالينوس گويد بدل آن زنجبيل است . (اختيارات بديعي )
بلغت سرياني بيخ گياهي است پرگره و دراز و باريك و كج و از زردچوبه باريكتر وبا اندك عطرية و تندي و سفيد مايل به زردي و بعضي اغبر مايل به زردي و منبت او جنگلها و گياه او منبسط بر روي زمين و برگش شبيه به برگ نبل و لبلاب و از آن كوچكتر و مايل به استداره و گلش بنفش و در زير برگ شبيه به گل بنج و تخمش مثل تخم كاجيره كه قرطم عبارت از اوست و قسمي از آنرا ساق بقدر ذرعي و مدور و برگش مثل برگ قنطوريون دقيق و اعلاء ساق پرشعبه بعضي بر بالاي بعضي و در اطراف شعبها مثل دانه گندم و در جوف آن چيزي زغبي و بيخش بسطبري خنصر و كم گره و خوشبو و خوش طعم و قسمي را برگ مثل قسم اول و اغبر و

صلب و شاخهاي او پراكنده و باريك و گلش بزرگ و بنفش و ثمرش مثل ثمر كبر و در جوف او تخمي مثل تخم خطمي و بر اشجار مي پيچد و بيخش ساري در تحت ارض و پرگره و قوي الرايحه و تلخ و لذاع و اين قسم مخصوص است در رفع سموم و گزيدن مارها و قسمي را برگ از همه اقسام ريزه تر و شاخهاي او منبسط بر روي زمين و گلش بنفش و بيخش نرم و بي گره و زرد و تلخ و با عطرية و منبت او كوههاي ساده و اين قسم ضعيف ترين اقسام اربعه است و مجموع او در آخر دوم گرم و خشك و بهترين او قسم اول است كه از فرنگ و افريقيه و شام خيزد و ملطف و محلل و مدر و مفتح و منقي معده و جگر و سپرز و گرده از اخلاط بارده و با ماءالعسل مسهل قوي بلغم و جهت حصاة و عسر بول و احتباس حيض و درد ورك و مفاصل و عرقالنساء و نقرس نافع، خصوصاً كه دو ماه در آب انگور خيسانيده باشند و بايد به ازاء هر سه مثقال او آب انگور چهار رطل و نصف باشد و با شير شتر و گوسفند مبهي قوي مبرود و مرطوب است و جهت تسكين دردهاي باطني و استسقا و يرقان سددي و ورم رخو جگر و تنقيه آلات بول از رطوبات لزجة و امراض بارده دماغي و سدّه جگر و صلابت سپرز و اكتحال او جهت امراض طبقه قرنيه و دود آن جهت گريزاندن عقرب و ضماد او با شير تازه بر كنج ران و پشت زهار جهت نعوظ بسيار موثر و مضرّ ريه و مصلحش مويزج و قدر شربتش از يك مثقال تا سه مثقال و بدلش وج مثل وزن او يا زنجبيل است يا نصف او خولنجان و نصف او وج و حكماي هند را اعتقاد آنست كه چون قبل از آبله نيم درهم او را با نبيذ برنج بنوشند آبله بسيار كم برآيد و مجرب ميدانند. (تحفه حكيم مومن ).

حشيشة ذات بزور كثيرة عقد الاصول معوجة يشبه الثيل ، طيبةالرائحة، لذّاعةاللسان و لها زهر بين الورق عند اصولها، لونها فرفيري شبيهة بزهرالبنج . (مفردات قانون ص 157 س 2). گياهي است با تخمهاي بسيار با ريشه پرگره و پيچ پيچ ، شبيه به ثيل ، خوشبوي زبان گز، رنگ گلش ارغواني ماننده گل بنگ، بهندي تگر. (موید الفضلاء). ناردين برّي . حرف بابلي . حرف السطوح . تلسفي .

مرجع: كتب طب سنتي

سيب

طريقه مصرف:
نحوه استفاده در زير خواهد آمد.
توضيحات:
در طب چيني اعتقاد بر اين است كه سيب حرارت را مي زدايد و اثر خنك كننده در ريه ها دارد. " اسيد ماليك " و" تار تاريك " در سيب سبب مهار رشد باكتريهاي بيماريزا در لوله گوارش مي شود.
در هندوستان ، خوردن ميوه سيب براي جلوگيري از يبوست ، متداول مي باشد. سيب مانع تشكيل اسيد اوريك در بدن مي شود و خوردن آن براي نقرس، روماتيسم و تصلب شريانها مفيد است. ويتامينهاي سيب ، بيشتر در پوست آن قرار دارد ، بنابراين اگر سيب با پوست خورده شود (البته براي اشخاصي كه از لحاظ وضع معده، اجازه خوردن پوست سيب خام را داشته باشند) مفيدتر است. در مناطق خاور دور در جوشانده هاي برگ سيب از پوست ميوه سيب به صورت خشك شده يا تازه نيز مي ريزند تا آنرا مطبوع سازد.
مصرف سيب رسيده آبدار تازه براي ورم حاد روده اطفال، اسهال خوني و تبهاي حصبه اي مفيد است.
پوست سيب خشك شده به صورت جوشانده براي رفع ورم مفاصل، روماتيسم و ناراحتيهاي كليه كه منجر به كاهش ادرار مي شود بسيار مفيد است ، زيرا مدر بوده و دفع اسيد اوريك را تسهيل نموده و فعاليت دستگاه گوارش را تنظيم مي كند .
براي تهيه جوشانده پوست خشك ميوه سيب ، 10گرم پوست براي 100 گرم آب كه در 15 دقيقه جوشيده شود، مصرف مي شود.
خوردن سيب پس از صرف غذا، براي تقويت لثه ها مفيد است.
- مصارف ويژه:
- بيماري قلبي: تعداد زيادي از مطالعات نشان داده است كه غذاهاي حاوي مقادير زياد (كوئرستين) از قبيل سيب ، سبب بهبود فالعيت آنتي اكسيداني خون و كاهش ميزان تخريب كلسترول LDL به علت اكسيداسيون مي گردند. اين تحقيقات همچنين ثابت نموده اند كه افراد داراي مصرف بالاي كوئرستين، كمتر در خطر ابتلا به بيماري قلبي و سكته مغزي قرار دارند. اين مشاهدات به اثرات ضد تصلب شرايين و ضد لختگي خون در كوئرستين سيب تصريح نموده است.
- بالا بودن كسترول خون: سيب حاوي مقادير خوبي از نوعي فيبر به نام (پكتين) است پكتين از دسته فيبرهاي محلول است. يعني زماني كه

مرطوب مي شود، چسبنده و غليظ مي گردد. مطالعات كنترل شده مختلف نشان داده است كه افزودن پكتين به رژيم غذايي منجر به كاهش متوسطي در سطح كلسترول خون مي شود. علت اين امر ممكن است اتصال يافتن پكتين سيب به اسيدهاي صفراوي باشد كه به كاهش كلسترول خون كمك مي كند.
البته بايد توجه شود كه تنها پكتين نمايانگر قدرت كاهش كلسترول سيب نيست و سيب صرف نظر از داشتن پكتين، با ساير موادي كه دارد، خود يك كاهنده نيرومند كلسترول است و حتي نيروي كلسترول زدايي آن ، از تمام پكتيني كه از يك سيب خارج مي شود بيشتر است.
- سرطان: مطالعات تجربي بر روي نمونه هاي سلول تومور انساني چنين پيشنهاد مي كند كه مقادير نسبتا" زياد كوئرستين مي تواند برخي از سرطانها را متوقف نمايد. مطالعات جمعيتي در دنيا، با اين وجود ، تاكنون تأثير حفاظتي رژيمهاي غني از اين ماده را برابر سرطانها نشان نداده است . در عين حال ، برخي تحقيقات چنين نشان مي دهد كه كوئرستين به طور خاصي مي تواند براي افراد سيگاري مفيد باشد مواد سرطان زاي تنباكو سبب تخريب ديواره مثانه مي شوند و بدين ترتيب موجب رشد سلولهاي سرطاني مي گردند. چنين كشف شده است كه افراد سيگاري كه مصرف كننده مقدار زيادي فلاونوئيدها از جمله كوئرستين موجود در سيب هستند ، از تخريب ديواره مثانه ناشي از تنباكو حفاظت مي شوند .
- ديابت: پكتين موجود در سيب مي تواند كمك به حفظ سطح قند خون به طور ثابت نمايد. قندهاي طبيعي موجود در سيب به آهستگي هضم و جذب مي شوند، بخشي از اين امر مي تواند ناشي از تأثير پكتين باشد كه در دستگاه گوارش تشكيل ژل مي دهد. افزايش آهسته در سطوح قند خون پس از مصرف سيب ، به اين معناست كه سيب "شاخص گليسميك" پاييني دارد. بنابراين براي افراد مبتلا به بيماري ديابت ، سيب به طور خاص مفيد است.
لازم به توضيح است كه شاخص گليسميك اندازه اي است كه تعيين مي كند، پس از خوردن غذا قند خون با چه سرعتي بالا مي رود. اين امر نشان مي دهد كه به رغم وجود قند طبيعي در سيب، خوردن سيب در افزايش سريع قند خون اثر نمي گذارد.
- فشار خون بالا: سيب در كاهش فشار خون نيز موثر است . يكي از مطالعات علمي جالب كه در اين زمينه به عمل آمده نشان مي دهد كه حتي بوييدن آن نيز فشار خون را كاهش مي دهد.
- سرماخوردگي: بررسيهاي علمي نشان داده است كه ويروسها نمي توانند در عصاره سيب مدت زيادي زنده بمانند. براي مقايسه قدرت ويروس كشي سيب با عصاره 18 نوع ميوه ديگر در آزمايشي معلوم شد كه عصاره

سيب، انگور و چاي داراي قويترين امكان نابودي ويروسها هستند. پژوهشگران متوجه شده اند اشخاصي كه بيشتر از ديگران سيب مي خورند ، كمتر به سرماخوردگي و ناراحتيهاي قسمت فوقاني دستگاه تنفسي شامل عفونتهاي مربوط به بيني، حنجره و ناي مبتلا مي شوند.
- چاقي: خوردن سيب با پوست ، سطح قند خون را به آهستگي و براي مدتي بالا نگه مي دارد ، لذا پس از خوردن سيب كامل ، شخص احساس سيري بيشتري مي كند ، بنابراين براي كاهش وزن بهتر است خود سيب به طور كامل و طبيعي خورده شود .
مرجع: كتب طب سنتي

نارگيل

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
شير نارگيل سنگ كليه را دفع مي‌كند و براي پايين آوردن تب بسيار مفيد است.
نارگيل با نام علمي (Coeos nucifera) گياهي است كه در حدود سه هزار سال پيش در جنوب آسيا كشت مي‌شد در حال حاضر به صورت درخت نارگيل در تمام مناطق استوايي وجود دارد. مردم اقيانوس آرام از تمام قسمت‌هاي اين درخت استفاده مي‌كنند و آن را به عنوان يك غذاي اصلي مصرف مي‌كنند.
ميوه نارگيل كروي شكل است كه قسمت خارجي آن ضخيم و سفت و متشكل از الياف نباتي و داخل آن صاف و سخت است. درخت آن در هر سال حدود پنجاه عدد نارگيل مي‌دهد. نارگيل هنگامي كه نارس است مقدار بيشتري شير دارد ولي به تدريج كه ميوه مي‌رسد مقدار شير آن كمتر مي شود.
گوشت اين ميوه داراي آنزيم‌هاي مختلف انورتين، اكسيداز و كاتالاز است و در شير آن اسيدهاي آمينه مختلف موجود است.
گوشت سفيد نارگيل از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است و شير آن كمي گرم و مرطوب است.
نارگيل به دليل داشتن چربي زياد و مواد مغذي چاق كننده است و حرارت داخلي بدن را افزايش مي‌دهد همچنين براي خوشبو كردن دهان نيز مفيد است.
اين ميوه ضعف كبد را درمان مي‌كند، ادرار را زياد كرده، درد مثانه را رفع مي‌كند و مداوا كننده زخم‌هاي بدن است.
ريشه درخت نارگيل براي ناراحتي‌هاي كبدي همانند يرقان مفيد است و دم كرده آن اسهال خوني را برطرف مي‌سازد.
شير اين ميوه ضد سم است و براي برطرف كردن آب آوردگي از آن استفاده مي‌شود همچنين براي معالجه پوستي مفيد است.
روغن نارگيل كه از تقطير گوشت سفيد آن به دست مي‌آيد حافظه و هوش را تقويت مي‌كند و در درمان كمر درد نيز موثر است.
نارگيل دير هضم است و در بدن توليد خلط مي‌كند بنابراين بهتر است با شكر خورده شود.
اين ميوه به دليل گرم بودن ممكن است در گرم مزاجان اشكالاتي توليد

كند از اين نظر اين گونه افراد بايد آن را با ميوه‌هاي ترش، ليمو و يا هندوانه بخورند، خوردن آن براي سرد مزاجان و سالمندان بسيار مفيد است و اشكالي توليد نمي‌كند

مرجع: كتب طب سنتي

# راوند (ريوند چيني)

طريقه مصرف:
مصارف دارويي و خوراكي دارد
توضيحات:
يك گياه علفي است كه در فصل بهارو اوايل تابستان ميروید .به ساقه زير زميني گياه ريواس راوند ميگويند.
بهترين نوع ريواس آن است كه از كشور چين مي آورند و رنگ آن قرمز است و ميانه آن زرد رنگ است و به آن ريوند چيني ميگويند.
تركيبات غذايي:
ريوند غني از فيبر و ويتامين c بوده در آن آب-پروتئين-قند-كربو هيدرات-كلسيم-ويتامين هاي A و B سديم و پتاسيم وجود دارد.
خواص دارويي:
طبيعت آن سرد است
مقوي ملين و كرم كش است
لوز المعده را وادار به ترشح انسولين كرده و قند خون را كم ميكند
براي رفع جوش بدن مفيد است
براي بي اشتهايي-درد معده و بيماري هاي كبدي نافع است
باعث تقويت معده و روده شده و تنظيم كننده ترشحات و حركات معده است
سستي و خماري را بر طرف ميكند و مسرت بخش است
براي امراض وبايي و اسهال مفيد است
خون را تصفيه ميكند
چكاندن آب تازه ريواس در چشم سبب تقويت بينايي واز بين رفتن لكه هاي سفيد چشم ميگردد
تركيب ريواس با آبليمو و ماليدن آن به صورت باعث از بين رفتن جوش و لك ميشود
براي تقويت موي سر نافع است
اگر با حنا مخلوط شود رنگ مو را شرابي ميكند
جوشانده برگ هاي ريواس باعث تمييزي ظروف آلومينيومي ميشود
شربت كاملا طبيعي كه داراي تركيباتي افزوده مي باشد كه در درمان بسياري از بيماريها مفيد مي باشد
مرجع: كتب طب سنتي

چغندر

طريقه مصرف:
آن را پخته كه به پخته آن لبو مي گويند و مي خورند.
توضيحات:
چغندر گياهي است با فوايد بسيار كه پخته ي آن را لبو مي گويند . بخش هاي خوراكي اين گياه هم برگ آن است و ،هم ريشه آن. در برگ هاي اين گياه در طول روز قند توليد مي شود و هنگام عصر اگر برگ آن را خام بخوريد كاملاً شيرين است.
مصرف شيره ي چغندر نيز از قديم رواج داشته است و رنگ زيباي آن موجب مي شده كه آن را مانند خون انسان بدانند.
چغندر حاوي مقدار زيادي عنصر پتاسيم ، فسفر ، كلسيم ، گوگرد ، يد ، آهن و مس است و همچنين عناصر بسيار كميابي مثل روبيديوم (RUBIDIUM) و كاسيوم (CAESIUM) در آن وجود دارد. كربوهيدرات ، كمي پروتئين و ويتامين هايي چون B1 و B2 ، نياسين، B12 ، B6 و C در آن موجود است.
چغندر به دليل دار بودن مقدار زيادي آنتي اكسيدان براي درد مفاصل و نقرس مفيد است.
شيره ي چغندر سيستم گردش خون را بهبود مي بخشد و به عملكرد سيستم ايمني كمك مي كند.
از جمله خواص ديگر شيره ي چغندر :
* كمك به جذب آهن و توليد گلبول هاي قرمز خون (براي زناني كه از كم خوني رنج مي برند مفيد است)
* كمك به حفظ سلامت سلول ها
* كمك به حفظ سلامت كل بدن با كمك آنتي اكسيدان هاي موجود در آن
* كمك به جذب بهتر بسياري از مواد مغذي
* كمك به حفظ سلامت كبد(1) (پاك كننده ي عالي صفراست)
* افزايش باروري
خواص دارويي چغندر :
? خوردن چغندر پخته رعشه را معالجه مي كند و بسيار آرام بخش است.
? لبو به علت دارا بودن عناصر كمياب از بيماري جذام جلوگيري مي كند.
فسفر دارد ، پس براي مغز و اعصاب مفيد است.
? براي استحكام استخوان ها مفيد است.
? لبو با اينكه 17 درصد قند دارد، ولي خنك است و اين خاصيت خنكي در برگ آن بيشتر است . از اين رو آب لبو براي التهاب مثانه، رفع يبوست و بيماري هاي پوست مفيد است.

? لبو ويتامين هاي A ، B و C دارد از اين رو اشتها آور است و بهتر است همیشه به سالاد افراد کم وزن اضافه شود.
مصرف چغندر لكه هاي سفيدي كه در پوست بدن پديد آمده و موجب مرض پيسي مي شود را از بين مي برد. از اين رو امام محمد باقر ( ع ) فرمودند : قوم بني اسرائيل از لكه هاي سفيدي كه در بدن خود مشاهده مي كردند ، به حضرت موسي شكايت نمودند. حضرت موسي اين مطلب را به خداوند عرضه كرد. به موسي وحي شد كه به بني اسرائيل فرمان ده تا گوشت گاو را با چغندر بخورند تا شفا يابند.
حتي برگ چغندر نيز خواص بسياري زيادي دارد كه از آن جمله؛
? برگ خام چغندر آرام بخش و خنك است و اگر پخته شود موجب نفخ نمي شود.
? برگ خام چغندر ورم طحال را بهبود مي بخشد.
? جهت درد مفاصل و نقرس سودمند است (چون مقدار زيادي آنتي اكسيدان دارد).
? شستشوي سر با جوشانده ي برگ چغندر شوره و چربي مو را از بين مي برد و ضد شپش است.
? قرار دادن دست و پاي ترك خورده در آب گرم شده ي برگ چغندر موجب بر طرف شدن عارضه مي شود.
? جوشانده ي برگ چغندر كلاً براي پوست و مو بسيار مفيد است و ضد جوش ، ضد ورم ، ضد ريزش مو ، ضد كك و مك و سوختگي با آفتاب است.
امام رضا ( ع ) فرمودند : به بيماران خود برگ چغندر بخورانيد ، زيرا در برگ چغندر شفاست و ضرري در آن نيست و موجب آرامش است.
مرجع: كتب طب سنتي

پنج انگشت

طريقه مصرف:
به صورت جوشانده مصرف مي شود.
توضيحات:
اين گياه را فلفل بياباني نيز مي نامند و در بسياري از مناطق ايران مي رويد. درختچه زيبايي به ارتفاع يك متر و نيم است كه به علت گل هاي زيبايي كه دارد گاه به عنوان گياه تزئيني كاشته مي شود. بدين علت به آن پنج انگشت گويند كه برگ هاي آن پنجه اي و پنج تايي است. گل هاي آن برنگ آبي و شبيه سنبله اي دراز است كه سپس تبديل به گل مي شود.
ميوه اين گياه قابض است و به بهبود عملكرد دستگاه گوارش كمك مي كند. افرادي كه دچار بواسير يا شقاق باشند مي توانند از اثرات درماني آن سود بجويند و در جوشانده اين گياه بنشينند تا عارضه برطرف شود.
ميوه اين گياه اثرات درماني زيادي براي رحم دارد. قاعدگي را تنظيم مي كند و برگ اين گياه ورم هاي رحمي را بهبود مي بخشد و عفونت را پاك مي سازد. فوايد آن به قدري زياد است كه از اين گياه در قرص هاي گياهي مورداستفاده براي تنظيم قاعدگي و كاهش خونريزي استفاده مي شود.
برگ اين گياه اثر كاهنده اي بر شهوت دارد و در قديم و پارسايان در فصل بهار اين گياه را زير خود فرش مي كردند تا شهوت بر آنها غلبه نكند.
ضماد ميوه و برگ آن ادرار را افزايش مي دهد و مقدار زياد آن براي كليه مضر است.
اين گياه در درمان سر درد هم مفيد است.
پنج انگشت، گياه بسيار مؤثري براي درمان اختلالات قاعدگي است
از گياه پنج انگشت، دارويي به نام ويتاگنوس ( VITAGNUS ) تهيه كرده اند كه حاوي 90 ـ 80 ميلي گرم عصاره خشك اين گياه مي‌باشد.
اين دارو جهت رفع اختلالات قاعدگي و يائسگي به كار مي‌رود.
مكانيسم اثر دقيق اين فرآورده به اثبات نرسيده است ، ولي به نظرمي‌رسد گياه پنج انگشت با اثر بر محور هيپوتالاموس ـ هيپوفيز اثر خود را اعمال مي‌كند. اين گياه باعث كاهش آزاد شدن FSH* و افزايش آزاد شدن LH** و پرولاكتين از هيپوفيز مي‌گردد. هورمون هاي FSH و LH در توليد استروژن ( هورمون جنسي زنانه ) از تخمدان ها و دوره تخمك گذاري در خانم ها موثرند.
مطالعات نشان داده است كه گياه پنج‌انگشت حاوي تركيبات استروژنيك نمي‌باشد و مستقيماً بر روي تخمدان ها تاثير نمي‌گذارد.

با توجه به اثرات هورموني اين دارو، مصرف آن در دوران بارداري ممنوع است .
در اكثر مطالعات انجام شده با مصرف اين دارو عوارض جانبي مشاهده نگرديده است ولي به طور نادر گزارشاتي مبني بر بروز واكنش هاي آلرژيك ، سردرد و افزايش خونريزي دردوران قاعدگي وجود دارد.
اين دارو ممكن است با داروهاي ضد بارداري خوراكي وهورموني تداخل نمايد.
براي مصرف اين دارو ، روزانه 40 قطره از آن را در كمي آب يا آبميوه بريزيد و نيم ساعت قبل از صبحانه ( با معده خالي ) مصرف كنيد.
البته يادآوري مي كنم كه دارو را حتماً حتماً بايد تحت نظر پزشك و با تجويز ايشان مصرف كنيد و از مصرف خودسرانه آن خودداري كنيد.
مرجع: كتب طب سنتي

باميه

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
باميه سرشار از اسيد فوليك، ويتامين هاي A و C است. همچنين منبع خوبي از ويتامين هاي گروه B ، منيزيوم ، پتاسيم و فيبر غذايي مي باشد.
ارزش غذايي نصف ليوان باميه پخته:
25كالري دارد؛ پس كم كالري است.
2 گرم فيبر دارد؛ منبع خوبي از فيبر است.
460 واحد ويتامين A دارد؛ منبع خوبي از ويتامينA است.
130 ميلي گرم ويتامين C دارد.
50 ميلي گرم كلسيم دارد؛ منبع خوب كلسيم كه ضد پوكي استخوان است.
256ميلي گرم پتاسيم دارد؛ كه ضد فشار خون است.
اثرات مواد مغذي موجود در باميه بر سلامتي بدن:
1) فيبر موجود در باميه به حفظ قند خون كمك مي كند؛ بدين ترتيب كه سرعت جذب قند را كاهش مي دهد، پس براي افراد مبتلا به ديابت مفيد است.
2) موسيلاژ(يك نوع فيبر) موجود در باميه به كلسترول غذا متصل شده و جذب آنرا كاهش مي دهد. همچنين باعث دفع سموم از بدن مي شود. اثر باميه دركاهش كلسترول خون، يكي از خصوصيات بسيار مفيد اين سبزي است زيرا مثل داروهاي كاهنده كلسترول اثرات جانبي ندارد.
3) بسياري از متخصصان معتقدند كه بيشتر بيماري ها از روده شروع مي شوند. فيبر موجود در باميه با جذب آب كافي، از بروز يبوست جلوگيري كرده و ابتلا به بيماري هايي چون بواسير و ديورتيكوليت* را بشدت كاهش مي دهد.
معمولاً براي افزايش حجم مدفوع و رفع يبوست،مصرف سبوس گندم توصيه مي شود كه امكان دارد ديواره روده را حساس كند. ولي موسيلاژ موجود در باميه روده را نرم كرده و خروج مدفوع را آسان مي سازد.
4) اسيد فوليك باعث كاهش هموسيستئين خون مي شود كه اين ماده رگهاي خوني را مسدود مي كند. ويتامين C نيز يكي از آنتي اكسيدان هاي مهم مي باشد. در مجموع به علت دارا بودن اين مواد مغذي و نيز فيبرهاي محلول و املاح باعث پيشگيري از بيماري هاي قلبي نيز مي شود.
5) براي حفظ اثرات مفيد باميه و آنزيمهاي هضمي آن، بايد آن را خيلي كم بپزيد يعني با حرارت كم يا با بخار ملايم پخته شود. بعضي افراد باميه را

خام مصرف مي كنند. ولي اگر خواستيد آن را سرخ كنيد، از مقدار كمي روغن زيتون يا روغن گياهي براي سرخ كردن آن استفاده كنيد.
* ديورتيكوليت : التهاب ديورتيكول ها( كيسه هاي گرد فتق مانند در ديواره مخاط روده بزرگ) است كه در اثر تجمع باكتري ها و ساير محرك هاي داخل ديورتيكول ها ايجاد مي شود و باعث درد، نفخ، تهوع، يبوست، اسهال و تب مي شود.
باميه سرشار از اسيد فوليك، ويتامين هاي A و C است. همچنين منبع خوبي از ويتامين هاي گروه B ، منيزيوم ، پتاسيم و فيبر غذايي مي باشد.
ارزش غذايي نصف ليوان باميه پخته:
25كالري دارد؛ پس كم كالري است.
2 گرم فيبر دارد؛ منبع خوبي از فيبر است.
460 واحد ويتامين A دارد؛ منبع خوبي از ويتامينA است.
130 ميلي گرم ويتامين C دارد.
50 ميلي گرم كلسيم دارد؛ منبع خوب كلسيم كه ضد پوكي استخوان است.
256ميلي گرم پتاسيم دارد؛ كه ضد فشار خون است.
اثرات مواد مغذي موجود در باميه بر سلامتي بدن:
1) فيبر موجود در باميه به حفظ قند خون كمك مي كند؛ بدين ترتيب كه سرعت جذب قند را كاهش مي دهد، پس براي افراد مبتلا به ديابت مفيد است.
2) موسيلاژ(يك نوع فيبر) موجود در باميه به كلسترول غذا متصل شده و جذب آنرا كاهش مي دهد. همچنين باعث دفع سموم از بدن مي شود. اثر باميه دركاهش كلسترول خون، يكي از خصوصيات بسيار مفيد اين سبزي است زيرا مثل داروهاي كاهنده كلسترول اثرات جانبي ندارد.
3) بسياري از متخصصان معتقدند كه بيشتر بيماري ها از روده شروع مي شوند. فيبر موجود در باميه با جذب آب كافي، از بروز يبوست جلوگيري كرده و ابتلا به بيماري هايي چون بواسير و ديورتيكوليت* را بشدت كاهش مي دهد.
معمولاً براي افزايش حجم مدفوع و رفع يبوست،مصرف سبوس گندم توصيه مي شود كه امكان دارد ديواره روده را حساس كند. ولي موسيلاژ موجود در باميه روده را نرم كرده و خروج مدفوع را آسان مي سازد.
4) اسيد فوليك باعث كاهش هموسيستئين خون مي شود كه اين ماده رگهاي خوني را مسدود مي كند. ويتامين C نيز يكي از آنتي اكسيدان هاي مهم مي باشد. در مجموع به علت دارا بودن اين مواد مغذي و نيز فيبرهاي محلول و املاح باعث پيشگيري از بيماري هاي قلبي نيز مي شود.
5) براي حفظ اثرات مفيد باميه و آنزيمهاي هضمي آن، بايد آن را خيلي كم بپزيد يعني با حرارت كم يا با بخار ملايم پخته شود. بعضي افراد باميه را

خام مصرف مي كنند. ولي اگر خواستيد آن را سرخ كنيد، از مقدار كمي روغن زيتون يا روغن گياهي براي سرخ كردن آن استفاده كنيد.
* ديورتيكوليت : التهاب ديورتيكول ها( كيسه هاي گرد فتق مانند در ديواره مخاط روده بزرگ) است كه در اثر تجمع باكتري ها و ساير محرك هاي داخل ديورتيكول ها ايجاد مي شود و باعث درد، نفخ، تهوع، يبوست، اسهال و تب مي شود.
باميه سرشار از اسيد فوليك، ويتامين هاي A و C است. همچنين منبع خوبي از ويتامين هاي گروه B ، منيزيوم ، پتاسيم و فيبر غذايي مي باشد.
ارزش غذايي نصف ليوان باميه پخته:
25كالري دارد؛ پس كم كالري است.
2 گرم فيبر دارد؛ منبع خوبي از فيبر است.
460 واحد ويتامين A دارد؛ منبع خوبي از ويتامينA است.
130 ميلي گرم ويتامين C دارد.
50 ميلي گرم كلسيم دارد؛ منبع خوب كلسيم كه ضد پوكي استخوان است.
256ميلي گرم پتاسيم دارد؛ كه ضد فشار خون است.
اثرات مواد مغذي موجود در باميه بر سلامتي بدن:
1) فيبر موجود در باميه به حفظ قند خون كمك مي كند؛ بدين ترتيب كه سرعت جذب قند را كاهش مي دهد، پس براي افراد مبتلا به ديابت مفيد است.
2) موسيلاژ(يك نوع فيبر) موجود در باميه به كلسترول غذا متصل شده و جذب آنرا كاهش مي دهد. همچنين باعث دفع سموم از بدن مي شود. اثر باميه دركاهش كلسترول خون، يكي از خصوصيات بسيار مفيد اين سبزي است زيرا مثل داروهاي كاهنده كلسترول اثرات جانبي ندارد.
3) بسياري از متخصصان معتقدند كه بيشتر بيماري ها از روده شروع مي شوند. فيبر موجود در باميه با جذب آب كافي، از بروز يبوست جلوگيري كرده و ابتلا به بيماري هايي چون بواسير و ديورتيكوليت* را بشدت كاهش مي دهد.
معمولاً براي افزايش حجم مدفوع و رفع يبوست،مصرف سبوس گندم توصيه مي شود كه امكان دارد ديواره روده را حساس كند. ولي موسيلاژ موجود در باميه روده را نرم كرده و خروج مدفوع را آسان مي سازد.
4) اسيد فوليك باعث كاهش هموسيستئين خون مي شود كه اين ماده رگهاي خوني را مسدود مي كند. ويتامين C نيز يكي از آنتي اكسيدان هاي مهم مي باشد. در مجموع به علت دارا بودن اين مواد مغذي و نيز فيبرهاي محلول و املاح باعث پيشگيري از بيماري هاي قلبي نيز مي شود.
5) براي حفظ اثرات مفيد باميه و آنزيمهاي هضمي آن، بايد آن را خيلي كم بپزيد يعني با حرارت كم يا با بخار ملايم پخته شود. بعضي افراد باميه را

خام مصرف مي كنند. ولي اگر خواستيد آن را سرخ كنيد، از مقدار كمي روغن زيتون يا روغن گياهي براي سرخ كردن آن استفاده كنيد.
* ديورتيكوليت : التهاب ديورتيكول ها( كيسه هاي گرد فتق مانند در ديواره مخاط روده بزرگ) است كه در اثر تجمع باكتري ها و ساير محرك هاي داخل ديورتيكول ها ايجاد مي شود و باعث درد، نفخ، تهوع، يبوست، اسهال و تب مي شود.
مرجع: كتب طب سنتي

ليمو ترش

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
ليمو ترش بعلت داشتن خواص اسيدي ضد عفوني كننده قوي است . حتي اگر در مسافرتها به آب آشاميدني مشكوك هستيد و مي ترسيد از آن بنوشيد كافي است چند قطره آب ليمو ترش را در آن بريزيد . آب ر ا كاملا استرليزه كرده و ميكربهاي موجود در آب را از بين مي برد
كسانيكه مي خواهند خود را لاغر كنند اگر صبح ناشتا آب ليمو ترش را با يك ليوان آب مخلوط كنند و مقدر كمي عسل بآن اضافه نمايند و آنرا بنوشند تا ظهر گرسنه نخواهند شد و بدين ترتيب از شر چربيهاي اضافي راحت خواهند شد .
بهترين كلسيم آن است كه از پوست تخم مرغ و آب ليمو تهيه مي كنند . براي تهيه كلسيم طبيعي يك تخم مرغ را تميز شسته و در يك ليوان بگذاريد و روي آن آّ يك ليمو ترش را بريزيد و آنرا مدت دو سه ساعت در جاي خنكي بگذاريد سپس تخم مرغ را در آورده و آب ليمو را كه داراي مقدار زيادي كلسيم است مي توانيد روي سالاد ريخته و يا با عسل يا شكر شيرين كرده بنوشيد از تخم مرغ هم كه پوست آن نرم شده مي توانيد هنوز استفاده كنيد .
براي گلو درد بهترين دارو ليمو ترش است . يك قاشق چايخوري آب ليمو ترش را در آب نيم گرم بريزيد و با آن غرغره كنيد ورم گلو و گلو درد را بر طرف خواهد كرد .
براي گرفتگي بيني و زكام كافي است چند قطرع آب ليمو را با يك قاشق چايخوري آب مخلوط كرده و در بيني بچكانيد . براي رفع ورم معده و روده بايد يك ليمو ترش را با پوست و هسته له كنيد و آنرا با يك ليوان آب سرد و يك قاشق عسل مخلوط كده و بمدت يك ساعت قبل از خواب نوشيد .
براي جلوگيري از خونريزي بيني كافي است كه يك تكه پنبه را آغشته به آ ب ليمو كرده و در سوراخ بيني بگذاريد خون دماغ را برطرف خواهد كرد .
اگر در صورت شما لكه و جوش قرمز رنگ وجود دارد درمان آن با آب ليمو و نمك است . بدين ترتيب كه در مقداري آب ليمو نمك بزنيد و آنرا با پنبه روي صورت خود بماليد لكه ها و جوشها را برطرف مي كند .
بهترين دارو براي پوست دست شما مخلوط گليسيرين و آ ب ليمو است . آب ليمو و گليسرين را به نسبت مساوي مخلوط كنيد و بدستهاي خود مباليد ببينيد كه چقدر پوست دستها صاف مي شود . در زمستان براي

جلوگيري از سرما زدگي دستهاي خود را با آ ب ليمو ماساژ دهيد . خوردن آب ليمو سنگهاي كليه را نيز دفع مي كند.
مرجع: كتب طب سنتي

# خرما

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
به گفته يك كارشناس تغذيه؛ آهن موجود در خرما در پيشگيري از بروز بيماري فقر آهن موثر است.
يوسف نقيايي با بيان اين مطلب، افزود: خرما در گروه ميوه‌ها قرار دارد و سرشار از انواع ويتامين‌ها و مواد مغذي مورد نياز بدن است.
وي با بيان اين كه هر يكصد گرم خرماي تازه حاوي 250 كيلوكالري انرژي است، افزود: عمده‌ترين مواد تشكيل دهنده خرما را كربوهيدراتها تشكيل مي‌دهند؛ به طوري كه 67 درصد از اجزاي تشكيل دهنده خرما را كربوهيدرات‌ها به ويژه ساكاروز و فروكتوز تشكيل مي‌دهد.
نقيايي همچنين 5/2 درصد پروتئين، 5/7 گرم فيبر خوراكي، يك ميلي‌گرم آهن، پتاسيم، ويتامين A ، بتاكاروتن، 41 ميليگرم كلسيم، 57 ميليگرم فسفر را از ديگر اجزاي تشكيل دهنده خرما عنوان كرد و يادآور شد: خرما با توجه به داشتن مقدار قابل توجه فيبر خوراكي در پيشگيري از سرطان‌هاي دستگاه گوارش به خصوص سرطان كولون و نيز كاهش چربي‌هاي خون موثر است.
وي تصريح كرد: امروزه خرما در پيشگيري از فقر آهن موثر شناخته شده است، چرا كه ميزان آهن موجود در خرما در هر يكصد گرم به يك ميليگرم مي‌رسد كه اين مقدار نسبت به ساير مواد غذايي مقدار قابل توجهي محسوب مي‌شود.
نقيايي با اشاره به مقدار پتاسيم موجود در خرما اظهار كرد: به همين دليل مصرف خرما، بيماري‌هاي قلبي-عروقي را نيز بهبود مي‌بخشد.
وي با بيان اين كه خرما داراي مقدار قابل توجهي ويتامين A و بتاكاروتن است، افزود: ويتامين A موجود درخرما از بروز بيماري‌هاي عفوني پيشگيري مي‌كند.
اين كارشناس تغذيه در پايان با تاكيد بر ارزش غذايي اين ماده غذايي، خرما را بهترين ماده غذايي هنگام شروع افطار در ماه رمضان دانست و خاطرنشان كرد: از آنجايي كه خرما داراي كالري زيادي است، مصرف بي رويه اين ماده غذايي نيز توصيه نمي‌شود، چرا كه مي‌تواند منجر به افزايش وزن و چاقي شود
مرجع: كتب طب سنتي

مريم گلي

طريقه مصرف:
نحوه استفاده در متن آمده است.
توضيحات:
گياه مريم گلي گياهي با قدمت بسيار طولاني است و در حدود ?000 سال پيش به وجود اين گياه پي برده و از آن استفاده مي كرده اند از جمله ابوعلي سينا در كتابهاي خود به اين گياه اشاره كرده و خواص آن را برشمرده و تأكيد بر مصرف آن كرده است.
اين گياه ضد درد، آرامش بخش و براي كاهش قند خون استفاده مي شود.
اين گياه در تمام مناطق معتدله رويش دارد. گلهاي سفيد زيبايي مي دهد، بصورت خوشه اي است و جزء گياهان معطر و خوشبو است كه طعم بسيار تلخي دارد.
اين گياه آرام بخش و مقوي اعصاب است. همچنين يك داروي ضد عفوني كننده بسيار قوي است. اگر از جوشانده اين گياه بصورت قرقره استفاده شود، جوشهاي داخل دهان و بعضاً آفت دهان را درمان مي كند.
همچنين براي زخمهايي كه بر اثر واريس به وجود مي آيد بسيار مؤثر است.
در آنژيم و انواع گلو درد نيز از اين گياه استفاده مي شود. از جوشانده اين گياه براي ضماد و جوشهاي بدن استفاده مي شود. جوشانده غليظ اين گياه اگر با آب مخلوط شود براي دردهاي مفصلي، رماتيسم و حتي راشيتيسم كودكان بسيار مفيد و مؤثر است.
مرجع: كتب طب سنتي

انار

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
پيامبر خدا (ص):"انار مهتر همه ميوه هاست و هر كس يك انار بخورد ،چهل پگاه شيطان خويش را به خشم مي آورد .
امام صادق (ع):"ميوه صد وبيست گونه است و مهتر همه آنها انار است ."
خواص انار
پيامبر خدا (ص):" هر كس اناري را كامل بخورد ،خداوند قلب او را چهل شب نوراني مي دارد .
پيامبر خدا (ص):" انار بخوريد زيرا هيچ دانه اي از آن در معده جاي نمي گيرد ،مگر اين كه چهل روز قلب را نوراني مي سازد وشيطان را برون مي راند .
امام علي (ع):"درهر دانه انار چون درمعده جاي مي گيرد ،حياتي براي قلب و فروغي براي نفس است و شيطاني را كه وسواس نام دارد چهل شب بيمار مي كند .
امام صادق (ع):" چهار چيز ،طبع را اعتدال مي بخشد انارسوراني ،خرماي نارس پخته شده ،بنفشه و كاسني .
امام صادق (ع):"هركس در هنگام خفتن يك انار بخورد ،تا صبح جانش در امان است .
امام صادق (ع) :"برشما باد انار ؛چرا كه هيچ گرسنه اي آن را نمي خورد ،مگر اين كه وي را بسنده است و هيچ سيري آن را نمي خورد ،مگر اين كه غذا را بروي گوارا مي سازد .
امام صادق (ع):" هركس انار بخورد انار شيطان وسوسه را از او دور مي سازد . چ
امام صادق (ع):" هر كس يك دانه از انار بخورد ،آن يك دانه شيطان وسوسه را تا چهل روز زمينگير مي كند .
امام كاظم (ع):" هركس روز جمعه يك انار بخورد آن انار ،دل اورا تا چهل پگاه نوراني مي دارد اگر دو انار بخورد تا هشتاد روز و اگر سه انار بخورد تا صد و بيست روز و نيز وسوسه شيطان ازاو دور مي شود و هركس وسوسه شيطان از اودور شود ،خداوند را نافرماني نمي كند و هر كس خداوند را نافرماني نكند خداي اورا به بهشت در مي آورد .
امام كاظم (ع):" از جمله چيزهايي كه آدم به فرزندش سفارش كرد ،اين بود كه به وي فرمود :"برتوباد انار ،اگر گرسنه شدي و آن را بخوردي

بسنده ات كند و اگر در حالي كه سير بودي آن را خوردي غذا رابرتو گوارا سازد . "
خواص انار شيرين
امام صادق (ع):" برشما باد انار شيرين آن را بخوريد چرا كه هيچ دانه اي از آن به معده مؤمني در نمي آيد مگر اين كه بيماري اي از آن ريشه كن مي كند و شيطان وسوسه را از او دور مي سازد .
امام عسكري (ع):" انار بخور چراكه خون را فرو مي نشاند و آنرا در درون تصفيه مي كند .
خواص انار ترش وشيرين (ملس)
امام صادق از انار شيرين ياد كرد و فرمود :"ترش و شيرين در شكم سازگارتر است ".
امام رضا (ع):"انار شيرين و ترش بمك ؛چرا كه انسان را نيرو مي دهد و خون را زنده مي سازد .
خواص خوردن انار با پيه آن
پيامبر خدا (ص):"انار را با پيه آن بخوريد ؛چرا كه شست و شو دهنده معده است . "
امام علي (ع):"انارررا با پيه بخور چرا كه معده را پاك مي كند و هيچ دانه اي د رمعده انسان مسلمان جاي نمي گيرد مگر اين كه آن را روشن مي سازد و تا چهل پگاه شيطان و وسوسه را از آن دور مي سازد .
امام علي (ع):"انار راباپيه اش بخور چرا كه زرد شدگي دندان و بدبويي دهان را از بين مي برد و انسان را پاك مي كند . "
امام صادق (ع):" انار را با پيه اش بخور چرا كه معده را پاك مي كند و ذهن را افزون مي سازد . "
مرجع: كتب طب سنتي

# فندق

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
فندق درختچه اي است به ارتفاع تقرباً 2 متر كه برگ هاي آن پهن و نوك تيز است. فندق داراي پوششي سبز رنگ بوده كه پس از خشك شدن تدريجاً از آن جدا مي گردد.
مغز فندق در حدود 60 درصد روغن دارد كه به رنگ رزد روشن بوده و داراي طعم ملايم و بوي مطبوعي مي باشد.
از روغن فندق در تغذيه، عطر سازي و نقاشي استفاده مي شود. مغز فندق مقدار زيادي فسفر دارد.
فندق داراي خواص زيادي است و داراي پروتئين، مواد چرب، كلسيم، فسفر و پتاسيم مي باشد. فندق گرم و خشك است و براي بيماري قند مفيد است.
اين دانه روغني براي تقويت بدن، روده و معده، سرفه، درد سينه و كبد مفيد است. سموم را از بدن خارج كرده و براي ريزش مو و سوزش مجاري ادرار مفيد مي باشد ولي فشار خون را بالا مي برد.
اگر شما فعاليت فكري زيادي داريد بهتر است فندق بخوريد چون به دليل فسفر زياد مغز شما را تقويت مي كند. ولي به خاطر داشته باشيد افراط در خوردن اين دانه روغني باعث نفخ و گاز شكم و استفراغ مي شود. اگر سرد مزاج هستيد بهتر است فندق را با آب و عسل بخوريد و اگر گرم مزاجيد با سكنجبين ميل كنيد.
مرجع: كتب طب سنتي

زرشك

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
زرشك درختچه اي است كه علاوه بر ميوه آن از پوست و ريشه آن هم براي درمان برخي بيماري ها استفاده مي شود.
زرشك فوايد بسيار زيادي دارد و مي توان آن را همراه ژله يا به صورت پخته با ميوه هاي ديگر مصرف كرد.
مصرف آن در درمان تب، اسهال و اسهال خوني مؤثر است. از آب زرشك تازه به عنوان دهانشويه براي استحكام لثه ها استفاده مي شود.پوست و ريشه آن تلخ مزه است و در دفع صفرا و ناراحتي هاي كبدي مؤثر است.
زرشك ملين و مسهل بوده و به هضم غذا كمك كرده و سوء هاضمه را برطرف مي كند و براي بيماري فشار خون نيز مفيد است.
زرشك در درمان ورم مفاصل و ناراحتي هاي رماتيسمي تدثير دارد و باعث كاهش ضربان قلب، تنگي نفس و تحريك حركت روده اي و نلراحتي برونشيتي است.
زرشك باكتري هاي سطح پوست را از بين برده و به درمان زخمها، كوفتگي ها، سوختگي ها، انواع جوشها و آكنه و خارش كمك مي كند (البته به ياد داشته باشيد كه در دوران بارداري از مصرف زياد آن خودداري كنيد.)
مرجع: كتب طب سنتي

# زوفا

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
زوفا يكي از مهمترين گياهان دارويي و ادويه اي به شمار مي رود . از دم كرده پيكر رويشي اين گياه براي درمان بيماريهاي مربوط به دستگاه تنفس مانند سرفه، سياه سرفه، برونشيت و آسم استفاده ميشود. مواد موثره اين گياه سبب افزايش فشارخون، هضم غذا و همچينين كاهش تورم مي شود. زوفا اگر چه تلخ مزه است ولي به عنوان طعم دهنده مواد غذايي و همچنين در تهيه سس مورد استفاده قرار ميگرد.
اسانس زوفا :
خاصيت ضد قارچي و باكتريايي دارد. اين اسانس در صنايع كنسروسازي ، نوشابه سازي و همچنين در صنايع آرايشي و بهداشتي كاربرد فراواني دارد. به علت نوش فراواني كه در گلهاي اين گياه به وجود مي آيد در رديف گياهان مولد عسل قرار دارد. عسل حاصله از آن كيفيت بسيار مطلوبي دارد.
مشخصات گياه :
زوفا گياهي خشبي و چند ساله است. منشا اين گياه آسياي صغير گزارش داده شده و همچنين زوفا در سطح وسيعي در مركز و جنوب اروپا، عمدتا در روسيه، بلغارستان، مجارستان، ايتاليا و اسپانيا، فرانسه و كشمير و هند كشت ميشود. واز درياي خزر تا درياي سياه همچنين درمناطق شني نواحي مديترانه مي رويد.
ريشه زوفا مستقيم است و انشعابات فراواني دارد ساقه چهارگوش، مستقيم ارتفاع آن 50 -cm70 است. قسمت تحتاني (پاي ساقه) چوبي و قهوه اي رنگ و از انشعابهاي فراواني برخوردار است ولي قسمت فوقاني آن نرم و سبز رنگ مي باشد. برگهاي صاف، فاقد دندانه، باريك، كشيده و كم و بيش نيزه اي شكل و رنگ آن سبز روشن است.
خواص دارويي :
نوشيدن زوفاي جوشيده با عسل و گياه سداب به كساني كمك ميكند كه به سرفه هاي شديد، تنگي نفس، افراد مبتلا به رماتيسم وكساني كه نفسشان با خس خس همراه است كمك ميكند . اين گياه همراه با عسل كرمهاي داخل شكم را ميكشد و كوبيده شده آن با انجير تازه به از خشكي در آمدن مزاج كمك ميكند اثر آن قويترهم مي شود اگر گل زنبق يا سوسن يا شاهي به آن اضافه شود اين گياه دارويي عالي براي ورم يا آماس لوزه

در گلو است و اين تحت شرايطي است كه به عنوان غرغره ازآن استفاده شود ماليدن پماد آن به سر شپش را از بين مي برد اين گياه براي كاهش بيماري خلط بسيار مناسب است و در تمام مشكلات ناشي از سرما يا بيماريهاي قفسه سينه و يا ريه مناسب است و اين تاثير هنگامي است كه مثل شربت استفاده شود

مرجع: كتب طب سنتي

# اكليل كوهي(رزماري)

طريقه مصرف:
نحوه استفاده در زير آمده است .
توضيحات:
اكليل كوهي بومي منطقه? مديترانه و كشور اوروگوئه است. گل‌هاي آن در رنگ‌هاي گوناگون سفيد، صورتي، بنفش يا آبي مي رويند.
استفاده در آشپزي
از برگهاي تازه و خرد شده اكليل كوهي به دليل وجود اسانس معطر و روغن فرار و همچنين تانن در سالاد و در تهيه خوراكهاي مرغ و ماهي استفاده مي شود. پودر برگهاي خشك شده اكليل كوهي به تنهايي يا همراه با ساير ادويه جات به عنوان چاشني جهت خوش طعم نمودن غذاها به خصوص سس سالاد به كار مي رود.
خواص دارويي
از نظر خواص طبي و دارويي اكليل كوهي اثر ضدعفوني كننده و معرق داشته و جريان خون را در اندامهاي شكمي افزايش مي دهد و در تحريك ميزان ترشح شيره هاي گوارشي و صفرا بسيار مفيد است. اين گياه شفا بخش براي معالجه رماتيسم، فلج، سستي اعضاء، تشنج، اختلالات عصبي و تنفسي و همچنين نارسايي كبد و كيسه صفرا مفيد و موثر است. اين گياه و سبزي در ايران كمتر مورد توجه طباخان و بانوان آشپز ايراني قرار گرفته ولي در كشورها ارو.پايي جايگاه ممتازي در آشپزخانه داشته و در تهيه سسها و هنگام خوردن گوشت كباب وجود آن ضروري است.
مصرف اكليل كوهي باعث گشادي رگ‌ها و تقويت گردش خون مي شود و بنابراين براي جلوگيري از ريزش موها مفيد است.
مرجع: كتب طب سنتي

# سداب

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
سُداب (نام علمي: Ruta graveolens) از تيره مركبات (سُدابيان) (rutaceae) گياهي علفي پايا با ساقه‌هاي منشعب و چوبي، برگهاي متناوب دو تا سه قسمتي صاف و بي پرز است.
از گونه‌هاي سداب مي‌توان به سُداب كوهي (اسپند، wild rue) و سداب كهنه (wall rue) اشاره كرد.
خواص داروئي: خاصيت اصلي آن كم كردن فشار شهوت است (البته بايد توجه داشت كه مصرف زياد سداب سمي است و بايد پرهيز شود)، پائين آورنده فشار خون. تنظيم‌كننده كار قلب. ضدسردرد. ترشح صفرا را تحريك نموده و انگل‌هاي روده را دفع مي كند.
مرجع: كتب طب سنتي

بادرنجبويه

طريقه مصرف:
نحوه استفاده در متن آمده است.
توضيحات:
گياه «بادرنجبويه» سالهاست كه توسط پزشكان مشرق زمين، براي درمان مشكلات خلقي استفاده مي‌شود؛ همچنين مصرف آن جهت سردرد با منشاء عصبي، ضعف حافظه و خستگي روحي مفيدست.
دكتر علي زرگري در خصوص فوايد اين گياه مي‌گويد: «وارنگ بو» يا «بادرنجبويه» در طب عوام براي مصارفي از قبيل رفع دل پيچه ناشي از نفخ و تقويت معده به كار مي‌رود و از مصارف اصلي و ويژگي‌هاي خاص آن، آرام كردن اعصاب و تقويت قلب است.
او ادامه مي‌دهد: اين گياه به اشكال مختلفي از قبيل اسانس، عصاره روغني، روغن، پماد، كمپرس و دم كرده استفاده مي شود. اسانس اين گياه در آرام كردن درد معده با منشاء عصبي، احساس چنگ زدگي در معده، تپش قلب، سردردهاي يك طرفه، سرگيجه، عصبانيت، بي‌خوابي، استفراغهاي دوران بارداري، كم خوني دختران جوان، درد عصبي دندان و رفع تندخويي در دختران جوان و زنان بسيار مؤثرست.
برگ اين گياه، بهترين دارو براي كسي است كه هنگام نگراني واضطراب ناراحتي معده پيدا مي‌كند. دم كرده آن نيز جهت تهوع، مراحل اول سرماخوردگي، خستگي عصبي و افسردگي مفيدست.
گفتني است كمپرس، پماد و روغن حاصل از اين گياه جهت دفع حشرات و درمان زخم نيش آنها و رفع تنش عصبي، از زمان ابن سينا تجويز شده است.
مرجع: كتب طب سنتي

# زردآلو

طريقه مصرف:
خوراكي
توضيحات:
درخت زردآلو بومي نواحي چين مي باشد و هنوز هم به صورت وحشي در اين مناطق مي رويد، اين درخت در اوايل قرن اول ميلادي به آسيا و اروپا راه يافت.
ميوه آن گوشتي و زرد رنگ با طعمي مطبوع و شيرين بوده كه در اواسط تابستان مي رسد.
هسته زردآلو صاف، قهوه اي و بيضي شكل است. در داخل هسته مغز آن قرار دارد كه طعم برخي از آن شيرين و برخي ديگر تلخ است.
خواص داروئي
خواص درماني زردآلو
1) تصفيه كننده خون است.
2) عروق را باز مي كند.
3) ملين است.
4) بوي بد دهان را رفع مي كند.
5) تب بر است.
6) به دليل داشتن كبالت براي كم خوني مفيد است.
7) ورم مفاصل را برطرف مي كند.
8) ضد نرمي استخوان است.
9) براي قلبايي كردن بدن مفيد است.
خواص درماني هسته و برگ درخت زردآل
ومغز هسته از نظر طب قديم ايران گرم و خشك و برگ و گل آن سرد و خشك است.
1) مغز آن تقويت كننده قواي جنسي است.
2) روغن مغز هسته را اگر در گوش بچكانيد صداهاي گوش را از بين برده و سنگيني گوش را درمان مي كند.
3) روغن مغز هسته براي نرم كردن پوست مفيد است.
4)روغن تلخ مغز هسته اگر تلخ باشد كشنده كرم معده و روده است
مرجع: كتب طب سنتي

طريقه مصرف:
در ذيل به آن اشاره خواهد گرديد :
توضيحات:
گياهي بوته مانند و داراي ساقه هاي پوشيده از خار است منشأ اصلي آن نواحي مختلف آفريقا ذكر شده است از دانه آن روغن خوراكي استخراج و از الياف آن محصولات مختلف منجله كاغذ گوني و چتائي و ... تهيه مي شود.
كنف گياهي است دو لپه و گلدار يكساله با ريشه هاي متراكم و عميق و سفيد رنگ ، ساقه اين گياه نسبتاً علفي و اكثراً بدون انشعاب و ارتفاع آن از يك تا 4 متر تغيير مي كند. ارتفاع متوسط ساقه كنف بين 4/2 تا 6/3 متر است. برگهاي كنف متناوب بادمبرگي نسبتاً بلند، رگبرگهاي پنجه اي و برگها ساده يا پنجه اي است كه هر دو نوع برگ ممكن است روي يك بوته وجود داشته باشد. برگها داراي لبه هاي دندانه دار بوده و در سطح برگ و ساقه كركهاي ريزي وجود دارد. گل بصورت منفرد نسبتاً بزرگ در روي ساقه در نقطه بين برگ و ساقه قرار دارد. گل كنف كامل و منظم ميباشد. كاسه گل از 5 كاسبرگ كه در قاعده كم و بيش به يكديگر چسبيده اند و جام گل از 5 گلبرگ غالباً متقارن كه در قاعده پيوسته هستند تشكيل يافته است. كاسه گل داراي كاسچه (كاسه فرعي) كه باريك و معمولاً داراي 8 لوب ميباشند. جام گل زرد ولي در وسط بنفش رنگ است و گلبرگهاسه تاچهار برابر بلندتر از كاسبرگها مي باشد. نافه كه از تعداد بسياري پرچم تشكيل يافته است. مادگي فوقاني از 5 برچه پيوسته تشكيل يافته و تمكن آن محوري است. تخمدان 5 خانه اي مجزا و در هر خانه دو رديف تخمك واژگون (آناتروپ) قرار دارد. ميوه كنف كپسول لوكوليسيد، تخم مرغي شكل، نوك تيز كرك دار و اندازه آنها تقريباً برابر نصف كاسبرگ است. هر كپسول داراي 5 برچه است. كه در داخل هر برچه حداقل يك دانه وجود دارد. دانه ها به رنگ سياه و خاكستري و در داخل هركپسول حدود 18 تا 20 دانه وجود دارد.اين گونه داراي چهار واريته به قرار زير مي باشد :
Hici var. Viridis (2) H.c.var.vulgaris (1)
H.c. var purpurea (4) H.c. var sinplox (3)
از ارقام مهم كنف مي توان از كوبا 108 و كوبا 2032 ، كوبانو ، مصري ، اورگلايد ، فلوريدا ، رودزين و سودان تر اديف نام برد.
نياز اكولوژيكي
آب و هوا : گياه براي رشد و نمو و توليد الياف بذر كافي بايد در مناطق

گرم و نيمه گرمسيري كشت گردد. كنف در برابر سرما حساس بوده و يخبندان عامل مهم محدود كننده كاشت ، توليد جوانه و رشد آن است. حداقل درجه حرارت براي توليد جوانه كنف حدود 12 درجه سانتي گراد است مناسبترين درجه حرارت براي كنف در طول دوره رشد 25 تا 30 درجه سانتي گراد مي باشد در فصل تابستان مي تواند گرماي 35 تا 40 درجه را تحمل كرده به رشد خود ادامه دهد.هر گاه كنف در مناطق مرطوب و در زمين هايي كه در نزديكي دريا كاشته شود، رطوبت نسبي 68 تا 82 درصد را تحمل مي كند.
كنف گياهي روز بلند و در مناطقي كه روزانه كمتر از 5/12 ساعت روشنايي وجود دارد، بخوبي رشد نكرده با رور نشده و كشت آن موفقيت آميز نمي باشد. مناطق با ورزش باد شديد براي رشد كنف مناسب نيست زيرا باد شديد علاوه بر تبخير سريع باعث خوابيدگي (و رس) ساقه ها ميشود. كشت كتف بخصوص انواع وحشي آن در زمين هاي هم سطح دريا تا ارتفاع 1250 متري امكان پذير است لكن مناسب ترين ارتفاع براي انواع اصلاح شده كنف از سطح دريا حدود 600 متر مي باشد.
خاك : خاك محل كشت كنف بايد داراي عمق كافي و كاملاً قابل نفوذ و حاصلخيز باشد براي همين زمين هاي رسي براي كاشت اين گياه مناسب نمي باشند.بهترين خاك براي كاشت كنف زمين هاي رسي شني ، شني رسي لموني شني و يا لموني با مواد ارگانيكي كافي ميباشند.
زمين هايي كه سفره آب زيرزميني آنها بالا و بخوبي زه كشي نشده باشند و همچنين زمين هاي باتلاقي براي كاشت و رشد و نمو كنف مناسب نيستند. كنف نسبت به شوري كم و بيش مقاوم است.
pH مناسب براي رشد كامل كنف بين 7/4 تا 8/7 است ليكن در خاكهائي كه pH آنها بين 6 تا 8/6 و حداكثر 7 باشد بهتر رشد مي نمايد.
تناوب : كنف گياهي است كه در دوره رشد مواد غذائي زيادي را جذب و زمين را از وجود مواد غذايي بويژه ماده ازته و فسفره نسبتاً ضعيف مي نمايد. كاشت مداوم يا چند ساله آن در يك زمين سبب بروز بيماريهاي گياهي بخصوص بوته ميري شده و موجب نقصان محصول مي شود. علاوه بر اينها در مناطقي كه كاشت كنف و پنبه رواج دارد چون اين دو گياه از يك تيره هستند و داراي آفات و بيماريهاي مشترك مي باشند نبايد آنها را در تناوب بدنبال هم قرار داد و حتي در يك مزرعه حتي المقدور بايد اين دو را با فاصله نسبتاً زياد و دور از يكديگر كاشت در صورتي كه در گردش زراعي كنف بعد از گياهان تيره حبوبات كاشته شود،توليد الياف و بذر رضايت بخش خواهد بود.
كنف را مي توان در تناوب همراه با گياهاني مانند حبوبات ، بادام زميني ، گندم ، ذرت و حتي برنج قرار داده، تناوب دو يا سه ساله بر قرار نمود. در

شمال ايران براي توليد كنف اغلب تناوب سه ساله شرح زير برقرار مي گردد:
سال اول: ذرت
سال دوم: حبوبات
سال سوم: كنف.
آماده سازي خاك
زمين كشت كنف بايد از لحاظ موادآلي غني باشد. لذا اگر براي تقويت و اصلاح زمين در سال قبل كود سبز داشته شده باشد بايد در اواسط پائيز زمين را شخم زد تا در اثر زير خاك رفتن كود سبز و پوسيدن آن مواد آلي زمين (هوموس) افزايش يابد يا با اضافه كردن كود دامي پوسيده در پائيز به مقدار 20 تا 30 تن در هكتار آنها با شخم عميق به زير خاك برد. عمق اين شخم بستگي به عمق خاك زراعتي دارد و حد متوسط آن 20 سانتي متر است در بهار پس از يخبندان و سرما بايد زمين را شخم سطحي و يا ديسك زد تا كلوخ ها كاملاً خرد شوند شخم و يا ديسك بهاره بايد عمود بر شخم پائيزه باشد در صورت وجود بقاياي محصول سال قبل از قبيل ريشه و ساقه يا علف هاي هرز در سطح زمين بايستي آنها را جمع آوري و از زمين خارج كرده و سپس به تسطيح زمين اقدام نمود.
مواد غذايي مورد نياز كنف.
براي آنكه كنف محصول كافي توليد نمايد با توجه به شرايط آب و هوايي و نوعي كه كاشته مي شود لازم است از كود هاي شيميائي بويژه ازت و فسفر و پتاس به مقدار مورد نياز استفاده شود.براي استفاده بيشتر گياه از مواد فسفره و پتاس بهتر است اين دوماده را قبل كاشت و به وسيله ديسك در عمق 4 يا 5 سانتي متري خاك قرارداد.ليكن اگر كود ازته (اوره) دردو مرحله و به صورت سرك به زمين اضافه شود نتيجه بهتر خواهد بود. مرحله اول پخش كود ازته همزمان با تنك كردن بوته هاي اضافي و مرحله دوم 30 روز بعد از مرحله اول است. هر گاه كنف به منظور توليد بذر كاشته شود مصرف بيش از حد مورد نياز ماده ازته سبب ديرسي گياه و علفي شدن آن گرديده و به ورس ساقه كمك مي كند.در شمال ميزان كود شيميائي به قرار زير است ازت 100 كيلوگرم در هكتار ، فسفر 60 كيلوگرم در هكتار و پتاس 30 كيلوگرم در هكتار.
كاشت
زمان كاشت بايد طوري انتخاب شود كه شرايط جوي و خاك از هر نظر براي كاشت و رويش بذر مناسب باشد و براي رسيدن به اين هدف تعيين مقدار بذر در هكتار نيز عامل مهمي براي توليد محصول خواهد بود. لذا پس از رفع سرما و افزايش درجه حرارت خاك در بهار هر چه زودتر اقدام به كشت شود زيرا كاشت به موقع داراي مزاياي زير است :

(1) كشت به موقع سبب مي گردد كه در موقع بارش باران هاي بهاري جوانه به سرعت از بذر خارج و رشد اوليه آن بهتر انجام مي شود.
(2) رشد گياه تا زمان برداشت كامل شده و مقدار محصول نيز افزايش يابد در مورد ارقامي كه نسبت به نور حساسيت كمتري دارند زمان كاشت آنها هر چه زودتر انجام گيرد مرحله توليد گل و رسيدن و در نتيجه برداشت محصول نيز زودتر انجام خواهد شد.
اگر موقع كاشت بذر رطوبت و حرارت خاك كافي و شرايط مناسب باشد بذر كاشته شده پس از 5 تا 6 و حداكثر 8 روز جوانه توليد مي نمايد از توليد جوانه تا ظهور اولين گل حدود 90 تا 105 روز و از گل دادن تا رسيدن كامل حدود 45 تا 50 روز طول مي كشد. زمان كاشت كنف در مازندران از حدود اواخر فروردين تا حدود اواخر ارديبهشت مطابق شرايط جوي تغيير مي كند. بهترين زمان كشت كنف در خوزستان ( دزفول) از اوايل اسفند تا اواسط ارديبهشت و در ايرانشهر از اواسط بهمن تا اواخر اسفند ماه است. در ورامين مناسب ترين زمان كاشت از حدود اوايل ارديبهشت تا اواخر خرداد ماه مي‌باشد.
مقدار بذر :
مقدار بذر براي هر هكتار تابع عواملي نظير درجه حرارت محيط در زمان كاشت،نوع زراعت(ديمي يا آبي)،هدف از توليد (تهيه بذر يا الياف) و همچنين روش كاشت (خطي يا كرتي دستپاش) تغيير مي كند.
در كاشت كنف به منظور تهيه الياف در زراعت هاي خطي كه با ماشين كاشته مي‌شود مقدار بذر مورد نياز حدود 20 تا 25 كيلوگرم در هكتار است و فاصله خطوط كاشت 15 تا20 و گاهي 25 سانتي متر و بين بوته ها 5 سانتي متر مي باشد هرگاه منظور از كاشت كنف توليد بذر باشد مقدار بذر مصرفي 10 تا 15 كيلوگرم و فاصله خطوط را بايد بين 40 تا 60 سانتي متر و فاصله بوته ها را بين 5 تا 7سانتي متر انتخاب كرد. در زراعت‌هاي دستپاش مقدار بذر مورد نياز بيشتر از زراعتهاي خطي و حدود 35 تا 40 كيلوگرم در هكتار است.
در زراعتهاي خطي كه كاشت بوسيله بذر پاش انجام ميشود معمولاً بذر را در وسط و يا كناره هاي خطوط كاشت ميكارند. عمق كاشت بذر كنف در شرايط مختلف بين 1 تا 3 سانتي متر تغيير كرده و مناسب ترين آن حدود 2 تا 3 سانتي متر است.
هنگام كاشت براي پيشگيري و از بين بردن پاره اي از بيماريهاي بذر زاد بهتر است قبل از كاشت بذر را با سموم سيستميك و يا سمومي بر مبناي P.C.N.B ضدعفوني نمود.
داشت
داشت،آبياري تنك كردن،وجين و مبارزه با آفات و بيماريها از ضروريات

داغشت مي باشد.
آبياري :
مقدار آب مورد نياز كنف از زمان كاشت تا رسيدن كامل بستگي به تراكم بوته ها،جنس خاك ، درجه حرارت و رطوبت نسبي محيط و مقدار ريزش باران دارد در مناطقي كه حدود 500 تا 750 ميلي متر بارندگي سالیانه داشته باشد مي توان زراعت ديم كنف را انجام دهد در غير اين‌صورت آبياري الزامي است. در جنوب ايران به علت شور بودن زمينها بهتر است از كاشت كنف به صورت كرتي اجتناب كرده و اين گياه را به صورت خطي كشت كرد.
تنك كردن و وجين : پس از آنكه رشد اوليه كنف كامل شد و ارتفاع بوته ها حدود 10 تا 12 سانتي متر گرديد. بايستي بوته هاي اضافي را تنك و از بين خارج نمود عمل تنك كردن يا معمولاً با دست انجام ميشود پس از پايان آن بايد فاصله بوته ها در روي خطوط بين 5 تا 7 سانتي متر و فواصل خطوط در مورد كنف ليفي 20 تا 30 و در مورد كنف بذري 40 تا 60 سانتي متر باشد.براي جلوگيري از رشد علفهاي هرز لازم است در 2 تا 3 و حداكثر 4 مرتبه مزرعه را وجين كرد. مناسب ترين وسيله مبارزه استفاده از كولتيواتور است.
آفات و بيماريها :
مهمترين آفات كنف عبارتند از : آفات كرم خاردار ، كارادرينا ، تريپس ، آگروتيس و شته . كه سم مورد مصرف براي تريپس ، شته متاسيستوكس 5/1 در هزار ميباشد و براي كرم خاردار وكارادرينا و آگروتيس مي توان از سم سوين به نسبت 2 كيلو در هكتار استفاده كرد. از ديگر آفات سر پولك (Padagrica mentriesi) ميباشد كه با سم تيودان مي توان با آن مبارزه نمود. آفت ديگر كرم ريشه يا لارو پروانه (Agrotis segetum) كه براي مبارزه با آن بايد با علف هاي هرز مبارزه و با ليندين 25 درصد طعمه پاشي نمود.
آفت ديگر كرم ساقه كنف( pyrausta nubilalis )مي باشد كه با قطع و سوزاندن علفهاي هرز اطراف مزرعه در ماههاي تير و مرداد مي توان با آن مبارزه نمود.
از بيماريهاي مهم كنف عبار تند از :
(1) بيماري پوسيدگي طوقه و ريشه كنف (Fusarium bucharicum) كه عامل آن قارچ مي باشد كه براي مبارزه و پيشگيري آن كارهاي زير ضروري است:
(1) تهيه ارقام مقاوم، (2) رعايت اصول آيش و تناوب. (3) خود داري از كشت در زمين هاي باتلاقي و يازمين هائي كه داراي املاح كلسيم زياد مي باشند. (4) مبارزه شيميائي كه تا حدودي مشكل مي باشد.

2- بيماري لكه ارغواني برگ كنف
3- بيماري لكه دودي كنف
4- بيماري پوسيدگي خاكستري كنف مي باشد.

برداشت

زمان برداشت كنف در گيلان و مازندران از حدود اوايل مهر تا اواخر مهر و در خوزستان و فارس از اوايل تا اواخر آبان ماه و در ورامين اواسط آبان تا اواسط آذر مي باشد.

برداشت كنف زماني بايد انجام شود كه ساقه كاملاً خشك نشده باشند در غير اينصورت به علت چسبيدن الياف به جدار ساقه جدا كردن آنها مشكل و از كيفيت آنها كاسته مي شود. جهت مصرف در كارخانجات كاغذسازي موقعي به برداشت كنف اقدام مي شود كه مقدار محصول خشك ساقه حداكثر و كپسول ها رسيده باشد. اگر كشت كنف براي تهيه بذر باشد مي توان در اواخر مرحله زندگي كنف بتدريج كه كپسولها مي رسند آنها را از ساقه جدا و در محل مناسبي انبار نمود و يا زمان رسيدن دانه ها كه حدود 2 ماه پس از ظهور اولين گل در گياه مي باشد ساقه ها را به وسيله ماشين يا اره موتوري و با داس قطع كرده و در دسته هاي 20 تا 25 كيلوگرمي دسته بندي و در مزرعه در معرض جريان هوا قرار داده تا خشك شوند پس از 2 تا 3 و حداكثر 7 روز آنها را با وسايل مختلف كوبيده و دانه ها را از ساير مواد جدا كرده و در داخل گوني هاي كنفي ريخته و انبار مي كنند. عدم وجود رطوبت و جريان داشتن مناسب هوا در انبار بايد رعايت شود.

اگر هدف از كاشت كنف تهيه الياف باشد معمولاً قبل از آنكه ساقه ها بطور كامل برسند و قبل از چسبيدن الياف به جدار ساقه برداشت بايد انجام گيرد. هنگام برداشت ساقه ها را از ريشه از زمين خارج مي كنند در صورتيكه ساقه ها را از نزديك سطح زمين كف بر نمايند.كيفيت الياف بهتر مي باشد و ريشه ها و گل و لاي اطراف ريشه داخل ساقه ها نمي شوند. پس از برداشت براي كاهش رطوبت ساقه و افزايش سرعت تبخير،ساقه ها را در دسته هاي كوچك به شكل خاصي در مزرعه به حالت ايستاده قرار مي دهند كه به آن چاتمه كردن مي گويند. پس از چند روز دسته هاي ساقه را درون حوضچه هائي كه در آن ها آب جريان دارد قرار مي‌دهند و درجه حرارت آب داخل حوضچه ها بايد حدود 30 تا 32 درجه سانتي گراد باشد. عمل تخمير پوست ساقه توسط ميكروارگانيسم هاي موجود در آب صورت مي گيرد.

مدت زمان تخمير بستگي به درجه حرارت آب داشته و در شرايط مساعد بين 10 تا 20 روز است و در صورت نامساعد بودن شرايط ممكن است تا دو ماه به تعويق بيفتند. پس از پايان عمل تخمير و جدا كردن الياف و

شستشو دادن و تميز كردن آنها الياف را آويزان كرده تا خشك شوند. حدود يك بيستم وزن ساقه ها را الياف خشك تشكيل مي دهد. رنگ معمولي ساقه كنف هيچگونه تاثيري در رنگ الياف نداشته و در صورتيكه تخمير و شستشوي آنها دقيق انجام شود الياف سفيد و شفاف حاصل خواهد شد.

دامنه انتشار

مناطق كاشت كنف در گيلان و مازندران : قائم شهر، بابل ، آمل ، محمود آباد ، بندپي ، سرخ رود ،نور ، لنگرود آستانه ، رشت – بندر انزلي

استان فارس : داراب ، كازرون. كرمان : بم، رفسنجان و جيرفت . تهران : ورامين. خوزستان : دزفول ايرانشهر ، بندرعباس ، ميناب ، مهران

مرجع: كتب طب سنتي

# ریواس

طریقه مصرف:
نحوه استفاده در متن آمده است.
توضیحات:
ریواس یا ریباس یا ریواج یك گیاه علفي است که در فصل بهارو اوایل تابستان میروید .به ساقه زیر زميني این گیاه راوند میگویند.
بهترین نوع ریواس آن است که از کشور چین مي آورند و رنگ آن قرمز است و میانه آن زرد رنگ است و به آن ریوند چیني میگویند.
ترکیبات غذایي:
ریواس غني از فیبر و ویتامین c بوده در آن آب-پروتئین-قند-کربو هیدرات-کلسیم-ویتامین هاي A و B سدیم و پتاسیم وجود دارد.
خواص دارویي:
طبیعت آن سرد است
مقوي ملین و کرم کش است
لوز المعده را وادار به ترشح انسولین کرده و قند خون را کم میکند
براي رفع جوش بدن مفید است
براي بي اشتهایي-درد معده و بیماري هاي کبدي نافع است
باعث تقویت معده و روده شده و تنظیم کننده ترشحات و حرکات معده است
سستي و خماري را بر طرف میکند و مسرت بخش است
براي امراض وبایي و اسهال مفید است
خون را تصفیه میکند
چکاندن آب تازه ریواس در چشم سبب تقویت بینایي واز بین رفتن لکه هاي سفید چشم میگردد
ترکیب ریواس با آبلیمو و مالیدن آن به صورت باعث از بین رفتن جوش و لك میشود
براي تقویت موي سر نافع است
اگر با حنا مخلوط شود رنگ مو را شرابي میکند
جوشانده برگ هاي ریواس باعث تمییزي ظروف آلومینیومي میشود
مرجع: کتب طب سنتي

## گوجه فرنگي

طريقه مصرف:
نحوه استفاده در مقاله ذكر شده است.
توضيحات:
به گزارش سرويس بهداشت و درمان خبرگزاري دانشجويان ايران(ايسنا) منطقه مركزي، گوجه فرنگي ملين بوده و سنگ كليه را دفع مي‌كند.
مردان مي‌توانند با خوردن مداوم گوجه فرنگي خود را در مقابل سرطان پروستات محافظت كنند.
همچنين گوجه فرنگي از ورم آپانديس جلوگيري مي‌كند. از جوشانده برگ گوجه فرنگي نيز مي‌توان براي دفع شته و حشرات استفاده كرد.
گوجه فرنگي براي مبتلايان به نقرس و رماتيسم مفيد و ورم مفاصل را برطرف مي‌كند. همچنين از تصلب شرايين جلوگيري كرده و حتي مصرف آن براي اين مرض مفيد است.
گوجه فرنگي، اوره خون را پايين مي آورد. براي تميز كردن خون بايد از گوجه فرنگي و كرفس به نسبت مساوي و به مقدار سه فنجان در روز قبل از غذا و به مدت سه هفته استفاده كرد.
براي تميزي لكه جوهر بر روي لباس، يك تكه پنبه را در داخل آب گوجه فرنگي قرار داده و لكه جوهر را با آن مالش دهيد و سپس آنرا بشوييد.
اگر پوست شما كك و مك دارد، هر روز آنرا با گوجه فرنگي تميز كنيد كم كم كك و مك‌ها را از بين مي برد.
گفتني است، در بعضي از اشخاص هضم گوجه فرنگي با اشكال صورت مي گيرد. كساني كه معده حساس دارند، نبايد در خوردن گوجه فرنگي افراط كنند.
همچنين بعضي از افراد نسبت به گوجه فرنگي حساسيت دارند. اين نوع از افراد نيز نبايد گوجه فرنگي بخورند.
مرجع: كتب طب سنتي

جعفري

طريقه مصرف:
نحوه استفاده در زير آورده شده است.
توضيحات:
جعفري ضد نفخ شكم است و شريان‌ها و رگ‌ها را تميز مي‌كند.
دم كرده ريشه جعفري براي درمان تنگي نفس و درمان سرخك مفيد است.
براي رفع لك‌ها و جوش‌هاي صورت، دم كرده جعفري را روي پوست صورت بماليد. براي روشن شدن رنگ پوست، مقداري جعفري را در نيم ليتر آب به مدت 5 دقيقه بجوشانيد و صبح و شب صورت خود را با آن بشوئيد. بعد از يك هفته پوست صورت شما روشن مي‌شود.
دم كرده جعفري ضد تب بوده و براي بواسير و سنگ كليه مفيد است.
خوردن چاي جعفري به هضم غذا كمك مي‌كند.
بعد از خوردن سير براي برطرف كردن بوي دهان مي‌توانيد از جعفري استفاده كنيد. جعفري نفس را نيز خوشبو مي‌كند.
شايان ذكر است، براي درمان خون مردگي و له شدگي مي‌توان از برگ و ساقه جعفري براي بهبود عضو آسيب ديده استفاده كرد.
مرجع: كتب طب سنتي

پوست آهو

طريقه مصرف:
تزييني
توضيحات:
بسيار زيبا
مرجع: كتب طب سنتي

گل زوفا با نام علمي Hyssopus officinalis

طريقه مصرف:
در ذيل خواهد آمد
توضيحات:
گل زوفا با نام علمي Hyssopus officinalis
زوفا از كلمه يوناني آزوب به معناي گياه مقدس گرفته شده است و يكي از مهمترين ??? گونه گياهي است كه براي معطر كردن نوشابه ها در قديم بكار مي بردند . زوفا يكي از مهمترين گياهان دارويي و ادويه اي به شمار مي رود . در اكثر فارماكوپه هاي معتبر از پيكر رويشي زوفاي به عنوان دارو ياد شده است .
از دم كرده پيكر رويشي اين گياه براي درمان بيماريهاي مربوط به دستگاه تنفس مانند سرفه ، سياه سرفه ، برونشيت و آسم استفاده مي شود . مواد موثرة اين گياه سبب افزايش فشار خون ، هضم غذا و همچنين كاهش تورم مي شود . زوفا اگر چه كمي تلخ مزه است ولي به عنوان طعم دهندة مواد غذايي و همچنين در تهيه تهية سس مورد استفاده قرار مي گيرد .
اسانس زوفا خاصيّت ضد قارچي و باكتريايي دارد . اين اسانس در صنايع كنسرو سازي ، نوشابه سازي و همچنين در صنايع آرايشي و بهداشتي كاربرد فراواني دارد .به علت نوش فراواني كه در گلهاي اين گياه به وجود مي آيد در رديف گياهان مولّد عسل قرار دارد . عسل حاصله از آن كيفيت بسيار مطلوبي برخوردار است .
زوفا در سطوح وسيعي در مركز و جنوب اروپا عمدتاً در روسيه ، بلغارستان ، مجارستان ، ايتاليا ، اسپانيا ، فرانسه و در كشمير هند كشت مي شود . بقراط آن را براي پلوپزي تجويز مي كرد . ديوسكوريدس آن را همراه با سداب براي آسم و آبريزش مفيد مي دانست .
مشخصات گياه شناسي
زوفا گياهي خشبي و چند ساله است . منشأ اين گياه آسياي صغير گزارش شده و از درياي خزر تا درياي سياه و همچنين در مناطق شني نواحي مديترانه مي روييد . Hyssopus Officinalis چهار زير گونه دارد .مهمترين آنها زير گونه Officinalis و زيرگونه Subsp. Canescens مي باشند .
اين دو زيرگونه در اكثر نقاط جهان به خصوص در اروپاي مركزي مي رويند . سطح برگها و ساقه هاي زير گونه Officnalis كاملاً صاف چهارگوش ، مستقيم ، ارتفاع آن متفاوت و بين ?? تا ?? سانتي متر است . پاي ساقه ( قسمت تحتاني ) چوبي و قهوه اي رنگ و از انشعابهاي فراواني برخوردار است ، ولي قسمت فوقاني آن نرم و سبز رنگ مي باشد .

برگهاي صاف ، فاقد دندانه ، باريك ، كشيده و كم و بيش نيزه اي شكل و رنگ آن سبز روشن است . برگها به طول ? تا ? سانتي متر و به عرض ?/? تا ? سانتي متر كه در طول ساقه به صورت متقابل ( به شكل صليب ) قرار مي گيرند. هر دو طرف پهنك پوشيده از حفره هاي محتوي اسانس است . برگهاي حاوي كوتيكول نسبتاً ضخيمي مي باشند كه از خصوصيات گياهان مناطق گرم و خشك است .
گلعا در نواحي فوقاني ساقه هايي به طول ?? تا ?? سانتي متر به صورت چرخه هايي مجتمع كه هر چرخه مركب از هفت تا نه گل مي باشد تشكيل مي شوند . گلها آبي ، صورتي يا سفيد رنگ هستند . رنگ گل در تركيبات تشكيل دهندة اسانس هيچ گونه تاثيري ندارد . ميوه ، فندقة چهار قسمتي و رنگ آن سياه يا قهوه اي تيره و قسمت مياني آن كمي برجسته بوده و ميوه كم و بيش به شكل مثلث است .
مقدار اسانس در پيكر رويشي زوفا متفاوت و بين ?/? تا ? درصد مي باشد . مهمترين تركيبات تشكيل دهندة اسانس را (( پينوكامفن )) ( ?? درصد ) تشكيل مي دهد ، از تركيبات مهم ديگر اسانس مي توان از (( آلفا وبتاپينن )) ، (( كامفن )) والكلهاي سزكويي ترپن نام برد .
پيكر رويشي اين گياه همچنين حاوي فلاونوئيد ، تانن ( ? تا ? درصد ) مواد تلخ ( ? تا ? درصد ) و مواد ديگري مانند (( ديوزمين )) (( هيسوپين )) و تركيبات موسيلاژي است اسانس تلخ ، تند خشك و اندكي گرم كننده است . رويش بذر زوفا در خاكهاي مرطوب و در درجه حرارت مناسب امكان پذير است . اگر بذرها در اوايل بهار كشت شوند پس از دو تا سه هفته سبز مي شوند .
چون بذرها سبك و كوچك هستند ، پس از رسيدن در فصل تابستان از گياه جدا و به اطراف پراكنده مي شوند . تعدادي از اين بذرها ممكن است در فصل پائيز و تعدادي در فصل بهار سال بعد رشد كنند از اين رو گياهان از رشد و نمو يكساني برخوردار نخواهند بود و برداشت آنها توسط ماشين با مشكل مواجه خواهد شد .
رشد اولية زوفا كند است . در سال اول رويش ، اولين گلها در اواخر خرداد و اوايل تير ماه ظاهر مي شوند گياهان از سال دوم از اوايل خرداد به گل مي روند . اگر پس از اولين برداشت ، شرايط اقليمي مناسب باشد گياهان ممكن است در اواخر تابستان ( شهريور ) مجدداً به گل بروند .ابتدا ميوه هاي قسمت تحتاني گياه مي رسند و به تدريج به طرف قسمتهاي فوقاني ساقه ادامه مي يابند . زوفا پنج تا هفت سال عمر مي كند .
jpg.????????????????
خواص درماني
عمدتاً به عنوان خلط آور در برونشيت ، سرفه هاي شديد و آسم مصرف

مي شود . اما ضد نفخ و قولنج هم هست و در گذشته با انجير براي رفع يبوست بكار مي رفت ، محرك تعريق در انفلونزا و سرما خوردگي است گل ها در تابستان جمع آوري مي شود .
از عصاره روغني به عنوان مرهم سينه مقدار ?? قطره در ?? ميلي ليتر روغن بادام يا آفتابگردان ريخته و در برونشيت و سرفه هاي شديد بكار مي برند با آويشن و اكاليپتوس به خوبي قابل تركيب است
Txmus vulgaris .?
Eucalyptus glo bulus .?
روغن زوفا را در موارد خستگي عصبي،ماليخوليا يا اندوه شديد ? تا ?? قطره به آب وان اضافه مي كنند
خلط آور ، ضد نفخ ، شكل دهنده عروق محيطي ، محرك موضعي ، ضد ويروس ايدز Hiv ، ضد اسپالسم
از دم كرده بخش هوايي زوفا در مراحل اوليه سرماخوردگي و آنفلوانزا محلول داغ بنوشيد ، براي ناراحتي هاي گوارشي و اختلال عصبي كار معده مفيد است .
تنتور زوفا همراه با ساير گياهان خلط آور مانند شيرين بيان ، زنجيل شاهي و آنتيون براي برونشيت و سرفه هاي مقاوم مصزف مي شود .
Glycyrrhiza.?
inula spp .?
Pimpinella anisum.?
شربت زوفا براي سرفه از قسمت هوايي يا گل هاي زوفا تهيه مي شود و براي سرفه هاي مقاوم و ضعف ريه با شيرين بيان يا گل ماهور مخلوط مي كنند .
Ver bascum thpsus.?
نيازهاي اكولوژيكي
مناطق خشك و گرم و نواحي جنوبي تپه ها ، مناطق مناسبي براي كشت زوفا مي باشند . اين گياه به خشكي مقاوم است ولي در آغاز رويش و همچنين پس از اولين برداشت به آب كافي نياز دارد . پس از اولين برداشت چنانچه شرايط اقليمي مناسب باشد به خصوص اگر آب كافي در اختيار گياه باشد ( در اواخر تابستان ) گياهان مجدداً به گل مي روند .
زوفا به خاك خاصّي نياز ندارد و تقزيباً در هر نوع خاك حتي خاكهاي شني و تهي از مواد و عناصر غذايي رشد مي كند .
براي كشت اين گياه مي توان از مناطق بياباني استفاده كرد . در سطوح وسيع كشت از خاكهايي با بافت متوسط كه حاوي تركيبات كلسيم هستند بايد استفاده كرد . ماسه هاي بسيار نرم ( ماسه هاي بادي ) و خاكهاي اشباع از آب براي كشت زوفا مناسب نيستند .

(( PH )) خاك براي زوفا بين ? تا ?/? مناسب است .
تناوب كاشت
زوفا پنج تا هفت سال عمر دارد . در اين مدت تمام نيازهاي گياه توسط زميني كه در آن كشت مي شود بايد برطرف گردد . از اين رو انتخاب زميني مناسب براي كاشت اين گياه ضرورت دارد .
علفهاي هرز در رشد ، نموّ و مقدار مواد مؤثّره زوفا تاثير منفي بر جاي مي گذارد . مبارزه با علفهاي هرز در طول رويش گياه ضروري است . زوفا را با گياهاني مانند غلات ، خردل و ذرّت مي توان به تناوب كشت كرد . كاشت اين گياه در زمينهايي كه به مقدار زيادي از علف كشهاي يا ماده مؤثرة تريازين استفاده شده است مناسب نيست .
تناوب كشت زوفا با گياهاني كه بذر آنها پس از رسيدن به اطراف ريزش مي كنند ( مانند رازيانه ، گشنيز ... ) و همچنين تناوب با گياهان ريشه اي ( مانند يونجه ، شبدر و ... ) مناسب نيست . زيرا اين گياهان در گسترش بيماريها مؤثرند .
زوفا را مي توان چهار تا پنج سال متوالي در يك قطعه زمين كشت كرد . پس از اين مدت بايد با گياهان مناسب به تناوب كشت شود.
موادّ و عناصر غذايي مورد نياز
زوفا را مي توان در هر نوع خاكي حتي خاكهاي تهي از مواد و عناصر غذايي كشت كرد . ولي براي كشت در مقياس وسيع و افزايش مواد مؤثره عناصر و مواد غذايي كافي در خاك ضرورت دارد . افزودن كودهاي حيواني به زمينهايي كه زوفا كشت مي شود مناسب نيست ، ولي كتربردهاي كودهاي شيميايي به مقادير مناسب ، در توليد مواد موثره تاثير فراواني دارد . قبل از كاشت و در فصل پائيز همراه با شخم توصيه مي شود ?? تا ?? كيلوگرم در هكتار اكسيد فسفر ، ?? تا ?? كيلوگرم در هكتار اكسيد پتاس به خاك اضافه شود . فصل بهار قبل از كشت ?? تا ?? كيلوگرم در هكتار ازت بايد به خاك اضافه شود .
با افزايش سن گياه نياز آن به ازت زياد مي شود . به طوري كه افزودن كودهاي ازت به خاك گياهان چند ساله سبب بهبود رشد و افزايش كميّت و كيفيّت مواد مؤثرة زوفا مي شود . مقدار ازت به شرايط اقليمي رويش گياهان بستگي دارد از اين رو هر سال در فصل بهار ?? تا ?? كيلو گرم در هر هكتار ازت بايد به صورت سرك در اختيار گياهان قرار گيرد . محلولهاي غذايي سبب تسريع در رشد ، افزايش عملكرد پيكر رويشي ، و افزايش مواد مؤثرة زوفا مي شوند.
آماده سازي خاك
پس از برداشت گياهاني كه با زوفا تناوب كشت شده اند بايد بقاياي آنها را جمع آوري كرد . فصل پائيز پس از افزودن كودهاي شيميايي بايد شخم

عميقي زده شود . در فصل بهار بستر خاك را بايد براي كشت گياه آماده كرد .
هنگام كاشت ، خاك بايد مرطوب و زمين فاقد هرگونه پستي و بلندي باشد . بدين جهت شخم در فصل بهار مناسب نيست زيرا از رطوبت خاك بشدت كاسته مي شود و رويش گياهان با مشكل مواجه مي سازد .
تاريخ و فواصل كاشت
اوايل بهار ( نيمه دوم اسفند ) زمان مناسبي براي كشت زوفاست . تأخير در كاشت مناسب نيست و سبب كاهش جوانه زني بذرها مي شود . فاصله بين رديفها به روش برداشت محصول و نوع ماشينهاي برداشت بستگي دارد و معمولاً بين ?? تا ?? سانتي متر مناسب است .
عمق بذر زوفا در موقع كاشت بايد يك تا دو سانتي متر باشد . كشت در اعماق بيشتر مناسب نيست ، زيرا نه تنها تمام بذرها سبز نمي شوند بلكه سبب عدم يكساني در جوانه زني آنها گشته و برداشت مكانيزه را با مشكل مواجه مي كند . تعداد بذر در هر متر طول رديف ??? تا ??? عدد و مقدار بذر براي هر هكتار زمين به كيفيت آن بستگي دارد و بين سه تا پنج كيلو گرم مناسب است . تراكم مطلوب ?? هزار بوته در هكتار است .
روش كاشت
از آن جايي كه بذرهاي زوفا قوة رويشي مناسبي دارند ، كشت مستقيم در زمين اصلي نتايج مطلوبي داشته و در اكثر كشورها براي كشت زوفا از اين روش استفاده مي شود . كشت زوفا به صورت رديفي و با استفاده از رديف كار انجام مي گيرد پس از كاشت ، زمين را بايد آبياري كرد .
چنانچه اين گياه در شيبها كشت مي شود ، جهت رديفها بايد برخلاف جهت شيب زمين باشد . در گذشته در برخي از كشورها تكثير زوفا به روشهاي غير مستقيم ( كشت در خزانه ) و يا حتي به روش رويشي انجام مي گرفته است . ولي در حال حاضر در اكثر كشورهايي كه اين گياه كشت مي شود براي تكثير ، از روش مستقيم استفاده مي شود .
مراقبت و نگهداري
مبارزه شيميايي با علفهاي هرز به تنهايي كافي نيست و وجين مكانيكي به همراه استفاده از علف كشها بسيار مناسب است . قبل از كاشت و يا پس از كاشت و قبل از رويش بذر مي توان از علف كش مركازين به مقدار سه تا چهار كيلوگرم در هكتار به صورت محلول پاشي استفاده كرد . اين علف كش پس از دو ماه اكثر علفهاي هرز زمين را از بين مي برد .
چنانچه فصل بهار هوا گرم و كم باران باشد كاربرد علف كش مركازين مناسب نيست و تاثير نامناسبي روي زوفا خواهد داشت . در اين صورت قبل از رويش گياهان مي توان از علف كش يك درصد گلون و يا گراماكسون به صورت محلول پاشي عليه علفهاي هرز استفاده نمود .

در سال اوّل رويش هنگامي كه ارتفاع گياهان به ?? تا ?? سانتي متر برسد ، مي توان از علف كش آفالون به مقدار ? تا ?/? كيلوگرم در هكتار يا مركازين به مقدار ?/? تا ? كيلوگرم در هكتار استفاده كرد .
براي مبارزه با علفهاي هرز گياهان چند ساله ( از سال دوم به بعد ) در اوايل بهار ، قبل از رويش مجدد گياهان مي توان از لف كش مركازين به مقدار پنج تا شش كيلوگرم در هكتار استفاده نمود .
سانتي متر مي رسد مي توان از علف كش آفالون به مقدار ?/? تا ?/? و يا مركازين به مقدار دو تا چهار كيلوگرم در هكتار به صورت محلول پاشي استفاده كرد .
كاربرد علف كش سيس ?? به مقدار ?? كيلوگرم در هكتار يا كاراگارد به مقدار پنج تا هفت كيلوگرم در هكتار عليه علفهاي هرز چند ساله كه داراي ريزوم ، پياز يا غده هستند نتايج مطلوبي به دنبال دارد . پس از استفاده از اين علف كش ممكن است رشد و نمو زوفا كمي كند شود . ولي گياهان پس از مدتي به رشد مطلوب و عادي خود ادامه مي دهند . در زمينهايي كه زوفا كشت مي شود ممكن است .
گياهاني مقاوم به علف كشها وجود داشته باشند . اين گياهان نه تنها رشد زوفا را دچار مشكل مي سازند بلكه بر كيفيّت اسانس زوفا تاثير منفي مي گذارد . از اين رو لازم است خاك فواصل بين رديفها و حتي المقدور گياهان را برگردان كرد ، تا علاوه بر وجين علفهاي هرز مقاوم ، تهويه خاك نيز انجام گيرد . اين عمل سبب تسريع در رشد و نمو زوفا مي شود .
اخيراً براي مبارزه با علفهاي هرزي كه به علف كشها مقاوم شده اند پس از اولين برداشت از محلول رگلون يك درصد استفاده مي شود ( از اين علف كش براي علفهاي هرز زوفاهاي چند ساله استفاده مي شود ) .
چنانچه استفاده از مركازين در فصل بهار امكان پذير نباشد اوايل اُرديبهشت ماه مي توان از داكتال به مقدار ?? كيلوگرم در هكتار استفاده كرد.زمان مناسب راي وجين مكانيكي علفهاي هرز ايام گلدهي است.سوزاندن علفهاي هرز نيز در بعضي مواقع نتايج مطلوبي به همراه دارد سفيدك پودري يكي از بيماريهاي قارچي است كه خسارت سنگيني را به محصول وارد مي كند . از نشانه هاي اين بيماري سفيد شدن سطح برگهاست كه در نهايت منجر به مرگ گياه مي شود .
برخي آفتها ( مانند تريپس ) ممكن است صدمه هاي سنگيني به گياه وارد آورند . اين آفتها سبب چروكيده شدن برگها و كاهش محصول مي شوند .
براي مبارزه با آنها قبل از گلدهي از آفت كشهايي كه موادّ مؤثرة آنها را ديكلرفوس ( ?/? درصد ) ، دي متوات ( ?/? درصد ) و يا مونفوس ( ?/? – ? درصد ) تشكيل مي دهند مي توان استفاده نمود .
برداشت محصول

اگر هدف از كاشت زوفا استفاده از پيكر رويشي آن براي ادويه باشد ، اوايل گلدهي بايد برداشت شوند . اگر به منظور استخراج اسانس كشت شده باشند ، گياهان را در مرحلة گلدهي كامل ( اوايل تابستان ) بايد برداشت كرد .
برداشت اندامهاي مورد نظر گياه بايد از ناحيه فوقاني ساقه هاي چوبي صورت گيرد . چنانچه ساقه هاي چوبي با ساير قسمتهاي مورد نظر مخلوط شوند نقش موثري در كاهش كيفيت اسانس زوفا دارد . اگر هنگام برداشت ، هوا خشك باشد و آفتاب شديد نتابد ، پيكر رويشي برداشت شده را مي توان براي مدتي روي زمين قرار داد و پس از كاهش رطوبت ، آنها را به خشك كن منتقل كرد . دماي مناسب براي خشك كردن پيكر رويشي با استفاده از خشك كنهاي الكتريكي ?? تا ?? درجه سانتيگراد است . اندامهاي خشك شده را بايد بسته بندي و در مكان مناسب انبار كرد .
عملكرد پيكر رويشي در سال اول دو تا سه تن در هكتار و در سال دوم شش تا ده تن در هكتار ( وزن تازه گياه ) كه از آن به ترتيب ?/? تا ?/? و ?/? تا ? تن پيكر رويشي خشك حاصل مي شود . از هر هكتار زوفاي كشت شده ? تا ?? كيلوگرم اسانس استحصال مي شود .
جمع آوري بذر
در اواخر تابستان ( اوايل شهريور ) هنگامي كه بيش از ?? تا ?? درصد بذرها رسيدند زمان مناسبي براي جمع آوري بذر زوفاست . خشك كردن بذرها با استفاده از خشك كنهاي الكتريكي بايد با دقت انجام گيرد .
زيرا غفلت ( درجة حرارت زياد يا باقي ماندن بذرها براي مدت زيادي در خشك كن ) به شدت سبب كاهش قوّة رويشي بذرها مي شود . از اين رو توصيه مي شود يذرها به همراه پيكر رويشي خشك شوند سپس بذرها را بوجاري ، تميز و بسته بندي كرده و در جاي خشك و خنك نگهداري شوند (? ).
عملكرد بذر متفاوت است و به شرايط اقليمي محل رويش گياه بستگي داشته و بين ?/? تا ?/? تن در هكتار مي باشد.
مرجع: كتب طب سنتي

# اكليل الجبل

طريقه مصرف:
استعمال خارجي، جوشانده خوراكي
توضيحات:
اكليل الجبل مقوي ، محرك ، قاعده آور و مقوي جهاز هاضمه و براي درمان ضعف اعصاب ، ميگرن ( درد نيمه سر ) استسقاء يرقان ، ورم كليتين و تپش قلب مفيد است . استعمال خارجي تنطور آن براي رفع شوره سر نافع است . ماساژ سر با جوشانده آن نيز براي اين منظور مفيد است . جوشانده آن معده را پاك مي كند و اشتها آور است . از شدت بيماري استسقاء مي كاهد و مقوي براي معده و كم خوني زنان است ، بطور كلي اكليل الجبل داروي قوي معرق و قابض است و جوشانده اش اعصاب را تقويت و سر درد را برطرف مي كند .
مرجع: كتب طب سنتي

انتخاب روغن زيتون خالص و استفاده از آن در رژيم غذاييروزانه موجب مي شود كه ريسك ابتلا به بيماريهاي قلبي - عروقي و ديـابت تـا حـد بسيـار زيـادي كـاهش پـيـدا كـند.
ميزان متعادلي روغن زيتون نيز مي تواند از برجسته شدنشـكم جلوگيري نمايد. البته ميبايست دقت داشته باشيـد كه همـيشه بـايـد از روغـن زيـتون در كـنار يـك رژيم غذايي گياهي بهره بگيريد.
جايگاه روغن زيتون در رژيم غذايي مديترانه اي
در دهه 70 ميلادي محققان به اين نتيجه دست پيدا كردند كه ساكنان يونان در رژيم غذايي خود از مقدار بسيار زيادي نمك و چربي استفاده مي كنند، و در عين حال از گياهان نيز به وفور استفاده مي نمايند. در اين ميان ژاپني ها نيز جزء افرادي بودند كه در رژيم غذايي خود از نمك استفاده مي كردند، اما در مصرف چربي و گياهان مانند يوناني ها فعال نبودند. متوسط طول عمر اين افراد در مقايسه با يوناني ها خيلي پايين تر بود.
طول عمر يوناني ها به اين دليل بالاتر بود كه در آنها ميزان سكته، سرطان هاي شكمي، بيماري هاي قلبي، و ساير سرطان ها بسيار پايين بود. پژوهش ها گوياي اين مطلب بودند كه مردماني كه در اطراف مديترانه زندگي مي كردند، با اينكه از چربي هاي تك اشباعي مانند روغن زيتون به شدت استفاده مي كردند، اما باز هم عمر طولاني تري نسبت به ساير افراد داشتند. اين امر باعث شد كه دانشمندان يك سري تحقيات منظم را در مورد آداب غذايي اين دست از افراد تهيه و تنظيم نمايند كه با نام "رژيم مديترانه اي" شهرت پيدا كرد. در اين نوع رژيم غذايي "روغن زيتون" جزء يكي از مهمترين تركيبات تشكيل دهنده رژيم غذايي مي باشد.
تحقيقات متعدد خواص روغن زيتون را تثبيت كرده اند
پژوهش هاي اخير نشان مي دهند كه روغن زيتون اين قابليت را دارد كه كلسترول خون را تا حد بسيار زيادي كاهش دهد. اين امر سبب مي شود كه ريسك ابتلا به بيماري انسداد شرائين كاهش بسيار زيادي پيدا كند.
در يك تحقيق كه رژيم مديترانه اي را مورد تحقيق و بررسي قرار داده بود، محققان به اين نتيجه دست پيدا كردند كه ريسك ابتلا به بيماري هاي قلبي در افراد مورد مطالعه، تنها پس از 1 تا دو سال استفاده از اين رژيم غذايي به نصف كاهش پيدا كرد. اين افراد به طور مرتب از روغن زيتون استفاده مي كردند و ميزان مصرف ميوه و سبزيجات را نيز در رژيم غذايي روزانه خود افزايش داده بودند.
برخي از پژوهشگران معتقدند كه روغن زيتون مي تواند بر روي نحوه

توزيع چربي در بدن نيز مؤثر باشد؛ به اين ترتيب كه مقدار چربي ذخيره شده در اطراف شكم را كنترل كرده و آنرا در تمام نقاط بدن پخش مي كند.

چربي هاي رژيمي

به طور كلي مي توان چربي ها را به سه دسته تقسيم كرد: چربي هاي اشباع شده، چربي هاي اشباع نشده ي تكي و گروهي. (اين عبارات به نوع پيوند هاي شيميايي موجود بين اتم هاي چربي ها نسبت داده مي شود)

هر يك از اين چربي ها حاوي اسيدهاي چرب مي باشد كه از رشته اي از كربن و هيدروژن ساخته شده اند و فقط نحوه تركيب آنها با يكديگر در هر نوع چربي متفاوت است. در اين ميان چربي هاي اشباع نشده مي توانند به كاهش ميزان كلسترول بدن كمك كنند.

روغن زيتون حاوي چربي هاي اشباع نشده است. چربي هاي اشباع نشده در آووكادو، روغن كانولا (كه از كلم قمري بدست مي آيد) و بادام زميني نيز وجود دارند.

انواع مختلف روغن زيتون

عموماً روغن زيتون از فشردن زيتون بدست مي آيد. با توجه به مراحل مختلفي كه براي بدست آوردن اين ماده طي مي شود، روغن هاي مختلفي بدست مي آيد. در اين ميان مي توان به موارد زير اشاره كرد:

• فوق خالص – بهترين نوع روغن زيتون است و از فشردن زيتون براي اولين بار بدست مي آيد.

• خالص – از دومين فشردن بدست مي آيد.

• تصفيه شده – چندين مرحله صنعتي را پشت سر مي گذارد، مانند تصفيه و پالايش.

• رقيق – مراحل شيميايي بسيار زيادي را طي مي كند و فقط يك طعم بسيار ملايمي از زيتون را مي دهد.

كلسترول و تصلب شرائين

ليپو پروتئين هاي كم چگال (LDL) به عنوان كلسترول "بد" شناخته مي شوند. دليلش هم اين است كه به راحتي به ديواره هاي رگ هاي خوني مي چسبند و سبب انسداد شرائين مي شوند. اين امر به نوبه خود باعث افزايش ريسك ابتلا به بيماري قلبي – عروقي و سكته نيز مي شود.

تحقيقاتي كه بر روي كلسترول LDL انجام شده اند، اثبات كرده اند كه عمل اكسيداسيون نيز به نوبه خود يكي از عوامل كليدي در ايجاد تصلب شرائين است. به نظر مي رسد كه چربي هاي اشباع نشده قابليت اكسيداسيون كلسترول هاي LDL را تا حد بسيار زيادي كاهش مي دهند؛ اين امر به راحتي مي تواند خصوصيت ويژه روغن زيتون را تشريح كند. علاوه بر همه ي اين مزايا بايد گفت كه روغن زيتون فوق خالص حاوي

حدود 40 فيتو كميكال ضد اكسنده نيز مي باشد. همانطور كه قبلاً نيز به آن اشاره كرديم، آنتي اكسيدان ها مي توانند ميزان كلسترول LDL را كاهش داده و از اكسيد شدن آن جلوگيري بعمل آورند. در حقيقت نقش اين فيتوكميكال ها در حفظ سلامت افراد از اهميت بسيار بالايي برخوردار مي باشد.

چربي خون

زماني كه يك غذاي پرچرب خورده مي شود، 6 تا 12 ساعت طول مي كشد كه كبد آنها را به تركيباتي نظير LDL و يا HDL (ليپوپروتئين هاي پر چگال) تبديل كند و تركيبات آنرا از خون پاك كند.

تحقيقات نشان مي دهند كه اين 6 تا 12 ساعت در تضمين سلامت افراد از اهميت بسيار بالايي برخورار است. چربي هاي اشباع نشده، مانند روغن زيتون خيلي سريع تر و آسان تر از خون پاك مي شوند. اين امر سبب مي شود كه احتمال گرفتگي رگ ها افزايش پيدا كند. چربي هاي اشباع نشده همچنين باعث مي شوند كه خون پس از مصرف يك غذاي چرب حالت چسبنده پيدا نكند و از ايجاد لخته هاي خطرناك نيز جلوگيري مي نمايند.

مزاياي كاهش وزن

در يك تحقيق دو رژيم غذايي مختلف مورد بررسي قرار گرفتند. گروه اول از رژيم مديترانه اي استفاده كردند و گروه دوم از رژيمي كه مصرف چربي در آن پايين بود و كربوهيدارت بالا. نتايج حاكي از اين امر بود كه افراد گروه اول، كيلو كيلو وزن، هم از قسمت بالايي و هم از قسمت پاييني بدن خود را دست دادند.

افرادي كه چربي هاي اضافه اغلب دور شكم و كمر آنها را ذخيره مي شود (شكل سيب) در مقايسه با افرديكه چربي هاي بيشتري دور باسن و ران هاي خود دارند ( گلابي شكل)، ريسك بيشتري در ابتلا به بيماري هاي قلبي دارند.

ساير مزايا

به نظر مي رسد كه روغن زيتون شامل يك سري فوايد ديگر هم مي باشد كه از ميان آنها مي توان به اين موارد اشاره كوتاهي داشت: كاهش ريسك ابتلا به برخي از سرطان ها مانند سرطان سينه، كاهش خطر ابتلا به ديابت، و نهايتاً به تعويق انداختن رشد ديابت در افراديكه در حال حاضر دچار اين بيماري مي باشند.

از چه كسي راهنمايي بگيريد:

- پزشك متخصص
- متخصص تغذيه

نكاتي كه بايد به خاطر داشته باشيد

- استفاده از روغن زيتون به عنوان منبع اصلي چربي در رژيم غذايي و در

كنار آن استفاده از مقادير زيادي ميوه و سبزي مي تواند تا حد بسيار زيادي از ابتلا به بمياري هاي قلبي و ديابت پيشگيري كند.
• استفاده از روغن زيتون در كنار يك رژيم غذايي سالم مي تواند از ميزان چربي هاي اضافي بدن به ويژه در اطراف شكم كم كند.
روغن زيتون هاي خالص از مزايا و فوايد بيشتري نسبت به انواع مختلف روغن زيتون برخوردار مي باشد.

# اسفناج

نویسنده:آرمند
سبزيجات برگ داري مثل اسفناج با بافت لطيف و رنگ سبزيشـمي بيشتر از هـر ماده غذايي ديگر، مواد مغذي در خوددارد. گـرچه اسفنـاج در همـه فـصول ســال موجود است امابهترين فصل آن پاييز مي باشد.
فواید اسفناج بر سلامتي
هـمه ما در تلويزيون ديده ايم كه چطور ملوان زبل با خوردناسـفناج خـود را به قــوي ترين مرد جهان تبديل مي كرد اما
جـالب است بدانيد كه علاوه بر اين، او خود را در برابر پوكياستخوان، بيماري هاي قلبي، سرطان روده بزرگ، ورم مفاصل، و ساير مشكلات و بيماري ها هم بيمه مي كرده است.
فلاونوييد، ماده مغذي گياهي براي سلامتي
محققان حداقل 13 تركيب مختلف فلاونوييد را در اسفناچ پيدا كرده اند كه بعنوان آنتي اكسيدان و عامل ضد سرطان عمل مي كند. فواید و خواص ضد سرطاني اين فلاونوييدهاي اسفناج آنقدر قابل توجه بوده است كه محققان را بر آن داشت تا عصاره هايي از اسفناج درست كنند تا بتوانند از آن در تحقيقات استفاده كنند. تحقيقات نشان داده است كه اين عصاره هاي اسفناج، تقسيم سلولي سلول هاي سرطاني را در شكم كندتر مي كند و در تحقيقي كه روي حيوانات آزمايشگاهي انجام گرفت مشخص شد كه اين عصاره ها، سرطان پوست را نيز كاهش مي دهند. در تحقيقي كه روي خانم هاي بزرگسال مقيم انگلستان در اواخر دهه هشتاد انجام گرفت نيز نشان مي دهد كه مصرف اسفناج از بروز سرطان سينه نيز جلوگيري مي كند.
كاروتينوييدهاي اسفناج با سرطان پروستات مقابله مي كند
براساس تحقيقي كه در مجله تغذيه به چاپ رسيد، مشخص شد كه كاروتينوئيد موجود در اسفناج و ساير سبزيجات برگ دار، به دو طريق با سرطان پروستات مقابله مي كند. اين كاروتينوييد كه نئوكسانتين نام دارد، نه تنها سلول هاي سرطاني پروستات را به خود تخريبي وا مي دارد بلكه در روده به تركيبات اضافي به نام نئوكروم تبديل مي شود كه سلول هاي سرطاني پروستات را به حالت سكون در مي آورد و از تكثير شدن آنها جلوگيري مي كند.
فلاونوئيدهاي اسفناج با سرطان تخمدان مقابله مي كند
تحقيق روي مصرف فلاونوئيد گروهي از خانم هايي كه بين سالهاي 1984 تا 2002 در مركز تحقيقاتي نرسس نگهداري مي شدند، نشان داد كه خانم

هايي كه رژيم غذاييشان بيشترين ميزان kaempferol را در خود داشته است، درمقايسه با خانم هايي كه كمتر از اين ماده در برنامه غذايي خود استفاده مي كردند، تا 40% كمتر در خطر ابتلا به سرطان تخمدان قرار داشتند. علاوه بر اسفناج، موادغذايي سرشار از kaempferol شامل چاي (غيرگياهي)، پياز، كلم پيچ، تره فرنگي، كلم بروكلي، و زغال اخته مي باشد.
همچنين 34% كاهش ابتلا به سرطان تخمدان در خانم هايي كه بيشترين ميزان فلاون لوتئولين (موجود در مركبات) را در برنامه غذايي خود داشته اند، مشاهده شده است.
كمك به تقويت استخوان ها
ويتامين K موجود در اسفناج—تقريباً 200% از ارزش روزانه در يك فنجان اسفناج تازه و بيش از 1000% از ارزش غذايي روزانه در يك فنجان اسفناج بخارپزشده—در سلامت استخوانها اهميت بسياري دارد. ويتامين K1، اوستئوكالسين را فعال مي سازد كه اصلي ترين پروتئين غير كلاژني در استخوانهاست. اوستئوكاسين، مولكول هاي كلسيم را در داخل استخونها محكم ميكند. از اينرو، بدون ويتامين K1 كافي، سطح اوستئوكالسين در بدن به مقدار لازم نخواهد بود و تامين موادمعدني مورد نياز بدن ناقص مي شود. اسفناج همچنين منبع بسيار خوبي از ساير موادمغذي استخوان ساز ازجمله كلسيم و منيزيم مي باشد.
اسفناج و محافظت قلبي-عروقي
براي تصلب شريان و بيماري هاي قلبي ديابتي، موادغذايي معدودي درمقايسه با اسفناج مفيد و كمك كننده هستند. اسفناج منبعي عالي از ويتامين C و ويتامين A مي باشد كه دومي از بتا كاروتين موجود در آن سرچشمه مي گيرد. اين دو ماده غذايي آنتي اكسيدان هايي بسيار مهم هستند كه ميزان راديكال هاي آزاد موجود در بدن را كاهش ميدهند. ويتامين C به شكل آنتي اكسيداني محلول در آب و بتا كاروتين آنتي اكسيداني محلول در چربي عمل مي كند. اين گروه آنتي اكسيدان هاي محلول در آب به جلوگيري از اكسيده شدن كلسترول كمك مي كند. كلسترول اكسيده شده مي تواند به ديواره هاي رگ هاي خوني چسبيده و در آنجا جمع شود كه منجر به انسداد عروق، حمله قلبي و سكته مي شود. مصرف كافي از ويتامين C و بتا كاروتين از بروز چنين مشكلاتي جلوگيري كرده و يك فنجان اسفناج پخته، 294.8% از مقدار مورد نياز روزانه از ويتامين A و 29.4% از نياز روزانه از ويتامين C را تامين مي كند.
اسفناج منبع بسيار خوبي از فولات نيز مي باشد. فولات براي كمك به تبديل مواد شيميايي خطرناك كه هوموكيستين ناميده مي شوند و درصورت بالا رفتن مقدار آن در بدن مي تواند منجر به حمله قلبي يا سكته شود، به

ساير مولكول هاي خوش خيم براي بدن لازم است. علاوه بر اين، اسفناج منبع بسيار عالي از منيزيم است، ماده معدني كه مي تواند به پايين آوردن فشار خون و محافظت در برابر بيماري هاي قلبي كمك كند. يك فنجان اسفناج پخته حاوي 65.6 % از نياز روزانه فولات و 39.1% از نياز روزانه منيزيم را تامين مي كند.
علاوه بر ذخيره بسيار خوب از ويتامين ها و موادمعدني محافظت كننده قلب، در تحقيقي كه در مجله كشاورزي و شيمي موادغذايي منتشر شد، مشخص گرديد كه اسفناج حاوي چهار پپتيد (تركيبات پروتئينه) مي باشد كه آنزيم آنژيوتنسين را خنثي مي سازد—همان آنزيمي كه با داروهاي ACE براي پايين آوردن فشار خون، خنثي مي شود. وقتي به حيوانات آزمايشگاهي كه فشارخون داشتند، اسفناج داده شد، بين 2 تا 4 ساعت روي فشارخون تاثير گذاشته و آن را كاهش داد. اما چه مقدار اسفناج بايد به اين حيوانات داده مي شد تا اثر كند؟ فقط 20 تا 30 ميليگرم از اين پپتيدهاي قوي اسفناج به ازاي هر كيلوگرم از وزن آنها كافي بود. در انسانها يك وعده سالاد اسفناج متوسط براي ناهار يا يك وعده اسفناج پخته براي شام بين 2 تا 4 ساعت روي فشار خون تاثير مي گذارد.
اسفناج سلامت معده و روده را تقويت مي كند
ويتامين C و بتا كاروتين موجود در اسفناج سلول هاي روده را از تخريب توسط راديكال هاي آزاد محافظت مي كند. و فولات موجود در اسفناج به جلوگيري از تخريب DNA و ايجاد تغيير در سلول هاي روده، حتي وقتي درمعرض موادشيميايي سرطان زا نيز قرار بگيرند، كمك مي كند. تحقيقات و مطالعات نشان مي دهد كه افراديكه از غذاهاي سرشار از ويتامين C، بتا كاروتين، يا فولات استفاده مي كنند، كمتر در خطر ابتلا به سرطان روده مي باشند.
موادمغذي ضد التهاب
موادمغذي موجود در اسفناج همچنين مي تواند به مشكلاتي كه التهاب در آن نقش دارد نيز كمك كند. براي مثال، آسم، ورم و التهاب مفاصل استخوانها، و روماتيسم همه بيماري هايي التهابي هستند. از آنجا كه بتا كاروتين و ويتامين C خواص ضد التهابي دارند، مي توانند براي كاهش علائم اين مشكلات در برخي بيماران مثمر ثمر باشند. علاوه بر اين، منيزيم و ريبوفلاوين موجود در اسفناج دو ماده مغذي هستند كه ميتوانند به كاهش تعدد حملات ميگرن در بيماران ميگرني كمك كند.
اسفناج و تقويت مغز
در تحقيقات انجام گرفته روي حيوانات، محققان دريافته اند كه اسفناج مي تواند به محافظت از مغر در برابر استرس هاي اكسايشي و كاهش تاثيرات زوال مغري ناشي از بالا رفتن سن، كمك كند. محققان دريافته اند

كه خوراندن اسفناج به حيوانات آزمايشگاهي پير باعث تقويت ظرفيت يادگيري و مهارت هاي حركتي آنها مي شود.
سبزيجات سرشار از ويتامين E از كند شدن عملكرد مغز جلوگيري مي كند عملكرد مغز به طور طبيعي با بالا رفتن سن زوال مي يابد، اما نتايج پروژه پيري و سلامتي شيكاگو نشان مي دهد كه خوردن فقط 3 وعده از سبزيجات برگدار در روز ميتواند زوال مغز را تا 40% كاهش دهد. درمقايسه با افراديكه كمتر از يك وعده در روز از اين سبزيجات استفاده مي كنند، افراديكه حداقل 2.8 وعده از آن را مصرف مي كنند تا 40% كاهش زوال عملكرد مغزي روبه رو بودند.
اين تحقيق كه توسط موسسه ملي پيري انجام گرفت، از اطلاعات رژيمي مربوط به 3،718 شركت كننده (62% زن، 60% افريقايي-امريكايي، سن متوسط 74) استفاده نموده است. عملكرد مغزي را با چهار تست استاندارد مختلف سنجيدند كه يكبار در ابتداي تحقيق و بار ديگر بعد از سه سال و شش سال از گشت تحقيق انجام گرفت.
پس از تنظيم نتايج براي متغيرهاي دخيل احتمالي مثل سن، جنسيت، نژاد، ميزان تحصيلات، و عوامل خطرزاي بيماري هاي قلبي-عروقي، محققان دريافتند كه مصرف متوسط 2.8 وعده از اين سبزيجات در روز، 40% كاهش زوال شناختي را به دنبال خواهد داشت. درميان سبزيجات مختلف، سبزيجات برگدار موثرتر شناخته شده و هيچ رابطه اي هم بين مصرف ميوه و زوال شناخت ديده نشد. اين ممكن است به اين دليل باشد كه سبزيجات، و نه ميوه ها، حاوي مقدار بسيار زيادي ويتامين E مي باشد كه به پايين آوردن خطر زوال شناخت كمك مي كند. همچنين سبزيجات، و نه ميوه ها، معمولاً با كمي چربي مصرف مي شوند، مثل روغن زيتون يا سس سالاد، كه توانايي بدن براي جذب ويتامين E را بالا مي برد.
اسفناج و تقويت قدرت بينايي
لوتئين، يك كاروتينوئيد محافظ در برابر بيماري هاي چشمي مثل لكه هاي چشمي و آب مرواريد كه در اثر بالا رفتن سن ايجاد مي شود، در سبزيجات برگدار به ويژه اسفناج و همچنين كلم پيچ و بروكلي يافت مي شود. اما زرده تخم مرغ، گرچه ميزان لوتئين موجود در آن كمتر از اسفناج است، منبع بسيار بهتري است چون بسيار بيشتر از اسفناج، ميزان لوتئين موجود در خون را بالا مي برد. گرچههنوز مكانيسم آن كشف نشده است اما احتمالاً اين مسئله به خاطر چربي هاي موجود در زرده تخم مرغ (كلسترول و كولين) مي باشد چون لوتئين نيز مانند ساير كاروتينوئيدها محلول در چربي است و در غياب چربي جذب نمي شود. براي بالا بردن جذب لوتئين از اسفناج، توصيه مي شود آنرا به همراه كمي روغن زيتون يا به كمي تخم مرغ استفاده كنيد تا چربي مورد نياز براي جذب لوتئين فراهم شود.

آهن براي انرژي
اسفناج پخته منبع بسيار خوبي از آهن است، ماده ي معدني كه به ويژه براي خانم ها در دوره قاعدگي كهبيشتر در معرض كمبود آهن قرار دارند، مفيد است. بالا بردن ذخيره آهن با مصرف اسفناج ايده بسيار خوبي است، به ويژه به خاطر اينكه درمقايسه با گوشت قرمز، كه يكي از مهمترين منابع آهن است، بسيار كم كالري تر و فاقد چربي است. آهن يكي از مهمترين تركيبات هموگلوبين است كه اكسيژن را از ريه ها به همه سلول هاي بدن مي رساند و همچنين بخشي از سيستم آنزيم ها براي توليد انرژي و متابوليسم مي باشد. خانم ها باردار يا شيرده حتماً بايد مقدار آهن بدنشان را بالا ببرندو كودكان در حال رشد و نوجوانان نيز نياز به آهن زيادي دارند. در يك فنجان اسفناج پخته، 35.7 % از مقدار مورد نياز روزانه از آهن وجود دارد.
از اينرو، درحاليكه ممكن است با خوردن اسفناج همان موقع قوي و نيرومند نشويد، اما سلامتي شما را ارتقا خواهد داد.
توصيف
كسي كه اسفناج را خيلي معروف كرد ملوان زبل بود اما چه بد كه او اين ماده را به شكل كنسرو مصرف مي كرد. اسفناج تازه لطافت بافت و رنگ يشمي آن را كه طي فرايندهاي كارخانه اي از بين مي رود، حفظ مي كند. اسفناج خام طعمي ملايم و كمي شيرين دارد و ميتوان از آن در سالاد استفاده كرد، اما وقتي پخته مي شود طعم آن كمي اسيدي تر و قوي تر مي شود.
به طور كلي سه نوع اسفناج وجود دارد: نوع پيچ پيچ آن كه برگ هايي حلقه حلقه، چين چين و پيچ پيچي دارد و بافت آن فنري و قابل ارتجاع است. يك نوع آن برگ هايي صاف و نرم پيك شكل دارد. و نوع ديگر آن كه ظاهري تقريباً مشابه به نوع پيچ پيچي دارد اما برگهايش به اندازه آن پيچ پيچي و تابدار نيست. اسفناج هاي كوچك كه به اصطلاح به آن بيبي اسفناج (baby spinach) مي گويند براي استفاده در سالاد بسيار عالي است چون طعم شيرين تري دارد.
تاريخچه
گفته مي شود كه مبداء اسفناج از ايران بوده است. در قرن هفتم وقتي پادشاه ناپل آنرا بعنوان هديه به چين فرستاد راه خود را به اين كشور باز كرد. تاريخچه اسفناج در اروپا نسبت به ساير سبزيجات كمتر است. اين گياه در قرن يازدهم به اروپا آورده شد.
اسفناج غذاي محبوب كاترين دو مديسي، يكي از شخصيت هاي تاريخي قرن شانزدهم، بود. وقتي وي براي ازدواج با پادشاه فرانسه خانه خود در فلورانس ايتاليا را ترك كرد، آشپرهايش را با خود به آنجا آورد تا اسفناج را

به همان صورت كه دوست داشت برايش بپزند.
اسفناج در آب و هواي معتدل به خوبي رشد مي كند. امروزه، امريكا و هلند جزء بزرگترين توليدكننده هاي اسفناج در جهان مي باشند.
نحوه انتخاب و خريد
اسفناجي را انتخاب كنيد كه برگ هايي سبز و پرطراوت داشته باشد و هيچ نشانه زردي در آن نباشد. برگ هاي آن بايد تر و تازه و لطيف باشند و به هيچ وجه پلاسيده و از بين رفته نباشد. اسفناج تازه را در كيسه هاي پلاستيكي بسته بندي كرده و در آنرا شل ببنديد و در يخچال نگه داريد كه حدوداً 5 روز همانطور تازه مي ماند. قبل از بسته بندي آن را نشوييد چون رطوبت ممكن است باعث خراب شدن آن شود. از ذخيره كردن اسفناچ پخته خودداري كنيد چون ممكن است خوب نماند.
نكاتي براي تهيه اسفناج
اسفناج بايد خيلي خوب شستشو شود چون برگ ها و ريشه آن خاك جمع مي كند. قبل از شستن، ريشه هاي آن را كوتاه كرده و برگ هاي آنرا جدا كنيد. اسفاج ها را در يك لگن بزرگ ريخته و روي آن آب نيم گرم و ولرم بريزيد . برگ ها را خوب در آن آب شستشو دهيد تا همه كثيفي ها و گل هاي آن از بين برود. برگ ها را از آب بيرون آورده و لگن را خالي كنيد و دوباره با آب تميز پر كنيد و همين كار را دوباره تكرار كنيد تا به كلي آلودگي هاي آن از بين برود و ديگر آب كثيف نشود. اگر مي خواهيد از اسفناج در سالاد استفاده كنيد مي توانيد آن ها را تكانده تا آب آنها خشك شود و بعد خردشان كنيد. اما اگر ميخواهيد آنها را بپزيد خيس بودن آنها اشكالي ايجاد نمي كند بلكه به پختن آن كمك ميكند. اسفناج از جمله سبزيجاتي كه توصيه مي شود سريع بجوشانيد (تقريباً 1 دقيقه)، به اين خاطر كه جوشاندن آن به كاهش مقدار اكساليك اسيد موجود در آن كمك كرده و مزه آنرا شيرينتر مي كند.
چند نكته كوتاه:
• دفعه ديگر كه لازانيا درست مي كنيد كمي هم از برگ هاي اسفناج روي آن بريزيد.
• كمي اسفناج بخارپزشده را با سير له شده، ليموي تازه و روغن زيتون بخوريد.
• سالاد اسفناج پيش غذايي بسيار خوبي است.
سلامت
واكنش هاي آلرژيك به اسفناج
گرچه آلرژي و حساسيت دربرابر هر نوع غذايي ايجاد مي شود، اما تحقيقات نشان ميدهد كه برخي غذاها بيشتر از بقيه مشكلات آلرژيك ايجاد مي كنند. اينطور به نظر مي رسد كه اسفناج يكي از اين موادغذايي است.

ساير موادغذايي كه واكنش آلرژيك بيشتري دارند عبارتند از: شير گاو، گندم، سويا، ميگو، پرتقال (مركبات)، تخم مرغ، مرغ، توت فرنگي، گوجه فرنگي، بادام زميني، گوشت خوك، ذرت، گوشت گاو. اين غذاها حتماً نبايد به تنهايي استفاده شوند تا در فرد حساسيت نشان دهند. مثلاً ماستي كه از شير گاو درست شده باشد هم مي تواند واكنش آلرژي زا ايجاد كند. بستني كه از شير گاو درست شده باشد هم نمونه خوبي است.
از جمله متداولترين علائم آلرژي هاي غذايي عبارتند از: اگزما، كهير، جوش هاي پوستي، سردرد، آبريزش بيني، خارش و سوزش چشم ها، خس خس كردن، اختلالات معده و روده، افسردگي، فزونكاري، و بيخوابي.
اسفناج و اكسالیت
اسفناج جزء معدود موادغذايي است كه مقدار قابل توجهي اكسالیت در خود دارد، ماده اي كه به طور طبيعي در گياهان، حيوانات، و انسانها يافت مي شود. وقتي مقدار اكسالیت در مايعات بدن بيش از اندازه شود، ممكن است متبلور شده و مشكلاتي براي سلامتي ايجاد كند. به اين دليل، افراديكه به مشكلات كليوي و كيسه صفرا مبتلا هستند، بهتر است از خوردن اسفناج اجتناب كنند. تحقيقات آزمايشگاهي نشان مي دهد كه اكسالیت مي تواند در جذب كلسيم توسط بدن نيز اخلال ايجاد كند. اما با اين وجود نتايج همه تحقيقات نشان مي دهد كه توانايي اكسالیت براي پايين آوردن جذب كلسيم بسيار پايين مي باشد. اگر دستگاه گوارشتان سالم است و مشكلي ندارد و موقع خوردن غذاها خوب آنها را مي جويد، از غذاهاي سرشار از كلسيمي كه حاوي اسيد اكساليك هم هستند مي توانيد به خوبي فايده ببريد.
اسفناج و عوامل گواترزا
اسفناج حاوي مواد گواترزا است—موادي كه به طور طبيعي در برخي موادغذايي وجود دارد و در عملكرد غده تيروئيد اختلال ايجاد مي كند. افرديكه مبتلا به مشكلات تيروئيدي هستند بهتر است تا حد امكان از مصرف اسفناج خودداري كنند. پختن اسفناج مي تواند به از بين بردن اين مواد و تركيبات كمك كند. البته هنوز مشخص نيست كه چه ميزان از اين مواد با پختن از بين مي رود و يا مصرف آن چقدر براي افراد تيروئيدي خطر دارد.
اسفناج و پورين (Purine)
اسفناج به طور طبيعي حاوي موادي است كه پورين ناميده مي شوند. پورين معمولاً در گياهان، حيوانات وانسانها يافت مي شود. در برخي افراد كه درمعرض مشكلات مربوط به پورين هستند، مصرف بيش از اندازه از اين مواد مي تواند مشكلاتي را براي سلامتي افراد ايجاد كند. از آنجا كه پورين مي تواند به اسيد اوره تجزيه شود، مصرف بيش از اندازه آن ممكن

است باعث بالا رفتن اسيد اوره در بدن شود. مشكلي كه نقرس ناميده مي شود و شكل گيري سنگ كليه از اسيد اوره دو نمونه از مشكلاتي است كه مي تواند در اثر مصرف زياد مودغذايي حاوي پورين ايجاد شود. از اينرو، افراديكه مشكلات كليوي يا نقرس دارند بهتر است مصرف موادغذايي حاوي پورين مثل اسفناج را محدود كنند.

تاجريزي

گياهي است تقريباً كركدار يك ساله، به ارتفاع تا 70سانتي متر با موهاي ساده و ساقه هاي افراشته يا خوابيده. برگ ها تخم مرغي لوزي شكل تا سرنيزه اي كامل با حاشيه اي دندانه اي سينوسي، گل آذين گرزن با 10-5 گل، گل ها پراكنده در طول محور، دمگل ها معمولاً بسيار كوتاه تر و در زمان ميوه دهي به صورت خميده. جام گل سفيدرنگ، ميوه سته اي به رنگ سياه كدر يا سبز به عرض 10-6 ميلي متر. اين گياه بر روي زمين هاي شخم خورده و يا زراعي مي روييد. قسمت هاي هوايي گياه مورد استفاده دارويي قرار مي گيرد. البته لازم به ذكر است كه اين گياه جزء گياهان سمي است و فقط مصرف موضعي آن مجاز است. موسم گلدهي گياه از خرداد تا شهريور ماه است و در اوايل پاييز ميوه هاي آن كاملاً رسيده مي شود لذا جمع آوري گياه در اواخر تابستان توصيه مي شود. اين گياه در غالب نواحي ايران مي روييد و از جمله مناطق رويش آن مي توان نواحي اطراف تهران، گرگان، مازندران، كلاردشت، گيلان، لاهيجان، اصفهان، آذربايجان، فارس، بلوچستان و خراسان را نام برد.
اين گياه داراي آلكالوئيدهاي استروئيدي مختلف است همچنين گياه حاوي فلاونوئيدروتين، تاتن، لينولئيك و پالميتيك اسيد است. فرآورده هاي استعمال خارجي گياهان جنس سولانوم در درمان اگزما مورد استفاده قرار مي گيرد. همچنين در ژاپن شاخه هاي جوان اين گياه به فرم موضعي در درمان بيماري هاي پوستي و سپوريازيس كاربرد دارد. با توجه به اينكه گياه سمي است مصرف خوراكي ندارد. فرآورده هاي موضعي آن سه مرتبه در روز در محل ابتلا استفاده مي شود. اندام هوايي خشك شده اين گياه حداقل داراي 0/1درصد آلكالوئيد سلاسودين است.

# باقلا

منبع:روزنامه قدس
باقلا گياهي است علفي و يك ساله كه ارتفاع آن تا 80 سانتيمتر مي رسد. برگهاي آن متناوب و مركب است كه داراي برگچه هايي به شكل تخم مرغ مي باشد. گلهاي باقلا درشت و سفيد كه داراي لكه هاي سياه و يا بنفش است. ميوه آن كه همان باقلا است داراي غلافي پوشيده از كرك بطول تقريبا 12 سانتيمتر است.در هر غلاف تعدادي دانه قرار دارد. گل و شاخه گلدار، ميوه و تخم باقلا مصارف طبي دارند.ضمناً باقلا داراي ماده اي به نام فيتين Phytine)) مي باشد كه بسيار مغذي است و تقويت كننده بدن است. اين ماده كلسيم بدن را تأمين مي كند باقلا غذاي خوبي براي دوران نقاهت است.
خواص داروئي:
باقلا از نظر طب قديم ايران سرد و تر است و گل آن گرم مي باشد.
1) دم كرده گل باقلا ضد تشنج و ادرار آور است.
2) دم كرده گل باقلا سنگ كليه را دفع مي كند و براي قولنجهاي كليوي مفيد است.
3) جوشانده باقلا براي ورم مثانه مفيد است.
4) جوشانده باقلا اثر خوبي در رفع رماتيسم دارد.
5) از جوشانده باقلا براي درمان نقرس استفاده كنيد.
7) باقلا را اگر با سركه و آب بپزيد و با پوست بخوريد اسهال مزمن را درمان مي كند.
8) براي رفع گرفتگي صدا باقلا را با روغن بادام و قند مخلوط كنيد و بخوريد.
9) ضماد باقلا با شنبليله و عسل براي نرم كردن دمل و ورم بناگوش و زير چشم مفيد است.
10) ضماد باقلا جوش و كورك را مي رساند و چرك را خارج مي كند.
11) براي درمان تكرر ادرار از جوشانده ريشه باقلا استفاده كنيد.
12) براي رفع التهاب و درد نوك انگشتان و ناخن بايد يك مشت برگ باقلا را با نيم ليتر آب بجوشانيد و بگذاريد كمي سرد شود و انگشتان خود را به مدت دو ساعت در آن قرار دهيد تا برطرف شود.
مضرات:
باقلا در بعضي از اشخاص توليد نفخ و سنگيني سر و معده مي كند براي جلوگيري از اين عوارض بايد ابتدا باقلا را پوست كنده و بجوشانيد و آب آن را دور بريزيد. سپس به آن مقداري آب اضافه كرده و بعد از پختن با روغن

بادام و ادويه گرم مانند دارچين و فلفل بخوريد.مصرف باقلاي تازه ممكن است توليد مسموميت و حساسيت شديد كند كه گاهي موجب مرگ مي شود، بنابراين بايد در خوردن باقلاي تازه و خام احتياط كنيد. معمولاً اشخاصي كه به باقلاي تازه حساسيت دارند فاقد يك آنزيم مخصوص هستند

# با مصرف فندق از تحليل مغزي و عوارض كهولت سني بكاهي

منبع:www.nioc.org
به گفته يك محقق طب سنتي، مصرف فندق براي افراد مسن، علاوه بر جلوگيري از آتروفي مغزي ازعوارض ديگر كهولت سن، جلوگيري مي‌كند.
حسين علي فلاح تفتي يك محقق طب سنتي در گفت‌وگو با ايسنا، اظهار داشت: گياه فندق با نام علمي "corylus-avellance" داراي طبيعت گرم و خشك و تقويت كننده‌ي جوهر مغز است. وي افزود: فندق متشكل از فسفر، روغن ثابت معطر، آلانتوئيك اسيد، پروتئين، كلسيم، آهن، سديم و پتاسيم است.
اين محقق طب سنتي، خاطرنشان كرد: بر پايه نظرات حكماي طب سنتي، فندق از معدود غذاهايي است كه در روند جلوگيري از آتروفي مغزي (كوچك شدن مغز) و تحليل رفتن نيروها و انرژي‌ها و حتي قواي مغزي به شكل قابل توجهي موثر بوده و حتي در درمان آن، دارويي بي‌نظير است.
وي ادامه داد: مصرف فندق براي افراد مسن علاوه بر تجديد قواي مغزي و جلوگيري از آتروفي مغزي، آلزايمر و ديگر عوارض ناشي از كهولت سن در مغز را به علت وجود روغن‌هاي خاص و همچنين خاصيت خلط آوري و تقويت كنندگي و مقوي بودن، كاهش مي‌دهد. فلاح، فندق را غذاي دارويي مفيد دانست كه دسترسي به آن به سادگي امكان پذير بوده و صرفه‌ي اقتصادي نيز دارد.
وي در خصوص نحوه مناسب استفاده از فندق به عنوان يك دارو، توضيح داد: 5 تا 10 عدد مغز فندق به همراه يك استكان آب جوش و مقداري عسل با عنوان شير فندق را مي‌توان مصرف كرد.
اين محقق در پايان، مصرف توام فندق با ديگر مغزها نظير بادام سفيد شده، بادام هندي، پسته و گردو را مفيد دانست و تاكيد كرد: با مصرف تركيب مذكور مي‌توانيد شادابي و جواني خود را حفظ و از پيري زودرس و عوارض آن جلوگيري كنند.

# فلفل سياه

نام علمي: Piper nigrum
خانواده: Plantaginaceaepiperaceae
گياهي است درختچه اي و كاملا فاقد كرك با ساقه اي مدور و بالارونده و پيچان كه مي تواند در محل گره هايش ريشه توليد كرده، داراي انشعابات محكم است. برگ ها چرمي با پهناي متفاوت برخي اوقات در سطح تحتاني به رنگ سبز تيره به شكل تخم مرغي مستطيلي با قاعده اي كاملا گرد يا قلبي متقارن يا نامتقارن داراي 95رگبرگ متناوب و مشخص است. گل آذين به فرم سنبله است. ميوه ها كروي است كه بعد از رسيدن قرمز شده و لايه گوشتي روي آنها نازك است. قسمت مورد استفاده گياه ميوه ها است. ميوه هاي فلفل سياه تقريبا كروي با سطحي كاملا چروكيده و به رنگ قهوه اي تيره تا سياه مايل به خاكستري است. ميوه هاي سبزرنگ كاملا رشد يافته فلفل را جمع آوري و در برابر آفتاب خشك مي كنند به اين ترتيب به دليل نوعي تخمير رنگ ميوه ما سياه مي شود. فلفل سياه داراي بوي معطر و طعم تيز است. گياه بالارونده فلفل دو سال پس از رويش در ماه هاي خرداد و تير گل مي دهد و در آذرماه خوشه ميوه هاي سبز تقريبا رسيده آن جمع آوري مي شود. اين گياه بومي جنوب غرب هند بوده و به طور گسترده اي در كشورهايي با آب و هواي حاره اي كشت مي شود. ميوه هاي فلفل سياه داراي 61/5 درصد اسانس بي رنگ تا كمي متمايل به سبز و تا 10 درصد تركيبات تند اسيدآميدي و نشاسته و پروتئين و مقادير جزيي مواد معدني است. از فلفل سياه به عنوان ضدنفخ، اشتهاآور، ضدالتهاب و مسكن موضعي استفاده مي شود و اثرات ضدميكروبي و ضدعفوني كننده از آن گزارش شده است.
همچنين به عنوان يك چاشني تند مصرف خوراكي دارد. در طب گذشته از فلفل سياه در درمان سوءهاضمه و سرفه استفاده شده و براي آن اثرات آرامبخش و ضددرد قائل بوده اند. در استعمال خارجي به عنوان محرك موضعي براي رويش مو از آن استفاده مي كرده اند.

# وشا

نويسنده:سحر شهنازي
گياهي است با بن ساقه ضخيم و قطور. داراي برگ هاي رشته اي طوقه اي فراوان. ساقه به ارتفاع 250- 180 سانتيمتر در ابتدا به رنگ كاهي سبزفام و سپس به رنگ قهوه اي فام. گره ها متورم و كلفت نيستند. كليه برگ هاي قاعده اي سه بار بريده، اولين قطعات داراي بريدگي هاي شانه اي به ندرت با بريدگي هاي دوبارشانه اي، ميوه ها مستطيلي پهن به رنگ قهوه اي- بنفش، در ابتدا كرك آلود و سپس بدون كرك است. ريشه 4-3ساله گياهان مذكور داراي مغز سفيدرنگ است. در مجاري ترشحي ساقه و ريشه گياه، شيره اي شيري رنگ جريان دارد كه فرآورده دارويي آن محسوب مي شود و بر اثر گزش حشرات و با ايجاد زخم و خراش تحت اثر عوامل مختلف طبيعي يا وارد آوردن خراش و زخم توسط ابزارهاي مخصوص از پوست ساقه و يا ناحيه يقه گياهان مذكور به خارج ترشح مي شود. در تجارت وشا به دو صورت اشكي و توده اي عرضه مي شود. وشا طي ماه هاي خرداد و تير جمع آوري مي شود. و حاوي 0/3- 0/1 درصد روغن فرار، 70- 65 درصد رزين و صمغي مشابه صمغ عربي است. وشا به عنوان خلط آور و ضداسپاسم مورد مصرف قرار مي گيرد. در طب گذشته وشا به صورت موضعي در درمان حساسيت پوستي مانند كهير، ضددرد و ضدالتهاب مورد استفاده قرار مي گرفته است. اثرات ضدميكروبي روغن فرار اين گياه تائيد شده است.

## قدومه شيرازي

گياهي است يك ساله به بلندي 10-5 سانتي متر، شاخه هاي آن از قسمت پاييني گياه منشعب شده و انشعابات به صورت افراشته و بسيار شكننده هستند. برگ آن كشيده- قاشقي، داراي نوك كند، دندانه هاي كوتاه در نصفه بالايي برگ. دمبرگ پوشيده از كر ك ها و پرزهاي ستاره اي است. ميوه از نوع خورجينك، تخم مرغي پهن نوك دار، بدون كرك داراي بال و در حالت رسيدن قرمزرنگ است. دانه ها بخش دارويي گياه را تشكيل مي دهند. دانه ها گرد، پهن و خاكستري هستند داراي پوشش نازك موسيلاژي هستند كه در كناره هاي دانه به صورت بال كوتاه و سفيدرنگ مشهود است. در زمان رسيدن ميوه كه پوسته آن به رنگ زرد ديده مي شود جمع آوري مي گردد. دانه هاي اين گياه حداقل حاوي 15 درصد موسيلاژ هستند. از قدومه عمدتاً به عنوان نرم كننده سينه، برطرف كننده سرفه و ملين استفاده مي شود. در طب گذشته از قدومه به عنوان خلط آور و ضدالتهاب استفاده مي كرده اند. 9-6 گرم دانه قدومه را در يك ليوان آب جوش ريخته و به مدت نيم ساعت بخيسانيد. سپس روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد. آنچه تحت نام قدومه در بازار دارويي ايران ارائه مي شود عبارت است از قدومه شيرازي و قدومه شهري.قدومه شهري دانه هاي گياه Lepidium perfoliatum از خانواده شب بو است كه به جاي دانه هاي قدومه شيرازي با نام عمومي قدومه ارائه مي شود. قدومه شيرازي در كشورهاي مصر، عربستان، فلسطين، ايران، پاكستان و عراق انتشار دارد.

# اسفرزه

نويسنده:سحر شهنازي
گياهي است علفي، چندساله به بلندي 10-5 سانتي متر، بدون ساقه و با كرك هاي نرم، برگ ها به حالت روزت كشيده، باريك تا نيزه اي، نوك تيز، پوشيده از كرك هاي كم و بيش فراوان است. سنبله گرد يا كشيده و كركدار است. گلبرگ ها لوب دار، تخم مرغي يا گرد - قلبي شكل، قايقي شكل- و تخمدان داراي دو تخمك است. دانه ها و پوست دانه، اندام دارويي اين گياه را تشكيل مي دهد. دانه ها تخم مرغي و قايقي شكل به رنگ خاكستري مايل به قهوه اي با ته رنگ ملايم صورتي است. زمان جمع آوري دانه ها مردادماه است. انتشار عمومي اين گونه در هندوستان، پنجاب، ايران و جزاير قناري است. دانه هاي اسفرزه داراي موسيلاژ، پروتئين، قند، روغن ثابت و تانن است. موسيلاژ حاصل از آن داراي دو بخش است كه يك قسمت در آب سرد و قسمت ديگر در آب داغ محلول است. قسمت محلول در آب داغ پس از سرد شدن به حالت ژل درمي آيد. از دانه اسفرزه به عنوان ضدسرفه، ضد التهاب دستگاه گوارش، ملين و در درمان سندروم روده تحريك پذير استفاده مي شود. از موسيلاژ آن در فرآورده هاي آرايشي به عنوان امولسيون كننده و از پوست دانه ها به صورت موضعي در رفع تحريك پوست استفاده مي شود. از اسفرزه در طب گذشته به صورت خوراكي به عنوان ملين و به صورت موضعي به عنوان ضدالتهاب استفاده مي شده است. از فرآورده هاي موجود در بازار مي توان به گرانول پسيليوم و پودر پسيليوم اشاره كرد. دانه هاي اين گياه با دانه گياهان تيره شب بو، ميوه هاي تيره گندميان و ساير گونه هاي جنس Plantggo ممكن است اشتباه شود.5-3 گرم پوست دانه به صورت خوراكي به عنوان ملين يا 10-5 گرم دانه پس از چند ساعت غوطه ور بودن در آب گرم همراه با مقدار زيادي آب مي تواند مصرف شود.

# تمشك

اسم من تمشك است . به من تميش – تلس – سه گل – توت سه گل و تلو هم ميگويند . در كتب قديم از من به اسامي عليق الجيل – توت العليق يادشده است و در همه جا مرا برادر و قائم مقام توت فرنگي معرفي كرده اند . من داراي انواع خاردار نيز مي باشم ، به انواع خاردار من در نورلم ، در شير گاه و مياه دره تميش رد آمل دوته – در راميان تموش و بورنيگان در تنكابن والش و ولش و جولوش در آستارا ، هندل در لاهيجان كره تيف درارسياران ، بورجن در طوالش ، تميشه بور در رودسر و رامسر تمشك ، و در بجنورد دولانا ، در مازندران تمش و در كردستان تورك نامند . ميوه من چپالك سرشار از ويتامين هاي ث ، قند ، توت ، جوهر ليمو و ترشي سيب است وبه همين جهت طعم ترش مطبوعي دارد . و به علت داشتن املاح زياد ، خون را قليايي كرده و ترشي آن را از بين ميبرد . ميوه من بسيار خنك و ضد رطوبات بدن است و راه ورود ميكروبها را به عروق مي بندد و از خونريزي و فساد خون جلوگيري كرده و رقت خون را درمان ميكند . ملين و اشتها آور بوده و ادرار را زياد مي كند . مسكن صفرا و پاك كننده صفرا از امعاء است . بهترين درمان رماتيسم و تصلب شرايين است ، براي كساني كه از درد معده رنج مي برند ، ميوه خوبي است و از تحريكات جلدي جلوگيري مي نمايد . قندش براي مبتلايان به مرض قند مفيد و مداوا است خوردن آن تنفس را آسان و تنگ نفس را درمان ميكند . شربت من براي مبتلايان به تب و آبله مرغان و سرخك بسيار مفيد است . غرغره جوشانده من براي درمان درد گلو و آنژين سود فراوان دارد . سكنجبين ميوه من خنك كننده بوده و براي رفع يرقان و التهاب صفرا و كبد سود بخش است .
ضماد برگ من جهت زخم هاي سرد و بر آمدگي چشم از حدقه مفيد است . عصاره برگ و ساقه من كه تازه چيده و كوبيده و با كمي صمغ مخلوط نمايند ، جهت امراض چشم مخصوصا جوش پلك و ريزش اشك و ناخنه و ورم پلك چشم مفيد مي باشد . جويدن برگ من جهت ورم لثه و رفع بي حسي آن مفيد مي باشد . جوشهاي دهان را از بين ميبرد و بوي بد دهان را برطرف مي نمايد . نوشيدن آب برگ و ساقه من كه تازه باشد با كمي صمغ عربي جهت تقويت معده و خونريزي معدي و بند آمدن اسهال و معالجه بواسير مفيد است . گل من نيز اسهال را بند مي آورد و ضماد برگ من بر روي دكه بواسير خوني نافع است . ميوه ي من قابض ترين اعضاي من است ، نوشيدن جوشانده ي ريشه من علاوه بر بند آوردن اسهال ، سنگ كليه و مثانه را خرد ميكند . ضماد برگ من ورمها را فرو مي نشاند و

كورك و دمل را با زميكند و مانع زياد شدن زخم هاي خوره اي است مماليدن عصاره ميوه ي من جهت زخم هاي آبدار و چركي نافع بوده ، آنها را خشك ميكند و گل من نيز همين خاصيت را دارد . ضماد برگ و ساقه هاي نازك من جهت كوفتگي پا كه در اثر ورزش و راه پيمايي عارض شود نافع است . پخته برگ و ميوه من مو را سياه ميكند و خضاب خوبي است و مداومت در استفاده از آن مانع سفيد شدن مو ميباشد و اين خاصيت به علت داشتن فلز منگنز است كه در آن زياد بوده و عالم سياهي موي بدن انسان مي باشد ميوه من پادزهر سموم حيواني است و مخصوصا ضد سم مار ماهي شاخ دار است . مقدار خوراك عصاره و گل من 9 مثقال است

# سماق

خوردن مرتب سماق براي مبتلايان به ديابت مفيد است. زيرا يكي از عوامل به وجود آمدن عوارض و بيماري هاي مختلف در افراد ديابتي تركيب شدن گلوكز با مولكول هاي پروتئينهاي حياتي بدن است كه به تغيير ساختار شيميايي و عملكرد اين پروتئينها مي انجامد. مطالعات انجام شده روي گياه سماق نشان مي دهد كه سماق در حدود 81 درصد از بروز اين فرايند جلوگيري مي كند.
سماق همچنين ادرار آور است.
ساق براي برطرف شدن تهوع و بي اشتهايي و تب و رماتيسم و نقرس مفيد است و خاصيت ميكروب زدايي دارد.
توجه: سماق را بايد دور از نور خورشيد و هوا نگهداري كرد و مصرف زياد آن نيز گاهي اوقات مسموميت زاست.سير براي دستگاه گوارش خاصيت آنتي بيوتيكي دارد .

# انگور فرنگي سياه

نويسنده: فرزانه محمد حسيني
انگور فرنگي سياه درختچه‌اي است با شاخه‌هاي راست و برگ‌هاي بريده كه پشت برگ‌هاي آن برجسته مي‌باشد، گل‌هاي زرد كمرنگ آن به ميوه‌هاي سياه تبدل مي‌شوند كه ارتفاع آن 1/5 تا 2 متر مي‌رسد. وطن اوليه آن آسيا بوده و در باغ‌ها يا در مزارع كشت مي‌گردد. در نقاط و محل‌هاي معتدل و در خاك غليظ پرورش مي‌يابد. براي پرورش آن بايد زمين كاملا مرطوب ولي بي‌آنكه آبگير باشد انتخاب شود.
برگ و شاخه‌هاي سالم و بدون آفت را جمع‌آوري و در سبد و در كوران هوا و يا در خشك‌كن با درجه 45 سانتيگراد خشك مي‌كنند، ديگر مواد مورد استفاده اين گياه عبارتند از: ميوه، ريشه و گل.
گل اين ميوه در فصل بهار گل مي‌كند و بايستي برگ‌هاي آن در ماه‌هاي تير و مرداد چيده و خشك شود.
تركيبات شيميايي: درختچه اين ميوه داراي تانن‌ها، اموليسن يك اسانس روغني به رنگ سبز روشن، 10 تا 13 درصد از قندهاي مختلف، پكتين 2/6 تا 3/70 درصد از اسيدهاي آلي مانند اسيد سيتريك وينيك، تارتريك و ويتامين C و مواد ضدعفوني كننده گياهي مي‌باشد در اين ميوه مقداري ويتامين C وجود دارد كه بيشتر از غالب ميوه‌ها و معادل 150 تا 200 ميلي‌گرم در 100 گرم ميوه است. انگور فرنگي سياه داراي ويتامين‌هاي B و A و قندها، مواد معدني، مواد رنگي ضد عفوني كننده است. تمامي اين مواد روي سيستم اعصاب در بدن اثر خوبي داشته، اين ماده رنگي علاوه بر تحريك نمودن بدن مبادلات داخلي بدن را بهبود مي‌بخشد و به همين علت مقاومت بدن را در مقابل بسياري از عفونت‌ها بالا مي‌برد، خاصيت مداري كه اين ميوه دارد به جهت عناصري مانند اكسيداز و اسيدكينيك موجود در آن است. مطالعات انجام شده توسط دانشمندان انگليسي نشان مي‌دهد كه استفاده از برگ‌ها و سرشاخه هاي اين ميوه اثر ضد رماتيسمي و ضد نقرس را دارا مي‌باشد. انگور فرنگي سياه حاوي مواد زير است؛ آب 80 تا 87 گرم، مواد ازته 0/88 تا 1 گرم، مواد چربي 50 درصد تا 53 درصد گرم، مواد ئيدروكربنه 6/8 تا 13/5 گرم، سلولز 2/71، خاكستر 0/63 گرم، در ضمن مقاومت ويتامين C موجود در ميوه اين گياه بيشتر از ميوه‌هاي ديگر در مقابل گرما و اكسيژن است.
خواص درماني: دم‌كرده برگ و سرشاخه‌هاي آن داراي اثر مدر، معرق و ضد رماتيسم است، به علاوه اثر مقوي و قابض نيز دارد. مصرف آن در ورم مفاصل و آب آوردن نسوج به كار مي‌رود و براي كساني كه از درد

سنگ كليه و ناراحتي‌هاي مجاري ادرار و مثانه رنج مي‌كشند نيز توصيه مي‌شود. اين ميوه اثر دفع كننده اوره و اسيد اوريك را دارد و در درمان فشار خون؛ تصلب شرائين، اختلالات گردش خون در زمان يائسگي در بانوان، تورم كبد و يرقان اثر مفيدي ظاهر مي‌كند. برگ‌هاي اين گياه مبادلات متابوليكي را تقويت نموده، كساني كه دچار يبوست هستند بهتر است حتما از اين ميوه استفاده كنند. با مصرف جوشانده برگ اين ميوه، ادرار افزايش يافته و مقدار زيادي اوره و اسيد اوريك كه عامل اصلي بيماريهاي ياد شده هستند از بدن دفع مي‌گردند. از برگ اين گياه به علت اثر قابضي كه دارد مي‌توان در درمان اسهال‌هاي ساده و درد معده استفاده كرد. علاوه بر آن در سردردهاي يك طرفه، سرفه‌هاي تشنجي و سياه سرفه‌ها مي‌توان از آن استفاده‌هاي لازم را به عمل آورد.
در استعمال خارجي از جوشانده برگ‌هاي آن مي‌توان در پانسمان و رفع التهاب زخم‌ها و تسريع بهبود اوسرها از آن استفاده كرد. اين جوشانده هم براي رفع ناراحتي‌هاي مخاطي مانند دهان، درد گلو، ورم لوزتين، گرفتگي صدا اثرات مفيدي ظاهر مي‌نمايد. طريقه تهيه دم‌كرده‌اي كه از اين گياه به دست مي‌آيد به شرح زير مي‌باشد؛ ابتدا دم‌كرده 30 تا 35 گرم برگ و سرشاخه‌ها را در يك ليتر آب ريخته و پس از جوشاندن صاف كرده و در روز به صورت 3 الي 4 فنجان مصرف كنيد اين دم‌كرده در رفع التهابات معده و اثني عشر موثر و مفيد است براي رفع نقرس مي‌توان از اين دستورالعمل استفاده كرده ابتدا برگ خشك شده انگور فرنگي را به مقدار 100 گرم، برگ زبان گنجشك 50 گرم و گل شير برنج 50 گرم تهيه كرده و همه مواد را به صورت جداگانه به صورت پودر درآورده و آنها را باهم بجوشانيد و بعد از جوشاندن، صاف نموده و اجازه دهيد كمي سرد شود و سپس به مقدار 2 تا 3 فنجان در روز از آن مصرف كنيد:
توجه: قبل از مصرف سعي كنيد اگر ناراحتي معده و روده نداريد و يا به جوشانده حساس نيستيد مصرف كنيد زيرا كه مصرف اين محلول براي اين‌گونه اشخاص بسيار زيان‌آور است.
خوردن ميوه‌ها و سبزي‌ها را فراموش نكنيم تا هميشه از بدني سالم و قوي برخوردار باشيم

# گاوزبان

مقدمه :
يكي از عجايب سلسله كوه هاي البرز كه قله عظيمي چون دماوند دارد، پرورش چندين نوع گياه دارويي است كه اثر درماني زيادي دارند و منحصراً در دامنه هاي اين كوه به عمل مي آيند و در كوه هاي ديگر اثري از آنها نيست. چندي پيش جراید ايران از يكي از اين گياهان سخن گفته و اثرات سحرآميز آن را بيان داشتند و نوشتند كه كارشناسان خارجي بذر اين گياه را به كشورهاي ديگر برده اند، ولي با كوشش فراوان نتوانسته اند آن را به عمل آورند، زيرا اين گياه فقط در زادگاه اوليه خود سبز مي شود.
گاو زبان با نام علمي borago officinalis يكي از گياهان دو لپه مي‌باشد. گياهي است علفي و يكساله كه ارتفاع ساقه آن تا 60 سانتيمتر مي‌رسد ساقه آن شياردار و خاردار مي‌باشد. برگهاي اين گياه ساده و پوشيده از تارهاي خشن است. گلهاي آن به رنگ آبي ، سفيد ، بنفش و آبي مي‌باشد. گاو زبان احتمالا از شمال آفريقا به نواحي ديگر راه يافته و امروزه در منطقه مديترانه ، نواحي شمال آفريقا و قسمتهايي از خاورميانه مي‌روید. گل ، برگ و سرشاخه‌هاي گلدار آن به مصرف دارويي مي‌رسد .
گاوزبان يك گياه علفي يك ساله است كه از ارديبهشت تا شهريور گل مي دهد. اين گياه به احتمال زياد بومي منطقه مديترانه است ولي بعضي محققين عقيده دارند بومي خاورميانه است. كشت و كار گاوزبان بوسيله عربها در جنوب اسپانيا در قرون وسطي معرفي شد. اين گياه در بسياري از مناطق اروپا, غرب آسيا و آمريكاي شمالي مي روید و اغلب بصورت وحشي در محل هاي لم يزرع و كناره رودخانه ها ديده مي شود.
هر چند در كتب قديم به گل گاوزبان " لسان الثور" مي گویند، ولي در واقع نام ديگري ندارد. اسم فرانسوي، انگليسي، آلماني، تركي و غيره هم ندارد، چون در هيچ نقطه اي از زمين جز دامنه كوه هاي البرز به عمل نمي آيد و با گياه ديگري كه در آذربايجان و شهرهاي ديگر ايران و كشورهاي ديگر مي روید و به غلط به گاوزبان مشهور شده است، نسبتي ندارد. براي اينكه اين اشتباه كه حدود چند قرن است پزشكان و دارو سازان را گمراه كرده است، از بين برود اين را "گل گاوزبان" و ديگري را "گياه گاوزبان" بناميد. اين دو گياه متفاوت هستند، تنها گل هايشان كمي به هم شبيه است، هيچگونه خواص مشتركي ندارند و از نظر منافع طبي با هم متضاد مي باشند. گل هاي "گل گاوزبان" درشت تر از گل هاي"گياه گاوزبان" است.
"گل گاوزبان" در ايران، و "گياه گاوزبان" در اروپا و امريكا شهرت زيادي دارند. پزشكان سنتي ايران در معالجه بسياري از امراض از "گل گاوزبان"

استفاده مي كردند و نتيجه مي گرفتند. پزشكان جديد هم خواص "گل گاوزبان" را مي دانستند و براي دسته اي ديگر از امراض تجويز مي نمودند و چون عطاران فرقي بين "گل گاوزبان" و "گياه گاوزبان" قايل نبودند، آنها را به جاي هم مي دادند، و به همين جهت معالجه آنها نتيجه نمي داد و محققين از اينكه خواص و منافع اين گياه از بين رفته است در تعجب بودند. يكي از مترجمين، تمام فوايد "گياه گاوزبان" راترجمه كرده و به "گل گاوزبان" نسبت داده، سپس پرسيده است: چرا ايرانيان فقط از گل گاوزبان استفاده مي كنند؟... به برگ و سرشاخه هاي آن توجهي ندارند، در جواب ايشان بايد بگوييم كه گل گاوزبان، فقط گلش فوايد طبي دارد، زيرا گياهي كه فرنگي ها به او "بوراش" مي گويند گل گاوزبان نيست.
صاحب كتاب "تحفه" در شرح گاوزبان چنين مي نويسد: گل گاوزبان لاجوردي و شبيه گل انار بوده و تخم آن مستدير( حلقوي شكل ) و لعابي است و در كوه هاي دارالمرز(البرز) بسيار زياد يافت مي شود. گياه ديگري كه در اصفهان و بعضي از بلاد، گاوزبان مي دانند "مرماخوز" است كه گل آن لاجوردي و كوچك و مدور است. ("مر" نام قبيله اي از ساكنان شمال افريقاست كه بذر چند گياه دارويي را كه يكي از آنها گياه گاو زبان است به اسپانيا برده و در آنجا پرورش داد و استعمال آنها را در طب معمول داشته اند. اين گياهان به اسامي مختلف مرماتوس، مرماهوس، مرمازا در كتب طبي قديم وارد شده و خواص آنها تحقيق گرديده است.) بعد از جنگ هاي صليبي گياه گاوزبان را از اسپانيا به اروپا آوردند و در آنجا كاشتند و چون در كتاب قانون ابو علي سينا از گل گاوزبان زياد تعريف شده بود و اين كتاب نيز در مورد قبول و استناد استادان پزشكي اروپا بود، به همين جهت مورد توجه واقع گرديد، ولي متاسفانه گياه گاوزبان هيچ يك از خواص گل گاوزبان اصلي را نداشته و در عوض منافع ديگري داشت كه كم كم محققين اروپايي به آن پي بردند. از جمله معلوم شد كه سرشاخه، گل و برگ اين گياه داراي مقداري شوره بوده، عرق وادرار را زياد مي كند. در صورتي كه در كتب طبي ايرانيان كه در دانشگاه هاي اروپا تدريس مي شد، چنين خواصي را به او نسبت نداده بودند.
حال اجازه فرماييد اين دو گياه را به طور جداگانه معرفي كرده و منافع آنها را شرح دهيم:
گل گاوزبان اصلي
اين گياه به طور خودرو، منحصراً در دامنه ي كوه هاي البرز به عمل مي آيد و تاكنون اهلي نشده و قابل كشت نيست.
- مقوي روح و اعضاي رئيسه بدن بوده، حواس پنجگانه يا بهتر بگويم، حواس هجده گانه آدمي را تقويت مي كند.
- شكم را نرم و كيسه صفرا را باز مي كند، اخلاط سوخته سوداوي را از

معده خارج و عوارض آن را از بين مي برد.
- جوشانده آن همراه با داروهاي ديگر جهت سرسام(منتژيت)، برسام(ورم حجاب حاجز)، ماليخوليا، جنون و رفع حواس پرتي مفيد مي باشد.
- جوشانده آن نشاط آور بوده، رنگ رخسار را باز مي كند.
- سينه را نرم مي كند، تنگي نفس و درد گلو را شفا مي دهد.
- دلهره و وحشت را از بين مي برد و غم و غصه را كم مي كند و براي كساني كه با خود حرف مي زنند سودمند مي باشد.
- جوشانده آن با عسل جهت تنگي نفس تجويز شده است.
- جويدن برگ تازه آن جهت درمان جوش هاي چركي دهان اطفال، برفك، سستي بيخ دندان و رفع حرارت دهان نافع است. مقدار خوراك گل آن دو مثقال تا پنج مثقال مي باشد.
- عرق گل گاوزبان جهت امراض سوداوي، وسواس و خفقان مفيد است.
- داراي منيزيم بوده و از سرطان پيشگيري مي كند.
- تحقيقات جديد بيانگر اين مطلب هستند كه عصاره آبي گل گاوزبان دارويي مؤثر و بي‌خطر براي درمان بيماران مبتلاء به اختلال وسواسي اجباري مي باشد.
- گل گاوزبان داراي موسيلاژ به ميزان ?-? درصد، فلاونوئيد 15/0درصد و آنتوسيانين با آگليكون دلفينيدين و سيانيدين به ميزان 34/13 درصد و به مقدار ناچيز آلكالوئيد از دسته پيروليزيدين است.
- گل مرغوب گلي است كه داراي دم سفيد و گلبرگ هاي بنفش باشد. برگ هاي تازه گل گاوزبان داراي مقدار زيادي ويتامين C مي باشد.
*پس اين گياه داراي شوره نيست، عرق و ادرار را زياد نمي كند.
گياه گاوزبان
اين گياه اسم فارسي ندارد و معلوم نيست از چه موقع به ايران آمده و در اطراف تبريز كاشته شده است. در زبان فرانسوي به آن بوراش مي گويند و "ابن بيطار" گياه شناس معروف قديم كه در اصل اندلسي بوده و بعد به آسياي صغير آمده و دو كتاب بزرگ به نام هاي "الجامع" و "المغني" به زبان عربي دارد آن را نوعي "مرماخوز" دانسته و به اسامي: لسان الثور، ابوالعرق، كحيلا- كحلا، حمحم و بوغلص ياد كرده است.
- گل، سرشاخه و برگ آن داراي شوره، مواد لعابي و يك ماده تلخ است و به همين جهت عرق و ادرار را زياد مي كند.
- سنگ هاي كليه و مثانه را خرد كرده و از بين مي برد.
- اين گياه داراي اسيدهاي چرب امگا 6 مانند لينولنيك اسيد مي باشد كه براي روماتوئيد مفيد است.
- ضماد برگ هاي تازه وله شده آن دمل را باز مي كند و براي معالجه سوختگي، آتش و آفتاب زدگي مفيد است.

- در طب سنتي ايران "مرماخوز" را جهت معالجه استسقا مفيد دانسته اند و براي اين كار، مبتلايان به استسقا بايستي مدت زيادي برگ و بذر آن را روزانه 15 تا 20 گرم ناشتا ميل نمايند.
*پس تجويز اين گياه براي مبتلايان به سرسام و برسام جايز نيست.
مشخصات گياه شناسي
گل گاو زبان از گياهان دارويي و داراي روغني است كه به علت خاصيت شفا دهندگي از مدتها قبل بخصوص در فرانسه شناخته شده بود. اين گياه داراي شاخه‌هاي تو خالي و آبدار است و ارتفاع آن به 50 سانتيمتر مي‌رسد. برگهاي اين گياه نسبتا بزرگ و چين خورده به رنگ سبز تيره و تخم مرغي شكل نوك تيزاند كه بطور متناوب بر روي ساقه گياه قرار دارند. تمام سطح گياه پوشيده از كركهاي سفيد و منشعب است.گلهاي اين گياه در انتهاي ساقه قرار دارد و به رنگ روشن و ستاره‌اي شكل است. ميوه اين گياه به شكل چهار فندق كوچك و به رنگ قهوه‌اي مايل به سياه است.
تركيبات شيميايي
گل گاو زبان و برگهاي آن داراي لعاب فراوان است. اين گياه داراي نيترات پتاسيم ، رزينها ، مالات كلسيم ، منگنز ، منيزيم ، اسيد فسفريك و آلانتوئين مي‌باشد.
خواص داروئي:
گاو زبان از نظر طب قديم ايران سرد است
1)گل گاو زبان و برگ هاي تصفيه كننده خون است
2)آرام كننده اعصاب است
3)عرق آور است
4)ادرار آور است
5)كليه ها را تقويت مي كند
6)سرماخوردگي را برطرف مي كند
7)براي از بين بردن سرفه از دم كرده گل گاو زبان استفاده كنيد
8)در درمان برونشيت موثر است
9)بي اختياري دفع ادرار را درمان مي كند
10)التهاب و ورم كليه را درمان مي كند
11) در درمان بيماري سرخك و مخملك مفيد است
12)ضماد برگ هاي گاو زبان براي رفع ورم موثر است
13)برگهاي گاوز بان را بپزيد و مانند اسفناج از آن استفاده كنيد
14)برگهاي تازه گل گاو زبان داراي مقدر زيادي ويتامين C مي باشد و در بعضي از كشورها آنرا داخل سالاد مي ريزند .
مضرات :

گاوزبان بعلت داشتن آلکالوئید براي زنان حامله و کودکان مضر است.

منابع :

گاوزبان «داروئي» http://daneshnameh.roshd.ir
گل گاوزبان www.aftab .ir
گل گاوزبان http://www.iranmania.com
گل گاو زبان (گاو زبان) http://www.parsiteb.com
گاوزبان Borage http://www.money58.netfirms.com

## پاپيروس

پاپيروس مشهور است ،از آن كاغذ مي سازند و قوت كاغذ هم هست و سوخته هر دو بسيار خشكند .
مزاج :سرد و خشك
خاصيت :خاكسترش بازدارنده نزيف است .
زخم و قرحه :خاكسترش بر زخم هاي تر نهاده شود زخم را بهم مي آورد.
گاهي آن را در سركه مي ريزند و خشك مي كنند .در مداواي ناصور و همه قرحه هاي سرايتي و زخم ها بكار مي رود .
سر :خاكستر پاپيروس داروي خوره دهان است .
اندام هاي تنفسي :خاكسترش خون برآوردن را قطع مي كند .
اندام هاي دفعي :آن را در كتان مي پيچند و مي گذارند تا مي خشكد و آنگاه بربواسير مي گذارند كه مفيد است .

## پلخم

اكثراً بيخ آن را بكار مي برند و مشهور است .
مزتج :گرم و خشك
خاصيت :زداينده ، پاك كننده ، قرحه آور ، تند ، سوزناك ، مسبب استفراغ ، قطع كننده بلغم و مراره سوداء .
آرايش :لكه هاي سفيد و سياه برص و بهك را مي زدايد .
ورم و جوش :براي گري داروي بسيار خوبي است .
سر :عطسه آور است . چرك و پليدي گوش را از بين مي برد . بادهاي سوراخ بيني را پراكنده مي كند .براي بيني خوب است . بند آمدن پالونه را باز مي كند .
چشم :از آن فتيله مي سازند و به چشم مي كشند مفيد است .
اندام هاي غذا :در استفراغ دادن قوي است و سختي طحال را مي گدازد .
اندام هاي دفعي :مسهل است . ادرار بول مي كند ، آن را بردارند حيض ريزش مي كند .در خرد كردن سنگ بسيار مؤثر است

پلنگمشگ

به گمان بعضي از مرزنگوش و سيسنبر(نمام )غذايي تر و خشك تر است.
اندام هاي غذا :خوردن و بو كردن و ماليدنش راه بندان هاي مغز را بازمي كند. سينه :خوردنش خفقان قلب ناشي از بلغم و سودا را آرام مي كند .
اندام هاي راننده :خوردن و ماليدنش در علاج بواسير مفيد است

پياز موش

كشنده موش مي باشد و بسيار تند مزه .بعضي مي گويند پياز موش همان عنصل است .برشتن و پختن اثر دارويي آن را كاهش مي دهد . گونه اي كه همرنگ شاخ حيوان است ، درخشندگي دارد و مزه اش مخلوطي از شيريني و تندي و تلخي است ازانواع ديگر بهتر است .
خاصيت درماني :تحليل برنده است و خون را به سوي سطح اندام مي كشاند. مواد زائد را مي سوزاند .قرحه مي آورد و سركه آن تن ضعيف را قوي مي كند و مايه سلامتي است .
آرايش :همراه با روغن زيتون و راتينا اگر بر زگيل ماليده شود آن را بر مي كند و همچنين مالش و ماساژ با آن مو را باز مي روياند و ترك هاي پاشنه پا را خوب مي كند .به ويژه خام و قسمت وسطي آن براي از بين بردن ترك بسيار مؤثر است . سركه آن رنگ را زيبايي مي بخشد .
زخم ها و قرحه ها :قرحه هاي روي پوست را مي خشكاند . خوردن آن به قرحه هاي دروني زيان مي رساند و مالش دادن پوست باپياز موش قرحه به بار مي آورد .
مفاصل : در معالجه درد پي ها ، مفاصل ، فلج و به ويژه در بيماري اعصاب مفيد است . ليكن كمي به اعصاب زيان مي رساند .
اندام هاي سر :در مداواي صرع و ماليخوليا مفيد است .
سركه اش لثه را محكم و دندان را استوار و بوي دهن را بر طرف مي سازد .
چشم : خوردنش ديد را قوي و آبريزش چشم را بر طرف مي كند .
اندام هاي تنفس و سينه : در علاج شش بسيار مفيد است . سرفه كهنه و زبري صدا را بر طرف مي نمايد . سركه آن مقوي و محكم كننده و براي گلو مفيد است .
اندام هاي تغذيه :سختي طحال را بر طرف مي كند ، معده و هضم را تقويت مي نمايد و در رفع بالا آمدن خوراك مفيد است . جوشيده و سركه آن را اگر چهل روز بخورند بيماري طحال را از بين مي برد و در علاج يرقان نيز مفيد است .
اندام هاي دفعي :شديداً ادرار را جاري مي سازد ، سركه اش نيز همين كار را مي كند .
پيازموش معالج شاش بند است و خون حيض را جريان مي دهد . پيازموش و سركه آن در علاج خفگي زهدان ( اختناق رحم ) مفيد است .
تخم آن را اگر كاملاً بكوبند ،در طرف خشكي بريزند و با عسل مخلوط كنند دارويي است ملين كه درد مقعد و رحم را از بين مي برد ،در تسكين

درد شکم و درد روده بسیار مفید است .
تب : سرکه آن در بر طرف کردن تب لرز مزمن مؤثر است .
سموم :پادزهر حشرات سمي و کشنده موش است . اگر آن را بپزند و با سرکه ضماد کنند و بر محل گزیدگي مار بگذارند داروي مطلوبي است

تباشه

سوخته ساقه هاي چوب خيزران است . مي گويند در هنگام وزيدن بادهاي سخت ساقه هاي خيزران از اثر مهم ساييدن مي سوزند و تباشير خاكستر اين سوختن و ره آورد هندوستان است .
مزاج : سرد و خشك
خاصيت : قبض است و دفع كننده و كمي گدازندگي دارد .
اندام هاي سر : در زخم هاي دهان و جوش زبان و در بيماريهاي ناشي از مالش محلول آن در تقويت قلب و علاج تپش گرم و غش كردني كه از ريزش زرداب به سوي معده رخ مي دهد مفيد است .
اندام هاي غذا : تشنگي ، استفراغ ، التهاب معده ، ناتواني معده را از بين مي برد .
زرداب را از رسيدن به معده جلوگيري مي كند.افسردگي را درمان مي كند .
اندام هاي دفعي : بازدارنده خلط صفرايي است .
تب ها : مانع تب هاي شديد است

ترشك

ديسقوريدوس گويد ترشك چندين نوع است :
1 ـ نوعي ترشك در زمين هايي كه خاك مايل به سياهي دارند مي رويد . برگهاي دراز و سرباريك دارد .
2 ـ ترشكي كه در كشت زارها مي رويد و اگر بپزند خوشمزه است .
3 ـ قسمي در جنگل مي رويد برگي سخت و اطرافش صاف و بي دندانه است .
4 ـ نوعي ترشك كه نرم است و بياباني و به بارهنگ مي ماند .
5 ـ نوعي كه برگش همانند مرزه است شاخه هايي كوچك ، ترش مزه ، سرخرنگ و تند مزه دارد . اين نوع بزرگ تر از بقيه است .
مزاج : سرد و خشك .
خاصيت : قبض است .نوع بي مزه آن داراي اندكي گدازندگي است .
ترش مزه آن قبض تر و آنكه بسيار ترش مزه نيست غذايش بهتر است .
اين نوع به كاسني شبيه است . همه انواع آن صفرا را بر مي كند و خلط خوب و سازگار بوجود مي آورد .
آرايش :بيخ ترشك با سركه داروي پوست انداختن ناخن است .
با آب انگور كهنه بپزد و ضماد شود علاج لكه هاي سفيد و بيماري ويروسي پوستي است .
ورم وجوش :ضمادش داروي خنازير است و مي گويند اگر بيخ آن را به گردن بيماري كه خنازير دارد ببندند از خنازير شفا مي يابد .
زخم و قرحه : بيخ ترشك و سركه داروي گري چركين و قوباء است .
آب پز با آب گرم يا ترشك و آب ترشك را در گرمابه به تن بمالند خارش پوست را از بين مي برد .
سر : افشره اش را در دهان بگردانند درد دندان تسكين مي يابد.
در آب انگور كهنه بپزند داروي دندان درد است و ورم هاي بن گوش را از بين مي برد .
اگر با سركه بپزند و ضماد كنند و بر طحال بگذارند ورم طحال را از بين مي برد .
اندام هاي دفعي : ترشك و تخمش و به ويژه تخم مرغ بزرگش و مي گويند برگ همه انواع ترشكها را اگر بپزند و بخورند ملين است .
تخمش قبض است و بعضي بر اين رأيند كه تخم ناپخته ترشك ملين و لغزاننده است .
بيخ كوبيده ترشك در علاج رطوبتهاي زهدان مفيد است . اگر با نوشآب هاي بنوشند سنگ گرده را خرد مي كند .از آنجا كه ترشك داراي ماده لزج

است از خراش روده و خشك شدن خيو جلوگيري مي كند و با اينكه در منع خراش روده مفيد است مواد را نيز مي لغزاند .تخم ترشك را با آب و آب انگور كهنه مخلوط كنند و خوشمزه سازند قرحه روده و اسهال مزمن را درمان مي كند . تخم ترشك را بكوبند و بسايند و زنان بردارند رطوبت هاي زهدان هر چند مزمن باشد قطع مي شود و اگر با آب انگور كهنه بپزند و بنوشند سنگ مثانه را خرد مي كند و حيض را روان مي سازد .

زهرها :ترشك و به ويژه بياباني آن پادزهر نيش كژدم است .

اگر تخم ترشك را قبلاً بكار برند نيش حشرات و كژدم اثر نمي كند

تربد

تكه چوب هاي ستبرند كه از هند مي آورند .سفيد رنگ و پيچيده اش كه چون لوله هاي باريك ، ني و صاف ، زود شكن و كرم نزده باشد بهتر است . سبك و سوراخ دارش ناتوان است .
خاصيت :تنها استعمال كردنش چون رطوبت هاي نازك را از تن بر مي چيند خوب نيست .
مفاصل :در علاج بيماريهاي عصب مفيد است .
اندام هاي راننده : سائيده اش در بيرون راندن بلغم بسيار مؤثر است .
ترنجبين
شبنمي است كه اكثراً در خراسان و ماوراء النهر بدست مي آيد و در كشور ما بيشتر بر گياه مرسوم به (حاج )مي نشيند .
تازه و سفيدش خوب است .
مزاج :معتدل و مايل به گرمي است .
خاصيت :ملين است و زداينده .
سينه : داروي سرفه است و سينه را نرم مي كند .
اندام هاي غذا : تشنگي را از بين مي برد .
اندام هاي راننده : اسهالش ملايم است و صفرا را بيرون مي آورد

تفسیا

شیره فیجن کوهي است .تازه اش مفید و اگر یکسال بگذرد بیهوده است .
مزاج :بسیار گرم و سوزنده است .
خاصیت :پالاینده ، مسهل ، رساننده و ترکاننده است .
آرایش :موي را باز مي روياند .داروي داء الثعلب است و در این زمینه بي نظیر .در زدودن لکه هاي سیاه و کك و مك و برص و غیره مفید است .
مفاصل : براي علاج سستي و درد نقرس و مفاصل سرد بر تن مي مالند و براي بیماري اعصاب حقنه شود خوب است .
سینه :در برانداختن ریم از سینه و در علاج دشوار نفس کشیدن ، پهلو درد و به ویژه اگر پهلو درد کهنه باشد خوب است .مالیدني باشد یا ضماد کنند فرقي ندارد .
اندام هاي راننده :دربیخ و برگ و پوست و اشکش ماده اسهالي هست .
تب ها : در علاج تب ها پوشش استعمال مي شود

ثافسيا

صمغ فيجن بياباني است و تنها تازه اش ارزش دارويي دارد .
مزاج :بسيار گرم و سوزنده است و خشكي مي دهد .
خاصيت :پالاينده ، مسهل ،رساننده و تركاننده است .
آرايش :مو را باز مي رويانند و در علاج كم مويي نظير ندارد .
نفس كش :براي برآوردن چرك وريم از سينه و علاج دشوار نفسي و پهلو درد تازه و كهنه خوب است .
اندام هاي راننده :بيخ و پوست و آب تراوش (اشك )آن مسهل است. تب ها :درعلاج تب ها مفيد است

كاكنه

قوتش به فوت تاجريزي نزديك است و به ويژه قوت برگ آن .
مزاج :سرد و خشك
زخم و قرحه :افشره آن در معالجه زخم و از ميان بردن چرك و ريم گوش و نرم كردن سختي هاي كهنه شده ناصور سودمند است .
اندام هاي تنفسي :در علاج برونشيت و ضعف نفس و تنگ نفسي مفيد است .
اندام هاي غذا :در علاج يرقان مفيد است .
زخم مجراي بول را مداوا مي كند .

# کبر

دو نوع ثمر دارد يكي خرنوب شامي و ديگري كه به خيار شبيه است .
بيخ آن تلخ و تند است . نوعي كبر هست كه آن را كبر قلز مي گويند و به حدي تند است كه تاول در دهان پديد مي آورد و لثه را آماس مي دهد .
براي استفاده دارويي پوست بيخش از همه نافع تر است .
مزاج :همه انواعش گرم و خشك است .
خاصيت :تحليل برنده ، زداينده ، بازكننده ، بيخش تكه كننده ، لطافت بخش ، پاك كننده و باز كن است .پوستش تلخ و تند و گيرنده است .
ورم و جوش :بيخ و برگش خنازير را مي گدازد و سخت ها را نرم مي كند .
زخم و قرحه :پوست بيخش را بر زخم هاي پليد و چركين بگذارند بهترين علاج است .
مفاصل :پوست بيخش در علاج بيماري اعصاب و درد سرين مفيد است و آبش را حقنه كنند در اين زمينه مفيد است .
براي دفع فلج و تخدير خوب است .چون گيرندگي دارد ، اندام ها را محكم مي كند و گسستگي سر و وسط ماهيچه ها را بهم جوش مي دهد .
سر:پوست بيخش را بجوند رطوبت هاي سر را جذب مي كند و سر درد سرد تسكين مي يابد .
آب آن را در گوش بچكانند كرم گوش را مي كشد .با دندان دردمند پوست بيخش را گاز بگيرند و به ويژه اگر پوست شاداب باشد درد بر طرف مي شود .
سينه :نمك سودش داروي برنشيت است .
اندام هاي غذا :خوردنش همراه آب ، ضمادش كه با آرد جو و غيره باشد ، و به ويژه پوست بيخ آن بهترين علاج طحال است .
اندام هاي دفعي :خلط نارسيده و غليظ را بيرون دهد . حيض را راه مي اندازد .كرم هاي ريز و درشت را از روده بيرون مي راند .داروي بواسير است .
شهوت انگيز است .نمك سودش قبل از غذا ملين است

کبابه

ره آورد چین و قوتش به قوت روناس (فوه )شبیه است .
مزاج :گرم و خشك
خاصیت :باز کننده است و لطیف اما تا آن اندازه نیست که کار دارچین را انجام دهد .
زخم و قرحه :در علاج زخم گندیده که در اندام نرم باشد بسیار مفید است.
سر:در مداواي زخم و جوش هاس گندیده دهان سودمند است.
سینه:در دهان گیرند صدا را صفا مي دهد.
اندام هاي غذا :راه بندان هاي کبد را به خوبي باز مي کند.
اندام هاي دفعي:مجراي بول را تنقیه مي نماید.بول ریگي را بیرون مي ریزد .سنگ کلیه و مثانه را از بین مي برد

کبیکه

ديسقوريدوس گويد چهار نوع است :
1 ـ برگش به برگ گشنيز شبيه و از آن پهن تر است .
2 ـ از نوع اولي بزرگتر و ريشه هايش ژرفا روتر است .
3 ـ بسيار كوچك و طلايي رنگ است .
4 ـ به نوع سوم شبيه ولي گلش سفيد شيري است .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :هر چهار نوعش گرم ، تند ، زخم آور ، زداينده ، پوست كن ، پوست گز و گدازنده است .
آرايش:برگ و شاخه اش قبل از آنكه خشك مي شوند در زدودن برص و سفيدي ناخن ، كم مويي بسيار مؤثرند و اثر مثبت دارند .
ورم و جوش :در برانداختن گري ، بركندن زگيل هاي ميخي ، و غده هاي آويزه اي ناشي از سرما بسيار داروي خوبي است .
زخم و قرحه :آب پز نيمه گرمش بر لكه هاي سياه مايل به سرخي (سعفه )مالند مفيد است .
سر :بيخ خشكيده اش از عطسه آورهاي قوي است .
گرد آن را بر دندان التهابي بمالند مفيد است .

## کچوله

گونه اي از کف دريا است که جامد شده و به ني چسبيده است .چنان تند مزه است که به کار خوردن نمي آيد ، بعد از آنکه از تندي آن مي کاهند آنرا چون مرهم ماليدني به کار مي برند .
مزاج :بسيار گرم است .
خاصيت :مزاج سرد و تباه را به حالت طبيعي بر مي گرداند و استعمال آن تنها بايد از راه ماليدن خارجي باشد .
آرايش :لکه ها را از بين مي برد .
دمل و جوش :جوش هاي شري را درمان مي کند .
زخم و قرحه :در مداواي گري تر و اگزما مفيد است .
مفاصل :ضمادش در علاج بيماري اعصاب سودمند است .

## کرویا

درختش در ارمنستان و مملکت (قماعینا )بسیار است و در عربستان و هندوستان و غیره نیز یافت مي شود .کرویا ثمر این رستني است .
آنچه ره آورد هندوستان و ارمنستان است و در کوبیدن سرسخت ، پر و متراکم است خوب است و در غیر این صورت ارزش ندارد .
قسم خوب کرویا بوي خون مي پراکند و مزه اش تند مایل به تلخي است .
مزاج :گرم و خشك
خاصیت :گرمي بخش ، خون به سوي پوست مي آورد ، گدازنده است و اندام هاي دروني را توان مي بخشد .
زخم و قرحه :با سرکه بر پوست بمالند علاج گري و بیماري ویروسي است .
مفاصل :در علاج درد عصب ، درد سرین ،دربیرون راندن بلغم ، در مداواي فلج و گرفتگي ماهیچه مفید است .
سر :با آب بخورند علاج صرع است .
سینه :سرفه را آرام مي کند و سینه را مي پالاید .
اندام هاي راننده :علاج درد و پیچ روده و ضد کرم و کرم کدو است .
زهرها :پادزهر نیش کژدم و حشرات دیگر است .
کرم سرخ ، کرم خاکي
اندام هاي دفعي :اگر با روغن زیتون و موم و زرده تخم مرغ مخلوط شود و از ماده گدازنده گیش بکاهد و سخت نشود در مداواي درد زهدان ، کلیه ، ادرار بول و حیض مفید است .
اگر با زیره سیاه قرد مانا باشد داروي بواسیر است .
تب ها :علاج تب و لرز است .
زهرها :پادزهر حشرات موذي است

كسيلي

چوبك هايي است مانند (فوه )روناس و سياهي بر آن چيره است .
مزاج :گرم و تر است .
خاصيت :چسبنده است و در شكستن نيروهاي داروهاي گرم كار صمغ عربي را انجام مي دهد .
آرايش :فربهي بخش است و رنگ رخساره و پوست را زيبا مي كند .

## كشوث

به شكل الياف و به ليف مكي مي ماند و بر خارها و درخت ها مي پيچد .
آبي برگ است و گلهاي كوچك و سفيد دارد .مزه اش تلخ گس است و تلخي چيره است .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :تنقيه مي كند .ريختني هاي لطيف را از رگ ها خارج مي نمايد . بر معده سنگيني مي كند ، زيرا قبض است .رگ ها را مي پالايد و هز زائده اي باشد بيرون مي آورد .افزاينده و لطيف است .
اندام هاي غذا :كشوث و به ويژه در روغن جوشيده اش معده را تقويت مي كند .
اگر همراه سركه بخورند سكسكه را تسكين مي دهد ،راه بندان هاي كبد و معده را باز مي نمايد و معده و كبد را تقويت مي نمايد . آب آن در بيماري يرقان بسيار مفيد است .
افشره كشوث بياباني را اگر بسايند و در آب انگور كهنه ريزند معده ناتوان را توان مي بخشد .
اندام هاي دفعي :پليدي هاي شكم بچه را در زهدان تنقيه مي كند ، زيرا تنقيه كننده رگ ها است .بول و حيض را راه مي اندازد .در تسكين پيچ و درد شكم و روده مفيد است .
آن را بردارند و خونريزي را بند مي آورد .
در روغن جوشيده اش قبوضيت مي دهد و رطوبت هاي زهدان را پاك مي كند .
تب ها :آزمايش شده است كه تخم و آبش بهترين علاج تب هاي كهنه است

# گشنیز

جالینوس فرماید قوتي که در تر و خشك گشنیز است قوتي مرکب است چیرگي با خاکي تلخ و آبي نیم گرم است و کمي گسي دارد که کمي گیرنده شده است .
مزاج :گرم و خشك
خاصیت :گیرندگي و تخدیر دارد . افشره آن با شیر هر ضرباتي را تسکین مي دهد .
ورم و جوش :علاج ورم گرم است . گشنیز با آبگوشت ساده ، سرکه ، روغن گل ، عسل و روغن زیتون علاج (شري ) و آتش فارسي است .
گشنیز همراه با آرد باقلا ، یا قاوت ، آرد نخود خنازیر را تحلیل مي برد . اگر بجاي گشنیز افشره اش باشد همین تأثیر را دارد .
سر :سرگیجه یا صرع که از بخار مراره اي یا بلغمي منشاء گرفته باشند چاره اش با گشنیز است .زیرا گشنیز بخار سر را دفع مي نماید و به همین سبب است که اگر کسي صرعش ناشي از بخار معده است گشنیز در خوراکش مي ریزند و زیاد به وي مي خورانند .گشنیز تر یا خشك ذهن را مشوش
مي نماید .گشنیز تر خواب آور است و خون دماغ را بند مي آورد .پاشیدن گرد خشکیده اش یا مزمزه کردن با افشره اش زخم داخل دهان را علاج مي کند .
چشم :تیرگي چشم پدید مي آورد .افشره اش را در چشم بچکانند و به ویژه اگر همراه با شیر پستان زن باشد پرش و ضربان چشم را تسکین مي دهد.
ضماد برگش بر چشم ، چشم را از مواد سیلاني محفوظ مي دارد .
نفس کش :علاج حفقان گرم است . گشنیز با آب بارهنگ بخورند خون برآوردن را قطع مي کند .
اندام هاي غذا :دیر هضم است . معده گرمي دار را توان مي بخشد . در روغن جوشیده اش مانع استفراغ است .
تخمش در روغن بجوشد قبض است .گویند تخمش باسیکي کرم هاي دراز را بیرون مي آورد گشنیز تر با عسل و روغن زیتون ورم گرم رگ هاي بیضه را فرو مي نشاند .
تر و خشك گشنیز قوت جماع را کاهش مي دهد .
زهرها :زیاد آن کشنده است . آدمي را به چنان غمي دچار مي سازد که غش مي کند و دق مرگ مي شود

كف مريم

شكل آن به كف دست مي ماند .قسمي با دو رنگ زرد و سفيد ، قسمي ديگر زردرنگ و گرد رنگ و بدون سپيدي مي باشد .سخت و كمي شيرين است . در آب كردن زوائد سخت ، بسيار مؤثر است .
مفاصل :در علاج بيماريهاي مربوط به اندام هاي عصبي سودمند است .
اندام هاي سر :مخصوصاً درمان ديوانگي است

# کف دریا

کف دریا پنج نوع است :
1 ـ ابري شكل و تندبو و بويش به بوي مشك ساييده مي ماند كه اين نوع پرمايه است و در كنار آب پيدا مي شود .
2 ـ ابري شكل و سبك و دراز و نرم است و بوي جل وزغ را مي دهد .
3 ـ گلرنگ
4 ـ بنفش رنگ كه اين دو نوع سبك و كم مايه و به پشم چركين شباهت دارند .
5 ـ به شكل قارچ است و رويه اش صاف و طرف اندروني زبر و هيچ بويي ندارد .
مزاج : گرم و خشك
خاصيت : پليدي ها را پاك مي كند ، زداينده وسوزنده است . كف درياي گلرنگ از ساير انواع آن لطيف تر است .
آرايش :سوخته كف دريا و به ويژه سوخته گلرنگ آن داروي كم مويي است . گويند كف درياي قارچي را براي ستردن مو و درمان لكه هاي سياه استعمال مي كنند .
سر :كف دريا عموماً دندان ها را استوار مي كند و صاف آن در جلا دادن دندان ها كاري تر است .
دمل و جوش :كف درياي صاف ورم هاي ميخي را علاج كند و گلرنگش داروي خنازير است .
زخم و قرحه :كف دريا عموماً و به ويژه دو نوع ابري آن در علاج گري چركين و انواع بيماري ويروسي مفيد هستند .
مفاصل : اگر كف گلرنگ را با موم و روغن گل مخلوط كنند داروي نقرس است .
اندام هاي غذا : گلرنگش براي طحال و استسقاء سودمند است .
اندام هاي دفعي : كف گلرنگ علاج دشواري بول و درد گرده است و سنگ مثانه را بيرون مي آورد .

## كمات

ديسقوريدوس گويد : بيخي است گرد و بي ساقه و بي برگ ، به رنگ خاكي پنبه آسا .
آنچه از زمين هاي ريگ زار است و بوي بد ندارد خوب و تر آن بهتر از خشك است .
خاصيت :بسيار غليظ است .
مفاصل : براي فلج خطر دارد .
سر :بيم سكته در بر دارد .
چشم :آبش ديده را جلا مي دهد .
اندام هاي غذا :دير هضم و آزار دهنده و بر معده سنگين است .
اندام هاي دفعي :سبب قولنج و بي اختياري ادرار مي شود .

كنيلا

تخم هايش ريگ مانند و سرخ است كه از سرخي ورس كمتر است .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :بسيار گيرنده است .
اندام هاي راننده :مي گويند چه بخورند يا بمالند كرم و كرم كدو را بيرون مي آورد .

## کور گندم

گلي است سبك وزن و به چوبك اشنان شبيه است .
بهترينش آن است كه از سرزمين بربر مي آورند و هر آنچه ره آورد رقه است خوب نيست .
مزاج :تر و سرد است .
خاصيت :خشكاننده است و رطوبتي هم دارد .
گويند خونريزي را بند مي آورد .
آرايش:بسيار چاقي مي دهد .

# کوشنه

ديسقوريدوس گويد :سه نوع كوشنه هست : يكي عربي كه سفيد ، سبك ، خوشبوي و مايل به زردي است . دومي از هند است كه سياه و به شكل خيار چنبر است .
سومي از سوريه آيد كه سم است و رنگ چوبش به رنگ چوبي شبيه است كه آن را (تند بو )گويند .
قسم خوبش كوشنه عربي سفيد ،تازه ، پرمايه ، درشت و رنگ نباخته است كه زبان را بگزد و بتراشد .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :آنقدر تلخي و تندي و حرارت دارد كه زخم مي آورد .
آرايش :با آب و عسل بر پوست بمالند لكه هاي سياه را بر مي دارد .
زخم و قرحه :زخم مي آورد . آنچه تلخ است زخم ترشح دار را مي خشكاند .
سر :در علاج بيماري (ليثرغس )مفيد است .
سينه :داروي سينه درد است .
اندام هاي راننده :خوردنش يا بوسيله ي قيف دود بر كشيدنش بول و حيض را ريزش مي دهد .
كرم كدو و كرم هاي ديگر را بيرون مي آورد . غريزه جنسي را تقويت مي كند .آن را بردارند يا بخورند يا در آب پزش بنشينند درد زهدان را درمان مي كند و با آب انگور كهنه بخورند شكم را روان مي سازد .
از آنجا كه داراي رطوبتي زائد و بادآور است در تقويت جنسي مؤثر است .
تب ها :با روغن زيتون مخلوط كنند و بر تن بمالند در تب لرز مفيد است .
زهرها :كوشنه را با خاراگوش همراه آب انگور كهنه بنوشند پادزهر نيش مار و ساير حشرات موذي است

# كهربا

صمغي است همانند سندروس .در شكستن نازك و شكسته اش به رنگ مايل به زردي و سفيدي است و بعضي نوع آن به مايل به سرخرنگي است .
كاه و خشكه گياه را بسوي خود مي كشاند و از اينرو آن را كهربا يعني رباينده كاه ناميده اند .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :خونريزي را از هر كجا باشد بند مي آورد .
ورم و جوش :گويند كهربا را بر ورم گرم ببندند سودمند است .
سر :خون دماغ را بند مي آورد . ماده آبكي كه از سر به سوي ريه سرازير مي شود با كهربا قطع مي شود .
چشم :از داروهاي چشم است .
سينه :نيم مثقال كهربا را با آب سرد بخورند تپش قلب را آرام مي بخشد و بهترين علاج خون برآوردن است .
اندام هاي غذا :بندآورنده استفراغ است . مواد بد را از معده دور مي سازد .با مصطكي مخلوط باشد معده را تقويت مي كند .
اندام هاي دفعي :خونريزي زهدان و مقعد را قطع مي كند .بي اشتهايي را از بين مي برد .

## ناخن بويا

قطعات اظفار الطيب شبيه ناخن است ، بوي معطر دارد و از دود آن در مداوا استفاده مي شود .
ديسقوريدوس گويد :از رده صدف هاست و از جزيره اي واقع در درياي هند مي آيد .در اين جزيره سنبل هم وجود دارد .
دو نوع است :قلرمي و بابلي .هر دو قسم بسيار معطر هستند .
نوع سپيد رنگ آن كه در درياي هند و يمن و بحرين پيدا مي شود و بهتر از نوع بابلي است سياه رنگ و ريز است .
به گفته ي عطاران بهترين نوع آن بحريني ،بعد مكي و جده اي است كه در آبادان يافت مي شود .
مزاج :گرم و خشك
خواص درماني :لطيف كننده است .
اندام هاي سر :دود آن براي مداواي صرع مفيد است .
اندام هاي دفعي :بخور آن در معالجه اختناق زهدان به كار مي رود .
اگر آن را با سركه بياميزند و بخورند هر نوع قبوضيتي را از بين مي برد .

نرثقيس

اين گياه دارويي است گرم و در مغز آن پيه سبز رنگ و بسيار قبض هست و اگر با روغن زيتون باشد عرق آور است .
سر :در سوراخ بيني بدمند خون دماغ قطع مي شود .
نفس و سينه :مغز تر آن هر خوني را كه در سينه گرد آمده بيرون مي آورد .
مغزش اسهال مزمن را علاج است .
زهرها :با آب انگور كهنه بخورند پادزهر مار است .

نقل خواجه

درختي است كويري كه بلنديش به يك ذراع مي رسد .
برگش سفيد رنگ اما نه بسيار سفيد .ثمرش شبيه فلفل ،روغن و شيره دارد .
مزاج :گرم است و نم دارد .
آرايش:فربه و زيبا مي كند .
اندام هاي غذا :در معده ماندگار است و هرگاه هضم شد غذاي بسيار مي دهد .
اندام هاي دفعي :آب پشت را فزوني مي دهد و شهوت را بر مي انگيزد .

نمك

درنمك تلخي و گيرندگي هست .قوتش نزديك به قوت بورك است . نمك چندين نوع است .سبك و متخلخل ، نمك كاني ، داراي كه بلوري است ، نمك نفطي و از اين رو سياه رنگ است نمك هندي سياه رنگ سياهش نفطي نيست در گوهر سياه است .نمك دريا همينكه آب ديد مي گدازد اما نمك كوهي به اين زودگدازي نيست .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :زداينده ، تحليل برنده و گيرنده است و بسيار بادزا .
نمك سوخته بسيار خشكاننده و گدازنده است و مانع گنديدگي است و خلط غليظ را سر حال مي آورد .
آرايش :نمك سوخته را بر دندان بمالند دندان را پاك مي كند و از كرم خوردگي نگه دارد و نمك را بر پوست بمالند لكه هاي سياه خوني را در هر جاي باشد مي زدايد .نمك به كاربردن به اعتدال رنگ و رو را زيبايي مي بخشد .
ورم و جوش :نمك با عسل و مويز ضماد دمل ها است .نمك با پونه و عسل ورم بلغمي را فرو مي نشاند و مورچگي را از زياد شدن باز مي دارد .
زخم و قرحه :گوشت هاي زائد و آويزه را مي خورد .داروي گري چركين و قوبا است .نمك را با روغن زيتون و سركه بر تن مالند و پهلوي آتش بنشينند عرق مي كنند وخارش بلغمي تسكين مي يابد .
مفاصل :نمك و آرد و عسل ضماد شود پيچش عصب را راست مي كند ، داروي نقرس است .نمك را با روغن زيتون مخلوط كنند و بر تن بمالند خستگي را در مي كند .
سر :نمك و پيه هندوانه ابوجهل را بر سر بمالند جوش ها را درمان كند .
نمك اندراني هوش را مي افزايد .نمك خوردني و به خصوص نمك اندراني لثه را محكم مي كند .نمك و سركه ضماد شود و بر گوش بگذارند درد گوش تسكين مي يابد .
چشم :زياده گوشت پلك را مي خورد و ناخنه را مي زدايد .قسمت شفاف و درخشانش در علاج تم و سفيدي چشم ويژگي دارد .لكه سياه خوني كه در چشم پديد مي آيد نمك و روغن زيتون و عسل را ضماد كنند و بر چشم بگذارند لكه را از بين مي برد .
سينه :نمك اندراني و نفطي و ساير نمكها بلغم لزج را در سينه از هم مي پاشند .
اندام هاي تنفسي:نمك نفطي را با عسل و سركه به دهان بمالند در علاج

خناق و ورم زبان كوچك و خرخر كردن مفيد است .
اندام هاي غذا :نمك درد معده سرد را درمان مي كند .هر نمكي و به ويژه نمك نفطي و اندراني در استفراغ كمك هستند .
اندام هاي دفعي :همه انواع نمك مواد دردي را بيرون مي ريزند و سرازير شدن خوراك را آسان مي كنند .نمك نفطي بلغم گنديده و ماده آبكي و مراري و سودا را پراكنده مي كند و در حقنه به كار مي رود .
نمك بسيار سياه كه نفطي نيست بلغم و سودا را بيرون مي راند .
زهرها :با تخم كتان ضماد شود پادزهر نيش كژدم است .
با سركه و عسل پادزهر هزارپا و زنبورها است .نمك و سكنجبين گزند افيون و قارچ سمي را خنثي مي كند .

نمك چيني

سنگي است كه نمك بر آن مي نشيند و آن را گل اسيوس مي نامند .
گمان مي رود كه نمك مزبور از رطوبت دريا و شبنمي كه بر آن مي نشيند به وجود مي آيد .
خاصيت درماني :قوت آسيوس و گل آسيوس بازكننده و جوش دهنده است . اندكي گندانند‌ه است و گوشت گنديده را آب مي كند و گزشي ندارد .
دمل و جوش :اگر آسيوس را با سقز درخت بنه ضماد كنند جراحت ها را از بين مي برد .
زخم و قرحه :در مداواي زخم هاي دشوار ،شديد ، بزرگ و عميق سودمند است .
مفاصل :آن را با آرد جو بر جاي نقرس مي گذارند .اگر بيمار نقرسي دست و پا را در پخته آن بگذارند مفيد است .
اندام تنفسي :آن را با عسل بليسند زخم هاي شش را معالجه مي كند .
اندام هاي غذا :با آهك و سركه بر طحال بمالند سودمند است .

ننه حوا

كمي تلخ است و تند مزه .تخمش از همه اجزايش مفيدتر است .
مزاج :خشك است .
خاصيت :با اينكه خشكاننده است نرم كننده هم هست . بندآمده ها را باز مي كند .
آرايش :خوردني يا ماليدني آن رنگ را زرد مي كند . در داروهاي برداشتن لكه هاي لك و پيس و برص مفيد است . با عسل معجون شود لكه هاي سياه خوني را در هر جا باشد مي زدايد .
سينه :در علاج پليدي هاي سينه و دل بهم آمدن مفيد است .
اندام هاي غذا :رطوبت معده را بر مي چيند ، دل بهم آمدن و تهوع را تسكين مي دهد .براي كبد و معده سرد مفيد است .
با آب انگور كهنه بخورند بول را ريزش مي دهد . بي اختياري ادرار را از بين مي برد . سنگ را بيرون مي آورد .گرده و مثانه را مي پالايد .بادشكن است .درد و پيچ روده را تسكين مي دهد . با صمغ صنوبر بخور شود زهدان را پاك مي نمايد .
تب ها :در علاج تب هاي كهنه بهترين درمان است .
زهرها :آب پزش را بنوشند پادزهر حشرات است و بر نيش كژدم بپاشند درد تسكين مي يابد .

## نوشادر

بهترينش نوشادر (بيكالي )صاف و بلوري است .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :لطافت بخش و گدازنده است .
چشم :در سفيدي چشم مفيد است .
نفس كش :زبان كوچكه افتاده را بالا مي برد و در خناق مفيد است .

ني

انواع دارد :
1 ـ ني تودار كه تير از آن مي سازند .
2 ـ ني ماده كه زبانه ناي هاي نواختني مي شود .
3 ـ ني ستبر و بند بند كه قلم مي گردد .
4 ـ ني ستبر و توخالي كه در كنار جويبارها مي روید .
5 ـ ني شوره زاري كه باريك و سفيد است و اكثريت مردم بيخ آن را مي شناسند .
6 ـ ني بسيار باريك توخالي كه از آن حصير مي سازند .
7 ـ ني بسيار ستبر و دراز و دير شكن كه از هند آورند و نيزه مي كنند (خيزران ).
مزاج :بسيار سرد و خاكسترش گرم است .
خاصيت :برگ و ريشه آن كمي زداينده است .ضمادش خار و پيكان بر مي كشد .تكه هاي ني و بقاياي تير را از ژرفاي گوشت بيرون مي آورد .
آرايش:پوست و ريشه ني داروي كم مويي است ، پليدي را مي زداید .
بيخ ني با پياز دشتي پيكان را جذب مي كند .
ورم و جوش :برگ سبزش را بر باد سرخ و ورم گرم بگذارند مفيد است .
مفاصل :پيچش عصب را چاره است .
سر :گلش در گوش افتد كري همراه دارد و در بيرون آمدن سرسختي مي كند .سوخته ني سعفه و بيماري ويروسي پوستي سر را علاج مي كند .
اندام هاي راننده :بول و حيض را ريزش مي دهد .
زهرها :پادزهر نيش كژدم است .
ني نهاوندي
نوعي ني است كه در هندوستان مي روید . خوبش آن است كه به رنگ ياقوتي باشد و بندهايش كم فاصله و چون بشكني چندين پارچه شود .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :لطافت بخش ، كمي گيرنده و تند است .
آرايش: بدرنگي خون خشكيده را مي زداید .
ورم :ورم را نرم مي كند .
مفاصل :داروي گسستگي در ماهيچه است .
چشم :جلاي ديده است .
سينه :بوسيله ي قيف دودش را بركشند داروي سرفه است و اگر با سقز خام باشد بهتر است .
اندام هاي غذا :با عسل و تخم كرفس علاج ورم كبد و معده و مانع شكم

گنده شدن است .
اندام هاي راننده :با تخم كرفس به نفع گرده و علاج چكميزك است .
خوردن آب پزش يا در آن نشستن درد زهدان را دوا مي كند .
با عسل و تخم كرفس بخورند ورم زهدان را فرو مي نشاند .

# نيل

دو نوع است :كاشتني و بياباني .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :گيرنده است و خونريزي را باز مي دارد .نيل كاشتني خشكاننده اي قوي و بي گزش است .
در نيل بياباني تند مزاجي هست ،از كاشتني خشكاننده تر است و مواد را از ژرفا جذب مي كند .
آرايش: لكه هاي سياه و لك و پيس را مي زدايد و در كم مويي مفيد است .
ورم و جوش :نيل آماس فروهشتگي و سست اندامي را فرو مي نشاند . زخم هاي پليد را در اندام هاي سخت علاج مي كند .
عموماً هر ورمي كه نوخاسته است علاجش با نيل است . نيل و آرد جو را ضماد كنند باد سرخ و مورچگي را مداوا مي كند .
زخم و قرحه :نيل كاشتني كه بسيار خشكاننده است زخم هاي گرم بدن هاي سخت را درمان مي كند .نيل بياباني حدتي دارد و در علاج زخم گنديده اثري عجيب دارد .نيل كاشتني كه حدت كم دارد و ملايم است براي علاج زخم ها بهتر است .
سائيده نيل كاشتني با عسل در سوختگي مفيد و زخم عصب را درمان مي كند و اگر با آرد شلمك باشد در جذب و بركشيدن خار و پيكان سودمند است .
سينه :سرفه قي آور كودكان را علاج است افشره اش نيز در اين زمينه مفيد است .درمان زخم شش و درد شديد سودايي درون است .
اندام هايي غذايي :نيل و به ويژه نيل بياباني به نفع طحال است .

نيطافيلي

شيره گياهي است كه آن را پنج برگ مي نامند .
خاصيت :بسيار خشكاننده است ولي نه تند و تيزي دارد و نه گزش و سوزش .
ضمادش خونريزي را قطع مي كند .
ورم و جوش :ضمادش علاج خنازير ، سخت شده هاي بلغمي ، كژدمه و گري است .
مفاصل :داروي درد مفاصل و بيماري اعصاب است و اگر ضماد كنند يا بخورند آماس رطوبتي بيضه را (قليه )فرو مي نشاند .
سر :با آب پز بيخ آن مزمزه بكنند درد دندان را تسكين مي دهد .زخم دهان را خوب مي كند .برگش را با آب انگور كهنه سي روز بخورند علاج صرع است .
سينه :آب پزش را در گلو بگردانند زبري گلو برطرف مي شود .افشره بيخش درمان درد شش است .
افشره اش را با نمك و عسل بياميزند و چند روزي بخورند در يرقان و درد كبد مفيد است .بيخ و آب پز بيخش باز دارنده اسهال ، علاج زخم روده و داروي بواسير است .
تب ها :برگش با ادرو مالي يا با آب انگور كهنه تب نوبه و سه اندرميان را دوا مي كند .
زهرها :افشره بيخش سم قاتل است .

واله

گياه پوسته مانند باريك و نازكي است كه دور ساقه درخت بلوط ، صنوبر و گردو مي پيچد و بوي معطر دارد .
نوع سفيد رنگ اين گياه مطلوب و نوع سياه رنگش نامطلوب است .
ديسقوريدوس گويد :«بهترين نوع اشنه همان است كه بر ساقه صنوبر مي پيچد و بعد از آن نوعي كه بر ساقه گردو مي پيچد و هر قدر خوشبوتر باشد بهتر است و نوع سپيد رنگ مايل به آبي از سپيد ساده مرغوب تر است » .
مزاج :اشنه سرد مايل به ولرم و داراي قبوضيت معتدل است .
خواص درماني :گيرنده ، تحليل برنده و نرم كننده است . نوعي كه بر ساقه صنوبر مي پيچد گيرندگي معتدل دارد .نوعي كه بر ساقه بلوط مي نشيند بند آمدگي ها را باز مي كند و گوشت سست را محكم مي گرداند .
دمل و جوش :مرهم اشنه دمل هاي گرم و ورم هاي گوشت نرم را تسكين مي دهد و قسمت هاي سفت شده را نرم مي گرداند .
مفاصل :اشنه را در مرهم هاي ضد خستگي بكار مي برند . مرهم و جوشاننده آن سختي مفاصل را از بين مي برد .
چشم :چشم را جلا مي دهد .
اندام هاي تنفسي و سينه :در معالجه خفقان مفيد است .
اندام هاي تغذيه اي :قي را بند مي آورد ، معده را توان مي بخشد و باد آن را از بين مي برد .به ويژه خيسانده آن در آشاميدني ها خاصيت گيرندگي دارد و درد كبد ناتوان را رفع مي كند .
اندام هاي دفعي :انسداد زهدان را باز مي كند .نشستن در آب اشنه براي تسكين درد زهدان و دفع خون حيض مفيد است .

وج

منظور از وج ريشه گياهي است مانند پاپروس كه در آب هاي راكد مي رويد و براين ريشه ها چند گرهي است كه به سپيدي مي زنند و بوي بد و كمي بوي وش دارند و مزه اش تند و تيز است .
بهترينش پرمايه تر و متراكم تر و خوشبوتر است .ديسقوريدوس گويد : بهترين وج آن است كه سفيد رنگ ،پرمايه ، ميان پر و خوشبو باشد . متخلخل و خراش برداشته خوب نيست .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :باد را پراكنده مي كند و با كرده را فرو مي نشاند .لطافت مي دهد ، زداينده بي سوزش است و باز مي كند .
آرايش :رنگ و رو را صفا مي دهد . لك و پيس و لكه سفيد برص را مي زدايد .مفاصل :وج و آب پزش چه ماليدني و چه نوشيدني در علاج ترنجيدگي و گسستگي ماهيچه سودمند است .
سر :مسكن درد دندان و علاج سنگيني زبان است .
چشم :ستبري قرنيه را باريك و سفيدي چشم را بر طرف مي سازد .
سينه :آب پزش علاج درد سينه و پهلو است .
اندام هاي غذا :در مداواي درد سرد كبد سودمند است . تقويت كبد مي كند و معده را توان مي بخشد .سختي طحال را از بين مي برد . طحال را بسيار لاغر مي گرداند .معده را تنقيه مي نمايد .
پيچ و درد شكم و فتق را علاج مي كند .آب پزش درد زهدان را تسكين مي دهد .ادرار بول مي كند .حيض را به راه مي اندازد . داروي چكميزك است .
چنانكه گويند شهوت انگيز است و ميل جماع را بر مي انگيزد .
درد روده و خراش روده كه از سرما باشد علاجش با وج است .
زهرها :پادزهر حشرات موذي است

ورس

چيزي است سرخ به رنگ خون و شبيه زعفران سائيده است .آن را از يمن مي آورند و گويا تراشه درختي است .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :قبض است .
آرايش :در از بين بردن لكه هاي سياه و كك و مك مفيد است و خوردن آن لكه سفيد را از بين مي برد .
دمل و جوش :داروي جوش ها است .
زخم و قرحه :در علاج گري ، خارش ، سعفه و بيماري ويروسي سودمند است .

وسمه

برگ نيل است .بهترينش خراساني است .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :قبض است و زداينده .
آرايش :رنگ مو است .
وليم
آشي است كه همه مي شناسند .
آرايش :فربهي مي دهد و براي كسي كه تنش خشك است سودمند است .
اندام هاي غذا :دير هضم و بسيار مغذي است .

هال بوا

همان خيربوا و از قافله ي لطيف تر است .
مزاج :گرم و خشك است .
اندام هاي غذا :كبد و معده سرد را توان مي بخشد .براي هضم طعام بسيار مفيد است .

هزار گوشان

مزاج :گرم و خشك
خاصيت :تند و تيز ، زداينده ، خشكاننده ، لطافت بخش است و با ملايمت گرمي مي دهد .
آرايش :بيخ هزار گوشان با گاودانه و شنبليله پوست بدن را صاف و پاك مي كند و لكه ها و اثرهاي زشت و سياه را كه بقاياي زخم باشد مي زدايد .
اگر هزار گوشان با روغن بپزد تا بكلي از هم بپاشد ،لكه هاي زشت و خون خشك شده زير چشم را مي زدايد .
ورم و جوش :بيخش زگيل ها و جوش هاي شري را ريشه كن مي كند .
زخم :ضماد بيخ هزارگوشان با نمك داروي زخم پليد است .
هزارگوشان را در مرهم هاي گوشت خوار به كار مي برند .
ثمر آن را بر گري چركين و خشك بمالند مفيد است و پوست مي اندازد .
مفاصل :ضماد بيخش كه با آب انگور كهنه باشد تكه استخوان ها را بيرون مي آورد .
هرروزه مقداري از آن خورده شود علاج فلج است .خوردن و ماليدنش دواي گسستگي ماهيچه است .
سر :به مدت يك سال هر روز مقدار هزار گوشان خورده شود صرع و بيماري كم هوشي و سرگشتگي را شفا مي دهد . اما گاهي مي شود كه سبب درهم شدن عقل مي گردد .
سينه :از هزارگوشان و عسل ، ليسيدني سازند داروي خناق و بد نفسي و سرفه و پهلودرد است .
افشره اش را با گندم نپخته بخورند شير پستان افزايش مي يابد .
اندام هاي غذا :جالينوس فرمايد :خوردن جوانه هاي نوبر آمده هزار گوشان كه كمي تلخ و تند است ، به سود معده مي باشد .
اندام هاي راننده :مغز (قلب )هزارگوشان را در نخستين مرحله پيدا شدن كامل يا پخته بخورند بول را ريزش مي دهد .شكم را روان مي كند .
در آب پزش بنشينند زهدان را تنقيه مي كند .افشره اش بلغم را بيرون مي آورد .براي طحال داروي خوبي است و اگر در روغن بپزند داروي بواسير پيزي است .
در آب پز هزارگوشان بنشينند يا آب پزش را بر ورم بريزند ورم ها را از بين مي برد و مشيمه را بيرون مي آورد .
زهرها :كمي از بيخش پادزهر مارگزيدگي و ساير حشرات موذي است .

هوه چوبه

بعضي گويند همان حسن الحمار (گل قاصد )است كه آن را شنجار هم مي نامند .گياهي است داراي كرك و خاردار .زبر و سياه رنگ . برگهايش زياد و به ساقه چسبيده .بيخ آن به ستبري انگشت و بسيار سرخ رنگ است و اگر در تابستان به آن دست بزنند دست را رنگ مي كند .
آرايش :با سركه بر لك و پيس بمالند مفيد است و آن را بكلي از بين مي برد . در معالجه پوست پوست شدن بدن بسيار مفيد است و برگش از بيخ آن كم تأثيرتر است .
دمل و جوش :مخلوط با آرد كشك باد سرخ را از بين مي برد .
زخم و قرحه :با موم مخلوط مي كنند و برزخم مي گذارند مفيد است و به ويژه براي سوختگي آتش بسيار سودمند است .
اندام ها ي غذا :ريشه اش معده را دباغي مي كند . آن را بجوشانند و با عسل آب رقيق بخورند در مداواي يرقان و درد طحال سودمند است .
اندام هاي دفعي :آن را در عسل آب بجوشانند يا با عسل آب بخورند درد كليه و سنگ كليه را از بين مي برد .
خلط هاي مراري را تحليل مي برد .ريشه زرد آن برگ همراه زوفا و خردل كرم ها را مي كشد و بيرون مي راند .
تب ها :پخته بيخ اين گياه با عسل آب تب هاي مزمن را از بين مي برد .
زهرها :پخته ميوه سرخ و برگ زرد را بجوند و بر حشره موذي تف كنند مي كشد .در مارگزيدگي نيز سودمند است .

ياسمين

سفيد آن از زرد گرم تر و زرد آن از ارغواني رنگش گرم تر است .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :رطوبت را لطيف مي كند و روغنش براي پيران سودمند است .
آرايش:اگر در حمام صورت را با تر و خشك آن بشويند ، لكه هاي سياه پوست از بين مي رود .
بسيار بو كردن ياسمين رنگ را زرد مي كند .
مفاصل :روغن ياسمين در علاج بيماريهاي ناشي از سرما كه براي اعصاب و پيران رخ داده مفيد است .
سر :بويش سردرد مي آورد و با اين همه اگر آن را بو كنند سردردي را كه از بلغم لزج پيدا شده از بين مي برد .
بو كردن روغن خالص ياسمين ـ عطر ياسمين سبب خون دماغ گرمي داران مي شود

# لادن

گياهي است كه نامش قاسوس مي باشد .شبنمي كه بر اين گياه مي نشيند از ماده اي كه در گياه است تأثير مي پذيرد و از ماده تراوشي و شبنم چيزي پديد مي آيد كه بوي خوش دارد .
بزها وقتي در چراگاه به اين گياه مي رسند و از آن مي چرند و گردن به گياه مي سايند اين ماده به مو وپشم آنها مي چسبند و مردم آن را جدا مي كنند و اين جدا شده را لادن مي نامند .خالص آن لادني است كه به موهاي بالايي چسبيده و گرد و خاك ندیده است .بهترين نوعش لادن چرب و سنگين و زود رنگ قبرسي است كه بوي خوش دارد و ريگ در آن نفوذ نكرده است و در روغن تمامش مي گدازد و هيچ دردي بجا نمي گذارد اما لادن سياه قير مانند خوب نيست .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :بسيار لطيف ، كمي قبض ، رساننده رطوبت هاي متراكم كه به اعتدال آنها را تحليل مي برد .نيرويي جذب كننده و گرمي بخش در آن هست كه دهانه رگها را باز مي كند و مسكن درد است .
آرايش: لادن و به ويژه اگر با روغن آس و آب انگور كهنه باشد از لطافتش كه ژرفا رواست مواد تباه زير پوست را تحليل مي برد و پوست را از آلايش گوشتخوار پاك مي كند و سبب رويش
مو ،افزوني مو و تراكم مو مي شود .زيرا ماده سازگار با مو را به سوي پوست و رستنگاه مو مي كشاند .در اوايل طاس شدن و برا ي جلوگيري از ريزش و كم شدن موي سر بسيار مفيد است .
زخم و قرحه :زخم هاي وخيم و صعب العلاج را خوب مي كند .
سر :لادن مخلوط با روغن گل را در گوش بچكانند ، درد تسكين مي يابد .
از داروهاي ضد سردرد و تپش مي باشد .
نفس كش :خوردنش داروي سرفه است .
اندام هاي دفعي :فرزجه از لادن ورم و زخم را از بين مي برد .
اگر با آب انگور غليظ كهنه خورده شود شكم را بند مي آورد و بول را ريزش مي دهد

لاجورد

قوتش همان قوت صمغ گياه بدران و كمي از آن ضعيف تر است .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :گزنده ، گنداننده ، زداينده همراه تندي و كمي گيرندگي . مي سوزاند و زخم مي آورد .
آرايش :زگيل ها را از بين مي برد .
چشم :رويشگاه موي مژه را به بهترين حالت در مي آورد . موي مژه را زياد مي كند .
سينه :درمان نفس بريدگي ناشي از خستگي است .
اندام هاي دفعي :بخورند يا بردارند ريزش ملايم به بول مي دهد ، داروي درد گرده است .

لاك

شيره گياهي است كه به مر شبيه است .لاك بوي خوش دارد و بايد در استعمال آن مواظب باشند .
آرايش :بسيار لاغر كننده است .
نفس كش :در تپش قلب مفيد است .
اندام هاي غذا : تقويت كبد مي كند و در علاج يرقان و استسقا و درد كبد سودمند است .

لايه

بهترين و سالم ترين دردي لايه آب انگور غليظ و كهنه و سپس هر آنچه شبيه است . دردي سركه بسيار تند و قوي است .بايد آن را بعد از خشك كردن ساييده و چون سوزاندن كف دريا سوزاند .يعني بايد آن را در پارچه گل اندود يا در ديگ گذاشت تا بسوزد .
بايد آن قدر بسوزد تا سفيد رنگ گردد و گردي لطيف گردد .
هر نوع دردي كه كهنه نباشد براي نفع دارويي بايد سوزانده شود و آنگاه به كار برده شود . دردي كهنه از قوتش كم شده است و نياز به سوختن ندارد . بايد دردي را در ظرف هاي ويژه نگاهداري كنند كه هوا نزند و گاهي دردي را همچون توتيا شستشو مي دهند .
خاصيت :دردي سركه قوي ترين دردي ، زداينده و جمع كننده است . سوخته آن سوزنده است و با نيروي ديگري كه در آن وجود دارد مي گنداند .
آرايش:دردي سوخته با صمغ درخت صنوبر سپيدي ناخن را از بين مي برد .
دمل و جوش :دردي ناسوخته به تنهايي داروي التهاب ورم است و اگر با آس باشد التهاب را فرو نشاند و جوش هايي را كه چرك ندارند علاج مي نمايد. سينه :دردي ناسوخته سيلان مواد را از معده مانع مي شود .
دردي ناسوخته ضماد شود و از خارج بر رحم بگذارند نزيف حيض را باز مي دارد .

لبلاب

مزاج :تقريباً در سردي و گرمي برابر است و تا اندازه اي گرايش به گرمي دارد .
خاصيت :گدازنده و باز كننده است .
آرايش :شير لبلاب بزرگ مو را مي سترد و شپش كش است .
زخم و قرحه :اگر با موم و روغن گل (قيروطي ) مرهم شود بهترين داروي سوختگي است .
سر :در گوش چكاندن افشره اش درد گوش را تسكين مي دهد و ورم گرم گوش را فرو مي نشاند .لبلاب رطوبت هاي مزمن و زخم هاي كهنه شده گوش را علاج مي كند .افشره آن براي سردرد مزمن مفيد است .
اندام هاي تنفسي : برنشيت را تنقيه مي كند ،براي سينه و شپش خوب است. اندام ها ي غذا :راه بندان كبد را باز مي كند .
اندام هاي دفعي :آب لبلاب زرداب سوزنده را بيرون مي آورد و ناپخته اش بهتر است

لعل معبري

صمغي است بدمزه كه ره آورد عربستان است .
خاصيت :كمي چسبندگي دارد .
آرايش:اثر زخم را بزودي از بين مي برد . براي لاغر شدن هر روز مقداري را با سكنجبين يا آب بخورند بسيار سود مي بينند .
سر :در علاج افتادن گوشت لثه و تسكين درد دندان بي مانند است .
چشم :جلاي ديده است .
نفس كش :با عسل آب داروي برنشيت است . كشتي گيران به كار مي برند .
اندام هاي غذا :سه روز سكنجبين بخورند طحال را بسيار لاغر مي كند .
اندام هاي راننده :با عسلاب حيض را راه مي اندازد

انواع لوبيا

مزاج : گويند سرد و خشك است ولي عده اي مي گويند گرم است و لوبياي سرخ از هرنوع گرم مزاج تر است .
خاصيت :لوبيا از ماش زود هضم تر است ولي باد آورتر است و باقلا از لوبيا بادزاتر مي باشد .
نفس كش :براي سينه و شش خوب است .
اندام هاي غذا :خلط غليظ پديد مي آورد و دفع گزندش با خردل ، سركه و نمك ، فلفل و مرزه است .
اندام هاي دفعي :لوبيا و به ويژه لوبياي سرخ اگر با روغن سنبل باشد حيض را ريزش مي دهد .
لوبياي مصري
گياهي است كه به لوبيا گرگي شبيه است و از اين روي آن را ترمس ناميده اند و ترمس لوبيا گرگي است .
مزاج:گرم و خشك
خاصيت درماني :به حالت اعتدال مي خشكاند و زداينده است .
آرايش:لكه هاي سياه صورت را به حالتي معتدل از بين مي برد .
زهرها :جالينوس فرمايد : اين گياه مخصوصاً براي دفع گزند سگ هار بسيار خوب است و بيماراني را نجات داده و از اين رو يونانيان آن را آلوسن ناميده اند .(شفاي هاري )
لوبيا گرگي
كاشتني و بياباني هست .
ترمس بياباني تأثيرش بيشتر اما كوچكتر است .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت : تلخيش زداينده و تحليل برنده بي آزار است .
آرايش :مو را نازك مي كند ، ترمس و به ويژه اگر در آب باران بپزند تا از هم بپاشد و آب آن را بر پوست بمالند در زدودن لكه هاي رخسار و لك و پيس و برص و لكه هاي خون خشك شده و جوش هاي صورت بسيار مفيد است و رخساره را جلا مي دهد .
ورم و جوش :علاوه بر جوش صورت در علاج زخم و ورم گرم و خنازير و سخت شدني ها مفيد است به شرطي كه با سركه و عسل و تأثيرش از بدني تا بدني متفاوت است .
زخم و قرحه :ترمس كه با بيخ خاما لاون ضماد مي شود داروي گري است و حتي گري حيوانات را نيز شفا مي دهد و در علاج خوره ، گري خشك ، زخم بد و پليد مفيد است .

مفاصل : ضمادش داروي بيماري اعصاب است .
سر : آردش علاج زخم تر سر است .
اندام هاي غذا :ترمس و به ويژه اگر با سركه و عسل بپزند يا با عسل و فيجن و فلفل بپزند راه بندان هاي كبد و طحال را باز مي كند .
اندام هاي راننده :پخته اش را بر ناف بمالند و از آن بخورند يا با عسل مخلوط كنند و بليسند يا با سركه بخورند داروي كرم و كرم كدو و در تسكين درد بيماري اعصاب مفيد است . اگر با فيجن و فلفل بخورند و بردارند يا با مرو عسل مخلوط كنند و بردارند حيض را راه مي اندازد .
اگر با عسل و سركه بخورند كرم ها را بيرون مي آورد .
بول را ريزش مي دهد و قبض است .

ماميثا

بلوط مانندهايي است زرد رنگ مايل به سياهي و زودشكن . تلخ است و تركيبي از گوهر آبي و خاكي دارد . سردي آبي اش زياد نيست و هم مزاج آب آبگيرها است .
اين گياه اكثراً در بلندي ها مي روييد و ريشه اش بسيار تند بو ، تلخ مزه و افشره اش به رنگ زعفران است .
مزاج :سرد و خشك
خاصيت :گيرنده ولي ملايم .
ورم و جوش :در علاج ورم گرم و پر مايه مفيد است . باد سرخ كم و ناتوان را در بدن هاي سخت شفا مي دهد . اما شايسته بدنهاي كوچك و نرم نيست زيرا بسيار خشكاننده است .
چشم : درد چشمي را كه در مرحله اول باشد شفا مي دهد .

ماه پروين

تكه هايي است شبيه زراوند و از آن باريك تر است . در تأثير بعضي همانند زراوند و از آن قوي تر است . با بيش هم رستنگاه است و بيش در همسايگي آن قوت خود را بسيار از دست مي دهد .
ماسرجويه گويد :قوت ماه پروين چون قوت گياه درونه و از درونه ناتوان تر است .
زهرها :پادزهر همه سم ها است . از مار گرفته تا بيش و غيره .

## ماهودانه

ماهودانه را حب الملوك نيز مي گويند . درختش را در مملكت ما ، سيستان مي نامند .برگ هايش به ماهي هاي ريز مي مانند كه به درازاي يك انگشت باشند .
مزاج :گرم و خشك
مفاصل :مسهل است و از اسهالي كه مي دهد علاج درد مفاصل و نقرس و بيماري اعصاب است .
اندام هاي غذا :در علاج استسقا مفيد است

مازيون (هفت برگ )

از گياهان بزرگ شيردار است و بر دو نوع :يكي برگش بزرگ و نازك و ديگري كوچك و ستبر است .نوع اول بهتر است و اگر نوعش سياه باشد كم قاتل است .
بهترينش آن است كه برگ زياد دارد و برگ ها به برگ درخت زيتون شبيهند و لطيف تر .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :زداينده ، پاك كننده و پوست كن است و بسيار تند .
آرايش:هر نوع از آن را كه با گوگرد مخلوط كنند و بر پوست بمالند علاج لك و پيس و كك و مك و لكه هاي سفيد پوست است .
زخم و قرحه :همه انواع آن كه با عسل مخلوط شوند بيماري ويروسي و زخم پليد را درمان مي كند .
سر : آب پز آن و بخصوص آب پز نوع سياهرنگ آن در دهان بگردانند درد دندان تسكين مي يابد .مازيون را با فلفل و موم عجين كنند و تكه اي از آن بر دندان دردمند بچسبانند سود مي بينند .
اندام هاي غذا:مازريون براي كبد بسيار بد است.
اندام هاي دفعي :مازريون و به ويژه آنچه از گياه سبزش كه در وقت گل دادن است مي گيرند ماده آبكي را بيرون مي دهد .
زهرها :مازريون را همراه آب انگور كهنه بنوشند پادزهر حشرات است .
مازريون سياه را كه سم قاتل است اگر با قاوت مخلوط كنند و به وسيله ي آب و روغن زيتون عجين كنند موش و سگ و خوك را مي كشد .
آدمي دچار افسردگي و استفراغ و اسهال شديد شده و مي ميرد .

محلب

آلوبالوي تلخ ، بهترينش سفيد رنگ صاف مرواريدي است .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :زداينده ، لطيف ، تحليل برنده و مسكن درد است .
مفاصل :در علاج پهلو درد و درد پشت داروي خوبي است .
اندام هاي تنفسي :با عسل آب بخورند در غش كردن سودمند است .
داروي قولنج و سنگ كليه و سنگ مثانه است .

مر

صمغي است كه خالص و تقلبي دارد بهترينش آن است كه رنگش به سياهي و سرخي مي زند .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :باز كن ، بادشكن ، گيرنده ، چسبنده و نرم كننده است .
آرايش: اگر مر با روغن آس و لادن مخلوط باشد مو را قوي و پرپشت مي گرداند .اثر زخم را از بين مي برد . اگر مر را در دهان گيرند بوي دهان را خوش مي كند .گند دهان را مي زدايد . مر مخلوط با زاج بلوري بوي گند زير بغل را مي زدايد .مر با عسل و دارچين ختايي داروي زگيل است .
ورم و جوش :علاج ورم بلغمي است .
زخم و قرحه :زخم را بهم مي آورد . استخوان لخت را مي پوشاند . با سركه داروي قوبا است و زخم هاي گنديده را شفا مي بخشد .
مفاصل :مر با صدفه خوراكي معجون شود و بر درد و زخم اندام هاي كركي مانند گوش و غيره بمالند شفا مي دهد .
سر :سردرد مي آورد . مر مخلوط با آب انگور كهنه و روغن زيتون را در دهان بگردانند دندان ها را نيرومند و محكم مي كند ، كرم خوردگي را از بين مي برد . لثه را محكم مي كند . رطوبت لثه را بر مي چيند . گرد مر را بر زخم سر بپاشند زخم را خشك مي كند .سوراخ بيني را با مر بيندايند آبريزي هاي هميشگي را قطع مي كند .
چشم :اثر زخم را در چشم از بين مي برد ، زخم چشم را پر مي كند ، سفيدي را مي زدايد .زري پلك را از بين مي برد . چرك و ريم چشم را بدون هيچ آزاري از بين مي برد .
اندام هاي نفس و سينه :در معالجه سرفه مزمن و مرطوب ، سرماخوردگي ،تنگ نفسي و بلند نفسي و پهلو درد مفيد است زيرا به لطافت و ملايم مي زدايد و زبر نمي كند .صدا را صاف مي كند .زير زبان بگذارند و آب را قورت دهند زبري گلو را بر طرف سازد .
اندام هاي غذا :مر خالص درعلاج سست شدن معده ، آب زرد و باد كردن معده سودمند است .
مر به ويژه اگر با آب سداب يا آب خاراگوش يا آب لوبيا گرگي حقنه شود ، حيض را ريزش مي دهد .تلخي كه در آن است سبب بيرون راندن كرم و كرم كدو مي شود .بهم آمدن دهانه زهدان را نرم مي كند .
به اندازه ي يك باقلي مر بخورند داروي زخم روده ، پوست اندازي روده ، و اسهال است .
تب ها :به اندازه ي يك دانه باقلا با فلفل خورده شود ، تب لرز را كه در

اوايل باشد از بين مي برد .
زهرها :با آب انگور كهنه خورده شود پادزهر كژدم است

مشو

در دارويي بودن به عدس شبيه و از عدس دير هضم تر است .
مزاج :معتدل و مايل به خشكي است .
خاصيت :همچون عدس قبض است و سبب سودا مي شود .
مفاصل :براي مفاصل خوب است و ضماد آن فتق و آب در بيضه آمدن كودك را شفا مي دهد .
اندام هاي دفعي :قبوضيت مي آورد .

مشك

نافه حيواني است كه به آهو شبيه است يا خود نوعي از آهو است كه دو دندان پيشينش به سوي داخل خم شده اند و به دو شاخ شبيه هستند .
مشك آهوي تبت خوب است و مي گويند مشك آهوي چين و جر جيراول است و در درجه ي دوم مشك آهوي هندي است .
مشك آهويي بسيار خوب است كه از گياه بهمنين و سنبل بخورد و در درجه ي دوم مشكي است كه آهوي آن مر خورده باشد .از حيث رنگ و بو زرد شكوفه آسا بهترين است .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :لطيف و توان بخش است .
چشم :ديده را نيرو مي دهد . رطوبت هاي چشم را از بين مي برد و سپيدي نازك چشم را مي برد .
نفس كش و سينه :شادي آور و توان بخش دل است . ضد تپش و بيماري ترس است .
زهرها :پادزهر است و به ويژه گزند «بيش »را خنثي مي كند .

## مشك چوپان

مزاج :گرم و خشك
خاصيت :لطيف و تلخ است .
آرايش : سوخته مشك چوپان كه با روغن كرچك يا روغن ترب يا روغن زيتون باشد علاج ، كم مويي است . در زود بر آوردن موي ريش مفيد است . لثه سست را محكم مي كند .
ورم و جوش :ورم بلغمي را نرم مي كند . اگر با به بپزند ورم بسيار سرسخت را تحليل مي برد .
زخم و قرحه :تا سبز است براي زخم خوب نيست و سوزش دارد .
مفاصل : آب پزش داروي گسستگي در ماهيچه است و عرق النساي وخيم و كهنه را شفا دهد .
سر :با روغن زيتون بپزد سر را گرم مي كند و سردي را از سر مي زدايد.
اندام هاي راننده :حيض را ريزش مي دهد . سنگ گرده و آبدان را خرد مي كند .
زهرها :چون فرش زير انداز باشد حشرات را مي گريزاند .

مشك زمين

ديسقوريدوس گويد :بين گياهي است كه برگ هايش به رنگ گندنا شبيه ليكن از آن بلندتر و نازك تر و سفت تر است .بوي خوش دارد و به تلخ مزگي مي زند .بهترينش آن است كه متراكم ، سنگين ، در كوبيدن سخت ، خوشبو و كوتاه شاخه باشد كه بسيار تندمزه و در مرهم ها وارد است .
آرايش:رنگ را زيبا و بوي دهان را خوش مي كند و چنانكه مي گويند هندي اش مو را مي سترد .
ورم و جوش :دمل هاي صعب العلاج را علاج مي كند ، در معالجه ورم هاي اليافي و خوره مفيد است .
مفاصل :با روغن دانه بن (ميوه درخت سقز )داروي پهلو درد است و پشت را محكم مي كند . زياد به كار بردنش جذام مي آورد .
سر :در علاج گنديدگي بيني ، دهان ، زخم ، جوش هاي دهان و سستي لثه مفيد است و زخم هاي خوره اي دهان را مداوا مي كند .
براي تقويت هوش بسيار خوب است . سنگ را از بين مي برد . در چكميزك سودمند است .در علاج بواسير و بهم آمدن دهانه زهدان و استسقا مفيد است .
تب ها :در تب هاي كهنه داروي خوبي است .
زهرها :پادزهر نيش عقرب و حشرات است .

مشك طرامشير

شاخه هايي دارد كه به شاخه ريحان سبز شبيه است . خشكيده آن نخست هيچ مزه اي ندارد و بويش آن قدرها نيست .ليكن بعد مزه آن تلخ و تند مي شود .
اگر گله از اين گياه بچرد ادرارش خوني مي شود .در تأثير درماني كار پونه را انجام مي دهد و از پونه بسيار قوي تر است .
مزاج :گرم و خشك
اندام هاي تنفسي :رطوبت هاي لزج را از سينه و شش بيرون مي راند .
اندام هاي غذا :خوردنش در غش كردن و افسردگي سودمند است .
اندام هاي دفعي :در ريزش دادن بول و حيض بسيار كاري است . گاهي از اثر آن خون ادرار مي كنند .شربت از اين گياه خون بعد از زايمان را بيرون مي دهد .

مصطكي

درخت مصطكي مزاج مركب از كمي آبي و بسيار خاكي و دو نوع است . مصطكي رومي كه سفيد رنگ و مصطكي نبطي كه به سياهي مايل است . مصطكي از كندر لطيف تر و سودمندتر است و بهترينش سفيد رنگ پاك و بي آلايش و براق است .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :گيرنده و گدازنده است .از ثمر اين درخت روغني مي گيرند كه بسيار گيرنده است .
ورم و جوش :در علاج ورم دروني سودمند است و نوع سياه رنگ نبطي مفيدتر است .
زخم و قرحه :افشره و آب پز برگ درخت مصطكي جوش هاي ساري را از سرايت باز مي دارد .
آب پز و افشره برگ آن را بر زخم بمالند گوشت را باز مي رويانند . بر شكسته استخوان بپاشند بهم مي آورد .
سر:جويدن مصطكي سر را از بلغم پاك مي كند .در دهان گردانيدنش لثه را محكم مي كند .
چشم :مژه برگشته را مصطكي مي چسبانند .
اندام هاي تنفسي :مصطكي و به ويژه آب پزش بيخ و پوست درختش در علاج سرفه و خون بر آوردن سودمند است .
اندام هاي غذا :تقويت كبد و روده مي كند ، اشتها را باز مي كند ، در بهبود بخشيدن به معده و كبد بسيار زود اثر است .
اندام هاي دفعي :كبد و روده را محكم مي كند .علاج ورم كبد و روده است .
آب پز بيخ و پوستش بهم خوردن عادت ماهيانه را تنظيم مي كند .آب پز برگ و خود برگش علاج خونريزي زهدان و دردهاي زهدان و رطوبت هاي زهدان و برآمدگي زهدان و مقعد است .
روغن درخت مصطكي و تخم ثمرش نيز همين تأثير را دارند .

مغيلان

از تيره درختچه هاي خاردار بيابان و مشهور است .
مزاج :سرد و خشك
خاصيت درماني :گيرنده است و هر جرياني را باز مي دارد و مانع خونريزي هم مي شود .
اندام هاي تنفسي :مانع بالا آوردن خون مي شود .
اندام هاي دفعي :سيلان رحم را قطع مي نمايد .

## موم

موم صاف از ديوار خانه زنبور عسل است كه در آن تخم مي گذارد و عسل را نگه مي دارد .
مزاج :معتدل است .
خاصيت :نرمش مي دهد . زخم را از چرك و پليدي پاك مي كند و از آنجا كه مي چسبد و سوراخها را مي بندد نمناكي عارضي مي دهد .موم در همه مرهم هاي سردي بخش و گرمي دهنده مفيد است .
بدون شك كمي رسانندگي و اندكي گدازندگي را از همسايگي عسل بسيار كسب كرده است .
موم سياهي كه اشغال كندو است قوت جاذبه اي دارد كه مي تواند پيكان و خارها را ازژرفا بيرون بكشد .لطيف است و كمي پالاينده و بسيار نرم كننده .
ورم و جوش :ورم سخت را نرم مي كند .
زخم :كبره را نرم مي كند و زخم را پر از پليدي مي نمايد .
مفاصل :پي ها را نرمش مي دهد .
سر :موم سياه بوسيله ي بويي كه در اوست عطسه آور است .
اندام هاي تنفسي:بر سينه بمالند يا بليسند سينه را نرم مي كند و به ويژه اگر با روغن بنفشه معجون شود بسيار مؤثر است .
شيره گره شده در پستان زنان شيرده را مي گشايد .
اندام هاي دفعي :در علاج زخم روده ده ارزن را در سوپ گاورس يا سوپ برنج مخلوط مي كنند و مي خورند .
زهرها :گويند سم را بر مي كشد .بر زخم تيرهاي زهرآلود مي مالند و هيچ زياني دربر ندارد .

مومیا

مومیا قوت قیر و زفت با هم مخلوط دارد ولي بسيار منفعت رسان است .
مزاج :گرم است .
خاصیت :لطیف و گدازنده .
ورم و جوش :داروي ورم بلغمي است .
مفاصل :خوردن يا ماليدنش مسكن در بركندگي و شكست و افتادن و ضربه خوردن و فلج و دهن كجي است .
اندام هاي سر :به اندازه ي يك حبه مومیا را با آب مرزنگوش به بيني بكشند و عطسه كنند در تسكين سردرد نصفي ،سردرد سرد و صرع و سرگيجه مفيد است يك دانه از آن مقدار يك حبه با جيوه درد گوش را تسكين مي دهد . فتيله اي را با مومیا و روغن گل و آب غوره آغشته كنند و در گوش فرو كنند چرك و ريم گوش را قطع مي نمايد .
اندام هاي غذا :يك قيراط مومیا در آب زيره و ننه حوا و شاه زيره معده را توان مي بخشد .
اندام هاي دفعي :يك قيراط مومیا با شير، داروي زخم ذكر و آبدان است .
كمي مومیا را با آرد مخلوط كنند و بردارند براي كنترل ادرار مفيد است .
زهرها :دو حبه از مومیا با آب پز سه كوهه و انگدان علاج مسموميت است. وزن يك قيراط مومیا با آب انگور كهنه خالص ضد كژدم است .
يك قيراط آن با روغن گاوي درد نيش كژدم را دوا مي كند .

مهر گیاه

مزاج :سرد و خشك
خاصيت :مخدر است .
آرايش:لكه سياه پوست را مدت يك هفته با برگ آن و به ويژه با برگ سبز و شاداب آن ماساژ دهند بدون زخم كردن خوب مي شود .
شيره مهر گياه لكه هاي سياه و سفيد پوست را بدون سوزش و گزش بر مي دارد .
ورم و جوش :علاج دمل هاي سخت و دروني و خنازير است .
مفاصل :بيخش كه با قاوت باشد و ضماد شود درد مفاصل را از بين مي برد و شايد در معالجه واريس هم مفيد باشد .
سر :چرت آور است و خواب آور است .اگر در آب انگور كهنه بريزند بسيار آرام بخش است .اگر در مقعد شياف كنند مي خوابند .
بو كردنش خواب آور است .اين خاصيت از آن نوع سفيد برگ بي ساقه است كه آن را نرينه مي گويند .
زياد استعمال كردن و بو كردن مهرگياه ممكن است به سكته كردن بينجامد و به ويژه آنچه برگش سفيد است اين خاصيت را بيشتر دارد .
چشم :قطره تراوشي آن درد بسيار آزار دهنده چشم را بر طرف مي كند برگش را بر چشم بگذارند درد چشم تسكين يابد .
اندام هاي غذا :مقداري از قطره تراوشي مهر گياه با عسل آب خفيف خورده شود مراره و بلغم را بيرون دهد ولي مقدار زياد آن سم است .
اندام هاي دفعي :شياف آن ادرار بول مي كند .
تخم آن خورده شود زهدان را مي پالايد .
اگر آن را با گوگردي كه آتش نديده مخلوط كنند و فرزجه شود خونريزي زهدان قطع مي شود .
شيره مهر گياه بلغم و مراره را بيرون مي راند .
اگر بچه خردسال اشتباهاً مهر گياه بخورد به چنان استفراغ و اسهالي گرفتار مي شود كه شايد بميرد .
زهرها :همه انواعش و به ويژه نوعي كه برگش سفيد و كوچكتر از بقيه است پادزهر تاجريزي سمي است .
كسي كه از مهرگياه مسموم مي شود عوارض خفگي زهدان در او پيدا مي شود.گونه اش سرخ مي گردد و چشمش بالا مي آيد و باد مي كند .در اين حالت علاجش روغن و عسل است و اگر استفراغ مي كند مفيد است .

## گاو زبان

گياهي است برگ پهن همانند مرو .در بكار بردن به منظور درماني گاوزبان خراساني خوب است .
اما آنچه را كه در مملكت ما گاوزبان مي پندارند و طبيبان از آن استفاده دارويي مي نمايند گاوزبان راستين است .
مزاج :گرم است .
خاصيت :سوخته اش داروي زخم دهان كودكان و فرونشانده التهابات درون دهان است .
ناسوخته اش نيز براي علاج زخم و التهابات دروني دهان خوب است ولي سوخته اش بهتر است .
نفس كش :همراه آب انگور كهنه شادي آور است .تقويت قلب مي كند ، علاج بيماري ترس است .تپش قلب را از بين مي برد ، علاج بيماريهاي سودايي است .

## گاورس

سه نوع گاورس هست و قوتش به قوت برنج نزديك ولي برنج از آن مغذي تر است .
گاورس در همه حالات از ارزن بهتر و ارزن از گاورس قابض تر است .
مزاج :سرد و خشك است .
خاصيت :قابض است و خشكاننده و بي گزش .درد را تسكين مي دهد . اگر تدبيري نكنند خون سرد پديد مي آورد .گاورس از ساير دانه هايي كه نان مي شوند كمتر مغذي و كمي لزج است و كساني گفته اند كه نوعي لطافت دارد .
اندام هاي غذا :گوهر گاورس و نان گاورس كند مي گذرند و در معده بسيار مي مانند .
اندام هاي دفعي :براي درد و پيچ شكم و روده بر شكم بگذارند خوب است .
گاورس ادرارآور است .

گاو چشم

بهار گلي دارد كه ميانه سرخ ، برگ زرد و از برگ بابونه چاق تر است .
مزاج :گرم و خشك است .
سر :بو كردنش بادهاي متراكم سر را پراكنده مي كند .

## گاو شير

برگ درختچه اي است كه از زمين دور نمي شود .به برگ انجير شبيه و بسيار سبز رنگ و پنج گوشه و اجزاي منقطع و مستدير دارد .
ساق اين گياه به اندازه خيار چنبر بلند مي شود و كركي دارد كه به گرد شبيه است .برگ هايش بسيار كوچك است و بر سر ساقه اش تاج گلي هست كه به تاج گل شبت مي ماند .گل زرد رنگ و خوشبويي دارد .
رگ هايي بسيار از يك بيخ شاخه مي گيرند .گاو شير پوست ستبر و مزه تلخ دارد و از بويش سنگيني حس مي شود .
بيخ گاوشير را در اولين وهله كه ساقش پديد آيد مي خراشند ، شيره اي سفيد از آن تراوش مي كند و چون خشك شود رويه اش به رنگ زعفراني در مي آيد و آن را صمغ گاوشير مي نامند .
بهترين بيخ گاو شير آن است كه سفيد رنگ ،زبان گز است و يكپارچه باشد و بوي عطر بدهد بهترين ميوه گاو شير آن است كه بر وسط مقابل ساقه قرار دارد .بهترين شيره گاو شير آن است كه بسيار تلخ مزه ، درون سفيد و بيرون آن زعفراني رنگ و ترد است . زود در آب حل مي شود و آنچه سياه رنگ و نرم است حتماً تقلب در آن شده و بايد ران و موم آميخته شده باشد .
مزاج :گرم است .
خاصيت :بادشكن و ملين و زداينده است .
دمل و جوش :سخت ها را نرمي و شكوفه اش جوش ها را ليونت مي دهد .
زخم و قرحه :بيخ گاو شير در مداواي استخوان لخت مفيد است .با عسل باشد علاج زخم مزمن و آتش پارسي است .شكوفه اش چاره ساز زخم و جوش است .عموماً تمام اجزاي آن در علاج زخم هاي پليد مفيد است .
مفاصل :اگر پي از ضربه خوردن سست شده باشد ، گاو شير با عسلاب يا با آب انگور كهنه بخورند مفيد است .
سر :دندان كرم خورده را با آن پر كنند درد نمي گيرد .در علاج سردرد و صرع و استسقاي مغز سودمند است .
چشم :در ديده بكشند ديد را قوي مي كند .
اندام هاي سينه :ضماد آن درد پهلو را تسكين مي دهد گاو شير براي سرفه داروي خوبي است .
اندام هاي غذا :ضماد افشره اش سختي طحال را نرم مي كند و اگر با سركه بخورند براي طحال مفيد است .
اندام هاي دفعي :در نرم كردن سختي زهدان و در علاج چكميزك مؤثر

است .به اندازه ي يك فندق گاوشير با آب گرم خورده ادرار بول و حيض مي كند و زهدان سرد را سر حال مي آورد .
ميوه گاو شير نيز حيض را حركت مي دهد و به ويژه اگر با گياه خاراگوش باشد.گاوشير در علاج خفگي زهدان ، بادكردگي زهدان و سختي زهدان مفيد است .داروي قولنج است و بلغم خام را بيرون مي دهد و خارش مثانه را از بين مي برد .
تب ها :در تب لرز و تب هر روزه گاو شير را به عسلاب بخورند خوب است .
زهرها :گاو شير و زفت را مرهم مي كنند و برگزيده سگ هارمي چسبانند. گاو شير مخلوط با زراوند يا افشره گاوشير خورده شود ضد نيش حشرات سمي است .

## گاو كشك

در كشتزار مي رويد .نوع خوبش آن است كه سبك مايل به سرخي شبيه پوست پيچيده و اليافش باريك باشد .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :گيرنده و تند است و دهانه رگها را مي تركاند و از اين رو از استعمال آن پرهيز مي كنند .
سر :شيرش در كشيدن دندان كمك مي كند .
اندام هاي غذا :به زيان معده و كبد است .
اندام هاي راننده :سودا و بلغم و آب را اسهال مي دهد .
زهرها :سم قاتل است .

گردو

گردو گرم و گرمي شكن آن براي گرمي داران سكنجبين است و براي آنها كه معده ضعيف دارند بايد گردو را در سركه پرورش دهند .
مزاج :گرم و خشك است . گردوي در روغن پخته بسيار قابض است و برگ و پوست گردو هر دو باز دارنده نزيف هستند .سوخته پوست گردو خشكاننده است و گزش ندارد .تأثير روغن گردوي كهنه چون تأثير روغن زيتون كهنه است .زدايندگي كهنه آن قوي تر است .
آرايش :ضماد گردوي تر را بر جاي ضربه بگذارند مفيد است .
دمل و جوش :مغز گردو را بجوند و بر دمل سودايي چركين بگذارند داروي خوبي است .
زخم و قرحه :صمغ آن را بكوبند و بر زخم گرم بپاشند يا داخل مرهم كنند سودمند است .
مفاصل :گردوي مخلوط با عسل و فيجن علاج پيچش عصب است .
سر :سردرد آورد . افشره برگ آن را به حالت نيم گرم در گوش بچكانند ، چرك و ريم گوش را پاك مي كند .
چشم :روغن گردو داروي خوره ، سرخي و ناصورهاي گوشه چشم است.
اندام هاي تنفسي :افشره و رب گردو و بازدارنده خناق و براي سرفه بد است .روغن گردوي كهنه درد گلو به بار مي آورد . همه انواع گردو و به ويژه گردوي ملوكي بزرگ را بر پستان آماسيده بگذارند آماس را از بين مي برد .
اندام هاي غذا : گردو دير هضم است و براي معده خوب نيست . گردوي پرورش يافته (مربا )و گردوي تر براي معده سرد بد نيست و كمتر از گردوي خشك زيان دارد .به شرطي كه هر دو پوسته آن را بكنند . گردويي كه در عسل پرورش دهند براي معده سرد مفيد است .
اندام هاي دفعي :جوش ها را پديد مي آورد .درد و پيچ شكم را تسكين مي دهد ، شكم را بند مي آورد و به ويژه در روغن جوشيده اش بسيار قبض است . پوست گردو نزيف حيض را قطع مي كند . مرباي گردو بهترين داروي گرده سر است ، خاكستر پوستش را شربت كنند و بخورند يا بردارند بازدارنده حيض است . گردو را با آبكامه بخورند كرم ها را بيرون مي راند ، ضد كرم كدو است و در روده كور مفيد است .
زهر :گردو كه با انجير و فيجن باشد پادزهر هر نوع سمي است . گردو با پياز و نمك اگر برگزيده سگ هار و غيره ضماد شود سودمند آيد .

# گز

ديسقوريدوس گويد :دو نوع گز هست . نوعي در نزديكي آبهاي راكد مي رويد كه ثمرش به گل آن مي ماند و ماهيتش ماناي كوچك اشنان است .
نوع دومي كه بيشتر در مصر و شام يافت مي شود كاشتني (بستاني ) است و بجز ثمرش به گز بياباني شبيه است .
ثمر گز بستاني به مازو شبيه است .زبان گير است و براي درد دندان بكار مي آيد و در داروهاي چشم و دهان بجاي مازوج بكار مي برند .
خوردنش خون برآوردن را باز مي دارد و اسهال آور است .
خاصيت :قبض و زداينده و پاك كننده است . بسيار خشكاننده نيست . آب گز زداينده و خشكاننده است .
آرايش :آب پز آن را بپاشند شپش را از بين مي برد .
ورم و جوش :ضماد برگ گز داروي دمل هاي نرم است .
زخم و قرحه :دود گز زخم هاي ترشح دار و آبله را مي خشكاند . سائيده و خاكسترش را بر اثر سوختگي و زخم هاي تر بپاشند مفيد است .
ثمر و خاكسترش زخم هاي بدخيم را مي خشكاند و گوشت زائد را مي خورد .
سر :آب پز برگ گز كه با آب انگور كهنه باشد و در دهان بگردانند ، و به ويژه اگر بجاي برگ ثمرش باشد درد دندان را تسكين مي دهد و مانع كرم خوردگي مي شود .
چشم :در بيماري هاي چشم كار شيره فيلز هره و مازو را انجام مي دهد .
اندام هاي تنفسي :گز و به ويژه ثمرش از خون برآوردن هميشگي جلوگيري مي كند .
اندام هاي غذا : شاخه هاي گز در سركه از هم پاشيده شود ، ضماد كنند و بر طحال بگذارند مفيد است .خوردن آب پز برگ و شاخه گز علاج بيماري هاي طحال است .
از چوب گز كاسه هاي آبخوري مي سازند و كسي كه بيماري طحال دارد از آنها آب بخورد سود مي بيند .
اندام هاي دفعي :علاج اسهال مزمن است .
ثمرش را بخورند يا شياف كنند .يا در آب پز گز بنشينند رطوبت هاي ناجور زهدان از بين مي رود .
زهرها :ثمر درخت پادزهر نيش رتيل است .

## گز انگبين استبرك

گز انگبيني است كه بر استبرك مي نشيند و به تكه هاي نمك مي ماند .
با اينكه مزه اش شيرين است كمي گسي و تلخي در آن حس مي شود .
گز استبرك يمن سفيد است و آنچه ره آورد حجاز است سياه رنگ مي باشد .
خاصيت :بعلت گسي كه دارد زداينده است .
چشم :ديد را قوي مي كند .
سينه :براي شش خوب است .
اندام هاي غذا :با شير شتر داروي استسقا است و چون از ساير شكرها شيرين تر است كمتر تشنگي مي آورد . با معده و كبد سازگار است .
براي گرده و آبدان خوب است .

# گزنه

رنگ تخم گزنه شبيه رنگ تخم تره و از آن زرد و تر و درخشان تر و از تخم تره كوتاهتر است . به هر جاي بدن كه برخورد كند روده ها را هم مي گزد .
خواص درماني :جذب كننده ، زخم آور ، گدازنده ، قوي و سودمند است .
بعضي گويند :چندان گرمي زا نيست و بادآور است و بسيار زداينده و زخم ها را نمي گزد و چنان چه با گوشت بپزند تأثيري در آن نمي ماند .
دمل و جوش : ضمادش كه همراه سركه باشد دمل هاي دروني را مي تركاند و سود مي رساند و در مداواي ورم سخت ، مفيد است .اگر خاكستر با تخم آن را ضماد كنند در ورم سرطاني سودبخش است .
زخم و قرحه :خاكستر گزنه مخلوط با نمك در مداواي زخم دندان سگ و زخم هاي پليد و سرطاني مفيد است .
مفاصل :ضمادش كه با نمك باشد پيچش مفاصل را بر طرف مي نمايد .
اندام هاي سر :كوبيده برگش خون دماغ را قطع مي كند ، تخمش بندآمدگي ها را باز مي كند ، ضماد تخمش دندان كشيدن را آسان مي كند و بر ورم هاي پشت گوش بگذارند سودمند است .
سينه و اندام هاي تنفسي :گزنه و افشره جو ، يا گزنه اي را كه در افشره جو بپزند و بخورند سينه را تنقيه مي كند و خلط هاي پرمايه و هر چه در سينه باشد خارج مي شود .
تخمش قوي تر است ،ربو ، برونشيت و تنگ نفسي و درد سر بيماريهاي سر را بر طرف مي كند .
تخم گزنه با پياز و تخم مرغ بخورند شهوت انگيز است .
تخم گزنه را با مر بپزند و بخورند ، يا تخم را با مر شياف كنند و بردارند حيض را براه مي اندازد و رحم را باز مي كند .
ضماد برگ سبز آن برآمدگي رحم را فرو نشانده ، از زدايندگي كه دارد نه از قوت اسهالي بلغم خام و ساير بلغم ها را بيرون مي دهد .
روغن گزنه از روغن كاجيره مسهل تر است .پخته برگ گزنه با صدف ملين است اگر بخواهند كه اسهال شديد نباشد مغز دانه گزنه را با قاوت مي سايند و در آب انگور كهنه مي ريزند و مي نوشند .
كسي كه اين مسهل را مي نوشد بايد كمي از روغن گل را بعد از آن بنوشد كه گلويش نسوزد .گزنه را با عسل شياف كنند و بردارند خاطهاي بد خارج مي شود .

## گز مازو

آن را گز مازوك مي گويند .
مزاج :حرارتش معتدل است .
خاصيت :خوب است و نزيف را قطع مي كند .
سر :با سركه مزمزه كنند درد دندان را تسكين مي دهد .
اندام هاي غذا :آب پز گزمازو با سركه بهترين داروي سخت شدن طحال است .

گل اربه

از تيره درمنه و تمي گرمي و تندي دارد .گل اربه كوچك از بزرگ تند و تلخ تر است .گل اربه عبارت از شاخه هايي است كه گلي كرك دار سفيد يا مايل به زردي مي دهد .
گل آن پر از تخم است و تخمدانش چون كره اي در ميان جاي گرفته و به موي سپيد مي ماند .كمي خوشبو است اما بوي آن سنگين است .
گل اربه بزرگ از كوچك كم تأثير تر است آن هم تلخ مزه و تا اندازه اي تندي دارد .نوع كوهي از ساير انواع كوچكتر است .
مزاج :كوچك آن گرم و خشك است .
خاصيت :بازكننده و لطافت بخش است . بزرگ آن در باز كردن بستگي هاي دروني ويژگي دارد .
زخم و قرحه :تر و شاداب آن زخم هاي تر را بهتر مي آورد و در اين باره بزرگ آن مؤثرتر است .
چون خشك شد داروي زخم هاي پليد و كوچك در اين زمينه فعال تر است .
سر :سردرد مي آورد .
اندام هاي غذا :همراه سركه بر طحال بمالند آماس طحال و سختي آن را از بين مي برد .با معده ناسازگار است . داروي يرقان سياه و بزرگ آب پز آن در معالجه يرقان مفيدتر است .در علاج استسقا مفيد است و علي العموم براي معده خوب نيست .
اندام هاي دفعي :ادرار بول و حيض مي كند ، مسهل و بهترين علاج كرم كدو است .
تب ها :داروي تب هاي مزمن است .
زهرها :پادزهر نيش كژدم است .آب پز بزرگ آن پادزهر همه ي حشرات موذي است .اگر دود كنند و در خانه گسترند حشرات را مي راند. گلنار
گل انار بياباني مصري يا ايراني است .به رنگهاي مختلف سرخ ، سفيد ، صورتي در مي آيد .
گنش گل انار همچون كنش گياه شنگ است .
مزاج :سرد و خشك
خاصيت :چسبنده ، بند آورنده هر رونده-روان و پديد آورنده سودا مي باشد .
آرايش:برا ي لثه خونين بسيار مفيد است .
زخم و قرحه :داروي خوبي براي زخم و قرحه و زخم هاي ناشي از كوفتگي و بريدگي است كه گرد آن را بر زخم مي پاشند .
مفاصل :براي درد گردن از آن چسبان درست مي كنند (پلاستر )

سر :دندان لق را محكم مي نمايد .
سينه :براي خون برآوردن علاجي بسيار سودمند است .
اندام هاي دفعي : قابض است و در علاج زخم روده ، نزيف و سيلان زهدان سودمند است .

گلسنگ

مزاج :پولس گويد :قوتي سرد كننده و خاموش كننده دارد و اندكي خشكاننده است .
خاصيت :نزيف را باز مي دارد .
آرايش :فربهي مي آورد .
زخم و قرحه :اگزما را خوب مي كند .
اندام هاي دفعي :شهوت انگيز است .

## گل ارمني

گلي است به رنگ سرخ مايل به خاكي .
زرگران آن را در رنگ دادن طلا به كار مي برند .گل آلاني تأثيرش به گل ارمني نزديك است .
مزاج :سرد و خشك
خاصيت :بسيار خشكاننده و از اينرو بند آورنده خونريزي است .
ورم و جوش :در جوش هاي طاعوني چه بخورند چه بر تن بمالند مفيد است و نمي گذارد عفونت از اندامي به اندام ديگر سرايت كند .
زخم و قرحه :در شفا دادن زخم بسيار مفيد است .
اندام هاي سر :مانع نزله است ، جوش و زخم دهان را شفا مي دهد .
سيينه :زخم شش را مي خكشاند و در مداواي سل مفيد است . براي خون برآوردن علاج خوبي است .
تنگ نفسي كه در اثر سرماخوردگي باشد علاجش با گل ارمني است .
اندام هاي دفعي :علاج زخم روده و اسهال و خونريزي زهدان است .
تب ها :در علاج تب هاي سلي و وبايي ويژگي دارد .
قومي كه عادت كرده بودند از گل ارمني شربت رقيق بسازند و بنوشند از بيماري واگير بسيار خطرناك نجات يافتند .
هر گاه آن را براي دفع وبا بخورند بايد بعد از آن فوراً نوشآب هاي بخورند تا آن را بدرقه كند و به قلب برسانند و بايد شربت پادراهه با گلاب مخلوط باشد .

گل مهر زده

هر آنچه از اين گل بوي شبت بدهد نوع بهترين است .اگر خون از دهان بيايد و دهان را با آن بشويند خون بند آيد و گل به زبان مي چسبد .
خاصيت :بهترين بند آورنده خونريزي است و اگر اندام نرم باشد نمي تواند اين گل را تحمل كند و به زبري گرفتار مي آيد .سردي بخش و چسبنده است. ورم و جوش :ورم هاي گرم نوخاسته را فرو مي نشاند .
زخم و قرحه : زخم هاي تر را بهم آرد .زخم هاي دشوار را درمان مي كند . بر سوختگي بمالند نمي گذارد چرك كند و زخم را شفا مي دهد .
مفاصل :علاج كوفتگي اندام ها است كه از افتادن ناشي باشد .
شكستگي را بهم پيوند دهد .ريزش مواد را بسوي دست و پا منع مي كند . خوره را باز مي دارد .
سر :نزله ها و سيلان هاي دهان و لثه را قطع مي نمايد .
نفس كش :آسيب ديدن درون از افتادن را بر طرف مي سازد . در مداواي سل مفيد است .
زخم شش را مي خشكاند و داروي خون بر آوردن است .
اندام هاي دفعي :خوردنش از خراش و پوست اندازي روده جلوگيري مي كند ،به ويژه اگر آن را با صاف شده عسل حقنه كنند و بعد با نمك آب حقنه كنند بسيار مفيد است .
زهرها :گل مهر زده را با آب انگور كهنه مخلوط كنند و بخورند يا با سركه بياميزند با سم ها و گزيده حشرات سمي مبارزه مي كند .
كسي كه سم خورده اگر بعد از سم خوردن گل مهر زده خالص بخورد پي در پي استفراغ مي كند و سم بيرون مي ريزد .

## گل معمولي

مزاج :سرد
خاصيت :زداينده . گل آزاد آفتاب زده اگر مواد سوزنده اي مانند سفال و خاك ديوارهاي از آفتاب سوخته با آن مخلوط نباشد ، نوعي چسبندگي دارد كه بدنهاي سست و فرو هشته گوشت را مي خشكاند و سوزش و آزاري هم همراه ندارد و تا اندازه اي نيروي گدازنده هم دارد .اگر گل را بار ديگر با آب بشويند خشكاننده اي مي شود كه در گرما و سرما معتدل و لطيف مي باشد .
آرايش :گوشت سست را محكم مي نمايد .
ورم و جوش :با شمع و روغن گل مرهم شود خنازير و تصلبات را از بين مي برد .
اندام هاي غذا :كساني كه استسقا يا درد طحال دارند يا از گوشت زياد در آزارند گل آفتاب زده را بر بدن مالند سود مي بينند .

گل جاليز

تكه چوب هايي است پر از چين و چروك و به ستبري يك انگشت و به درازي يك انگشت يا كوتاه تر يا درازتر .
رنگش خاكي ، مزه اي گيرنده ، هم قوت گل انار ، گويند آن را از صحراي عرب مي آورند .
خاصيت :گيرنده است . گويند جنبش خون را در همه اندام ها راكد مي كند .
مفاصل :مفاصل سست را توان و تاب مي بخشد .
اندام هاي غذا :در علاج سستي معده و كبد مفيد است .
اندام هاي دفعي :گيرنده است . خونريزي را قطع مي كند .
اگر آن را در شير جوشيده بز بريزند و بخورند در علاج بهم خوردن عادت زنانه مفيد است .

گل اسپانيايي ، اندلسي

مزاج :سرد است .
خاصيت :چون خالص و بي آلايش است منفعت ها در بر دارد .سردي مي بخشد و مي گدازد .اگر آن را بشويند گدازندگي آن از بين خواهد رفت .
ورم و جوش : با سركه علاج ورم طرف هاي پايين معده است .
زخم و قرحه :هر دو نوع سفيد و بنفش را اگر در سركه حل كنند محلولي مي گردد كه سوختگي و ساير زخم ها را فوراً تسكين مي دهد . به شرطي كه قبل از تاول زدن و آماس كردن استعمال كنند .
سر :حل شده اش در سركه علاج لوزتين و آماس هاي بيخ گوش است .
مفاصل :براي هر ورمي در بدن مفيد است .
اندام هاي دفعي :هر دو نوعش سخت شدن بيضه ها را نرم مي گردانند .

## گل تاك

ديسقوريدوس گويد :گل تاك را از شام مي آورند و دو نوع است . نوعي به پارچه زغالهاي مستطيل مي ماند كه از درخت ارز بدست مي آورند و رنگش سياه است .
قسمي ديگر به قطعه چوبهاي نهال شاداب شباهت دارد و در آب زود حل مي شود .هرچه سياه رنگ تر باشد بهتر است .
خاصيت :بدون آزار دادن مي خشكاند ، سردي بخش است و اندكي گدازندگي دارد .
آرايش :داخل سرمه مي كنند موي مژه را باز مي رويانند .با آن مو و ابرو را رنگ مي كنند .
اندام هاي دفعي :تاك را با اين گل مي آلايند تا كرم نزند و برگ و جوانه هايش از آسيب محفوظ باشند .
اگر در آب حل شده آن را بخورند كرم هاي ريز و درشت روده ها را مي كشد.

## گل خوردني

اندام هاي غذا :ايجاد انسداد مي كند و تباه كننده مزاج است .ليكن دهانه معده را تقويت مي نمايد و زيان خوراك را از بين مي برد .
در بازداشتن استفراغ خاصيت عجيبي دارد .
اگر كساني گويند كه خوردنش نشاط انگيز است بايد بدانند كه اين اثر نسبت به كساني است كه بدان عادت كرده اند و از خوردنش لذت مي برند .
آنهايي كه بسيار آرزوي خوردن آن را دارند علامت پيدايش زخم ناخني در آنهاست .

گل چسبناك

بهترينش آن است كه بسيار سرخ و بي شائبه باشد و از بغداد مي آورند .
خاصيت :قبض و خشكاننده
زخم :زخم ها را بهم آورد .
اندام هاي دفعي :كرم كش است و محلولش را بعد از تخم نيم برشت بنوشند شكم را بند مي آورد .
گل مستكي خودماني ، طين رومي
زداينده ، شوينده ، رويانند‌ه گوشت و جوش دهنده زخم است .

## گل کشتزارها

ديسقوريدوس گويد :كليه ي گلهايي كه به منظور دارويي استعمال مي شوند عموماً كنش گيرندگي نرمي بخشي ، سرد كردن و چسبناكي را دارند .
هر يك از آنها داراي ويژگي هايي است كه ساير گلها موجود نيست .
گل كشتزاران دو نوع است : سفيد و خاكستري رنگ
خاكستري رنگ از سفيد نرم تر و بهتر است . اگر آن را بر پارچه اي مسين بسائيم چركي بدست مي آيد كه همرنگ ريحان است .
گل كشتزاري را همانند سفيداب شستشو مي دهند .
خاصيت :قبض ، سرد و كمي نرمي بخش است .
زخم و قرحه :زخم ها را پر گوشت مي كند و زخم هاي تازه را جوش مي دهد .

گل سرشور

ديسقوريدوس گويد :گلي است كه به سنگ مي ماند .
زرگران در صيقل دادن و هموار كردن بكار مي برند . آنهم مانند گل كشتزاري سفيد و خاكستري دارد .
خاكستري رنگش نازك و ورقي مي باشد و به اشكال گوناگون ديده مي شود . هر آنچه بسيار سفيد است بسيار زودشكن و ترد است و همين كه خيس شد بي درنگ حل مي شود .
در گرمابه اين گل را بجاي اشنان و نطرون بر بدن مي مالند .
خاصيت :گيرنده ، خشكاننده و سردي بخش است .
از نوع اولي هر چه سفيدتر باشد بهتر است و از نوع خاكستري رنگ هم هر چه مايل به سفيدي باشد بهتر است .
آرايش:تن را صفا مي دهد ، زيبا مي كند و رخساره را صيقل مي دهد .
سر :حواس را پرمايه تر مي نمايد .
چشم :همراه شير در چشم بچكانند علاج سفيدي و جوش هاي چشم است .

گلابي

در مملكت ما نوعي گلابي هست كه آن را شاه امرود مي گويند .شاه امرود مدور تمام است .پوستش نازك و بسيار خوشبو است .
مزاج :شاه امرود معتدل و تر مزاج و گلابي چيني سرد و خشك است .
خاصيت :همه انواع گلابي گيرندگي دارند و در ضماد بند آوردن مواد مؤثرند .
شاه امرودي كه در خراسان پيدا مي شود بر عكس گلابيهاي ديگر ملين است .
زخم و قرحه :گلابي و به ويژه گلابي وحشي كه بسيار خشكاننده است دهانه زخمها را بهم جوش مي دهد و خوب مي كند .
اندام هاي غذا :معده را دباغ مي دهد . مگلابي چيني معده را توان مي بخشد ، تشنگي را قطع مي كند و زرداب را تسكين مي دهد .
اندام هاي دفعي :گلابي و به ويژه خشك شده آن شكم را بند مي آورد . گلابي سبب قولنج مي شود بهتر آن است كه بعد از خوردن گلابي عسلاب را با ادويه جات بخورند .مرباي گلابي براي مراره صفرايي سودمند است .
زهرها :نوعي از گلابي را كه بسيار قبض است و دير مي رسد بسوزانند خاكسترش گزند قارچ را خنثي مي كند و اگر اين قارچ را با گلابي بپزند كمتر زيان دارد .

## گندناي كوهي

اين گياه تلخ مزه است .
خاصيت :بازكننده ، زداينده ، راننده ، گدازنده و تكه كننده است .
سر :افشره اش علاج درد هميشگي گوش است . گوش را از چرك پاك مي كند منفذهاي بند آمده گوش را باز مي كند .درد كهنه گوش را درمان مي كند .
چشم :افشره اش با عسل ديد را تقويت مي نمايد .
سينه :بوسيله ي خون برآوردن سينه و شش را مي پالايد .
اندام هاي غذا :در باز كردن بند آمدني هاي كبد و طحال بسيار مفيد است .
اندام هاي راننده :حيض را بيرون مي ريزد و زهدان را مي پالايد .
زهرها :با نمك ضماد شود پادزهر سگ هار است .

گور گياه

از اين گياه چندين نوع وجود دارد .اعرابي كه بوي خوش دارد و جنگلي كه باز بد و شكل باريك و ستبر است نوع باريكش سخت تر . از نوع ستبر مي باشد و بويي ندارد .
ديسقوريدوس گويد :دو نوع وجود دارد كه يكي بدون ميوه و ديگري داراي ميوه سياه رنگي است .
بهترين نوع اين گياه اعرابي سرخ رنگ و خوشبو است . شكوفه آن به سرخي مي زند و بعد از شكفتن به رنگ بنفش در مي آيد . برگش باريك است و بوي آن مشابه بوي گل محمدي است .
اگر اين گياه را در دست بفشاري و خرد كني بوي آن به مشام مي رسد .
فايده اش در وهله اول در گل آن است و بعد در شكوفه و ريشه و ساقه آن . مزه گورگياه در زبان تأثير مي گذارد و آن را آزار مي دهد (مي برد ).
نوع جنگلي اش نيرويي سرد كننده دارد و به عقيده ابن جريج بكلي سرد است ساقه آن گيرنده تر از بخش هاي ديگر است . شكوفه اش اندكي گرمي بخش و گيرندگي آن كمتر از گرمي دهندگي است .
خاصيت درماني :شكوفه اش به علت گيرندگي اش از خونريزي جلوگيري مي كند .در روغن آن تحليل و گيرندگي هست . ريشه آن از حيث اين اختصاصات قوي تر است .شكم را بند مي آورد . داراي قوه رسانندگي و نرم كنندگي نيز هست .جدار رگها را باز نگه مي دارد و دردهاي دروني و به ويژه درد زهدان و نيز انواع باد را از بين مي برد .
زخم و قرحه :روغن آن خارش بدن انسان و حيوان را از بين مي برد .
دمل و جوش :پخته آن در مداواي دمل هاي گرم مفيد است .
خوردن گور گياه پخته و ضماد آن سفت شدگي اندام هاي دروني را بر طرف مي كند و در مداواي ورم هاي سرد و دروني مفيد است .
مفاصل :خوردن يك چهارم مثقال آن همراه فلفل براي ماهيچه ها و مداواي ترنجيدگي (تشنج )مفيد است .روغن آن خستگي را از بين مي برد .
اندام هاي سر :انواع آن به ويژه نوع جنگلي آن مايه سنگيني سر است .
نوع باريك ترش سردرد مي آورد و ستبرش خواب آور است . تخم اين گياه مخدر است .تمام انواعش لثه را استحكام مي بخشند و رطوبت هاي آن را رفع مي كنند .
اندام هاي تنفسي و سينه :در معالجه درد شش مفيد است و شكوفه اش از خونريزي دستگاه تنفسي جلوگيري مي كند .
اندام هاي تغذيه اي :ريشه اش معده را قوت مي بخشد و اشتها را بر مي

انگيزد .به اندازه يك مثقال ريشه گور گياه همراه يك مثقال فلفل دل بهم خوردگي را تسكين مي دهد .
شكوفه آن مسكن معده و در مداواي ورم معده و كبد مفيد است .
اندام هاي دفعي :در تسكين درد زهدان بسيار مؤثر است . اگر بيماري كه ورم گرم زهدان دارد در جوشانده آن بنشيند يا مقداري از آن را در زهدان بچكاند و يا از آن بنوشد برايش مفيد است .
اندام هاي دفعي :تخم جنگلي و اعرابي آن سنگ دستگاه ادراري را بر طرف مي كند ، شكم را قبضي مي دهد . دو قسم جنگلي در اين زمينه مفيدتر
هستند.هردو نوع آن خونريزي زنانه را قطع مي كنند .
شكوفه آن دردهاي كليه و خونريزي كليه را دفع مي كند و در علاج ورم هاي مقعد مفيد است .
زهرها :برگ هاي زيرين را تا زماني كه تر و تازه اند چنانچه بر جاي نيش زدگي حشرات بگذارند تسكين بخش است .

## گوگرد (کبریت )

مزاج :گرم و خشك
خاصيت :لطافت بخش ، جذب كننده و بسيار زداينده است .
آرايش :از داروهاي برص است و به ويژه اگر آتش نديده باشد . اگر با سقز مخلوط كنند اثر بالاي ناخن را بر مي كند .با سركه داروي لك و پيس است .زخم :علاج گري چركين است ، بيماري ويروسي را علاج مي كند و به ويژه اگر با سقز تلخ يا با سركه باشد بسيار مفيدتر است .
اگر همراه نطرون باشد و تن را با آن بشويند خارش بدن را از بين مي برد .
مفاصل :همراه نطرون و آب بر نقرس بمالند مفيد است .
سر :بخورش زكام را بند مي آورد .با سركه و عسل داروي ترك هاي گوش است .

# گوشت

انواع گوشت به ترتيب اولويت :
1 ـ گوشت گوسفند كه نوعي تندي لطيف دارد .
2 ـ بز جوان و گوساله و تا كم سن تر باشد زود هضم تر است و غذاي لطيف تر مي دهد .
3 ـ بزغاله كمتر از بره زوائد (فضول )دارد .
4 ـ گوشت هر شيرخواري كه شير خوب بخورد خوبست .
5 ـ گوشت گوسفند پير و لاغر خوب نيست .
گوشت حيوان رنگ سياه از گوشت حيوان سفيد رنگ سبك تر و خوشمزه تر است .گوشت حيوان نر و گوشت نرمه جدا شده از گوشت بسيار چرب و سفيد از گوشت ديگر سبك تر است .
بهترين و گواراترين گوشت در ميانه استخوان ها است .گوشت طرف راست سبك تر و بهتر از گوشت طرف چپ است .وسط ماهيچه بي عيب ترين گوشت است .
غذاي گوشت زبان برابر با غذاي گوشت ماهيچه و غيره است .
بهترين گوشت پرنده به ترتيب :
تذرو ، مرغ ، كه از تذرو لطيف تر اما مغذي تر نيست ، كبك ، تيهو و دراج است . هر حيواني كه خشك مزاج باشد در بچگي خوب است مانند گوشت بزغاله كه بسيار خوب است .گوشت بز نر مطلقاً بد است . گوشت درندگان ناپسنديده است .گوشت پرندگان بزرگ شناور و هر آنچه گردن دراز دارند ، گوشت طاوس ، هوبره و كبوتر دشتي و سنگخوارك و هر چه سوداء زياد پديد آورد و تيره گنجشك و غيره هيچ كدام خوب نيستند .
از حيوانات وحشي گوشت آهو با اينكه كمي مايل به سودايي است از ساير گوشت ها بهتر است .
مزاج :گوشت پرنده از گوشت چارپا خشك تر است .گوشت گاو خشك تر از گوشت بز گوشت بز خشك و دير هضم تراز گوشت گوسفند است .
گوشت شتر غذايش غليظ و بسيار گرم است .گوشت خرگوش گرم و خشك است .گوشت پرندگان بزرگ و غاز و هوبره غليظ است .گوشت اردك و ديگر شناورها بسيار مرطوب است و رطوبت تقريباً با گوشت گوسفند دارد .
خاصيت :گوشت غذايي است كه بدن را توان بخشد ،از هر غذايي براي تبديل به خون شدن آمادگي بيشتر دارد .
گوشت پرچربي كم غذا است و شكم را نرم مي كند و به زودي تبديل به ماده دودي و مراره مي شود و زود هضم است . دنبه از چربي و پيه

گوشت بدتر است زيرا دير هضم و بد غذا است و گرم و غليظ تر از پيه است .
گوشت گاو غذايش زياد است . اما گوشت سياه و غليظش خوب نيست و بيماري هاي سودايي به وجود مي آورد .بهترين گوشت گاوي گوشت گوساله است . گوشت گاو را با پوست خربزه بپزند به زودي از هم مي پاشد و مي رسد .
بهترين وقت براي خوردن گوشت گاو فصل بهار و اوايل تابستان است .
آرايش: گوشت گاو لك و پيس پديد مي آورد . سوخته گوشت قورباغه داروي كم مويي است .
ورم و جوش :گوشت گاو و گوشت هاي غليظ جوش هاي سرطاني بوجود مي آورند و ورم هاي سخت را نرم مي كند .
زخم و قرحه :از گوشت گاو گري و قوباي بد مي خيزد و گوشت هاي غليظ هم همين اثر را دارند .سوخته گوشت بره را بر بيماري ويروسي بمالند سودمند است. مفاصل :گوشت گاو و ساير گوشت هاي غليظ جذام و پاغر و واريس به دنبال دارند .پيه و دنبه خوب ضمادي براي عصب خشكيده هستند .بيمار نقرس در آب پز گوشت خرگوش بنشيند سود مي بيند .بيمار درد مفاصل در آبگوشت خرگوش يا روباه بنشيند آرام مي يابد گوشت راسو را ضماد بكنند داروي درد مفاصل است پيه گورخر با روغن كوشنه مرهم شود داروي درد پشت و بادهاي متراكم است .
گوشت مار داروي جذام و گوشت جوجه تيغي در علاج جذام سودمند است .
سر :گوشت گاوي و ساير گوشت هاي غليظ كه خشكانندگي دارند بيماري سودايي و وسواس به دنبال دارند .
گوشت راسو با آب انگور كهنه مخلوط شود و بخورند براي صرع مفيد است .
چشم :خاكستر گوشت بره داروي سفيدي چشم است . گوشت درندگان و پرندگان شكاري بد را توان مي بخشد و براي چشم مفيد هستند .
اندام هاي تنفسي : خرچنگ آبزي براي سل داران بسيار خوب است .
گوشت جوجه مرغ خفگي را بر مي انگيزد اما اگر بمكند زياني ندارد .
اندام هاي غذا :انواع گوشت غليظ طحال را بزرگ مي كند . گوشت سنگخوارك در علاج تباهي مزاج ، استسقا ، بندآمدن هاي كبد و طحال و غيره مفيد است .
گوشت گاوي زرداب را به روده راه مي دهد . گوشت برشته خرگوش از زخم هاي روده جلوگيري مي كند .گوشت خشكيده جوجه تيغي با سكنجبين درد گرده را بر طرف مي نمايد .
آبگوشت (سوپ )خروس پير براي قولنج و بيماريهاي سودايي مفيد است .

پيه گورخر همراه با روغن كوشنه دردي را كه در اثر باد متراكم در گرده حس مي شود تسكين مي دهد .
گوشت درندگان و پرندگان شكاري داروي بواسير است .
گوشت پرندگان و به ويژه كبك ، تيهو ، سنگ خوارك و چكاوك بريان شوند يا نشوند شكم را بند مي آورند . گوشت پرندگان نامبرده را آب پز كنند و آبگوشت گوزن بر آن بريزند بول را ريزش مي دهد .
تب ها :گوشت گاو ، گوزن ، كل و عموماً گوشت پرندگان بزرگ تب سه اندرميان با خود مي آورند .
زهرها :گوشت راسو را خشك كنند و با آب انگور كهنه مخلوط كنند و بخورند داروي مسموميت است .
گوشت سوخته بره درد مار گزيده و نيش انواع كژدم را تسكين مي دهد و اگر آب انگور كهنه باشد پادزهر سگ هار است .
گوشت قورباغه پادزهر حشرات گزنده است

## گوش موش

گياهي است كه شيشه را با آن جلا مي دهند .
خاصيت :قبض ، مرطوب ، چسبنده ، تنقيه كننده و نرمش دهنده است .
ورم و جوش :ورم را آرام مي كند ، برگش خورده شود داروي سوختگي و ورم هاي بلغمي است .
افشره اش با سفيداب سرب داروي مورچگي و باد سرخ است .
در علاج آماس لوزتين اگر با آن غرغره مي كنند مفيد است .
مفاصل :با موم و روغن گل بر نقرس بگذارند سودمند است .
سر :افشره اش با روغن گل داروي درد گوش است . گوش موش يا افشره آن را در دهان بگذارند لوزتين را درمان مي كند .
نفس :سوپ افشره آنرا بنوشند سرفه مزمن را علاج مي كند .
اندام هاي دفعي :بواسير را از بين مي برد .

## گیاه شیردار (یتوع )

کلمه ي يتوع دلالت بر گياهاني دارد كه شيره آنها تند ، مسهل ، تكه كننده ، سوزنده باشد و آنچه در اين زمينه مشهور است عبارت از :
هفت برگ ، شبرم ، چشميزك ، آذربونه ، ماهودانه ، مازريون و پنج انگشت كه آن را پنج برگ هم مي گويند .
همه اينها كشنده هستند وتنها از شيره آنهاه مي توان استفاده درماني كرد .
مزاج :شير چشميزك گرم و خشك است همين طور بقيه گياهان ديگر .
خاصيت :زخم آور و سم است و اگر در حوض بريزند ماهيها مي ميرند .
آرايش :گوشت زائد ، زگيل ، خال و زائده هاي اطراف ناخن را بر مي كند.
براي از بين بردن مو شيره اش را بر پوست مي مالند و در آفتاب اين كار را مي كنند ،مو را مي سترد و بعد كه مي رويد ضعيف است و اگر عمل را تكرار كنند ديگر مو بر نمي آيد .بهتر آن است كه با روغن زيتون مخلوط شود و براي ستردن مو بكار ببرند تا خطري نباشد .
زخم و قرحه : با سركه باشد سفتي هاي پيرامون بواسير را از ميان مي برد.داروي بيماري ويروسي است .زخم گنديده را بهبود مي بخشد ، اگر با قيروطي ( مرهم موم )و روغن گل مخلوط شود علاج خوره و گري سودايي و آتش پارسي است .
سر :شيره اش را بر دندان كرم زده بگذارند دندان خرد مي شود و مي افتد و اگر با قطران باشد كه از قوتش مي كاهد براي معالجه دندان سالمتر است . بهتر آن است كه قسم سالم دندان ها را با كمي موم بپوشانند و آنگاه اين دارو را بگذارند .اگر بيخ گياه نامبرده را با سركه بپوشانند و مزمزه كنند درد دندان تسكين مي يابد .
چشم :شيرش ناخنه را از بين مي برد .
بواسير را بر مي كند ، بلغم مواد آبكي را خارج مي سازد . دو قطره تا سه قطره شيرش را بر انجير بريزند و بگذارند تا خشك شود و بخورند اسهالي كافي مي دهد .
همين مقدار اگر با قاوت يا با آن خورده شود باز مسهل خوبي است .اما اگر بخواهند آن را تنها بخورند بهتر آن است كه همراه قيروطي يا موم و عسل باشد تا دهان و گلو را زخم دار نكند .

فاس

دارويي است كه آن را فاس (تبر )نيز گفته اند زيرا همچون تبر دو لبه دارد .
مزاج :گرم است و تلخي و گسي دارد .
خاصيت درماني :بند آمدن هاي دروني را باز مي كند .
مفاصل :در علاج درد مفاصل مفيد است .

فريز

گويند همان (يندكتا )است و اهل طبرستان آن را بندآوش مي نامند .
مزاج :سرد و خشك
خاصيت :گيرنده است و مي گزد .
زخم و قرحه :اين گياه و به ويژه بيخش اگر ضماد شود و بر زخم هاي بد و تر بگذارند زخم را جوش مي دهد و خوب مي كند .
سر :بازدارنده هر نزله اي است .
چشم :براي چشم داروي بسيار خوبي است .
اندام هاي غذا :تخم و بيخش استفراغ را قطع مي كنند و نمي گذارند مواد ناباب به معده راه يابند .
اندام هاي راننده :آب پز ، بيخش و تخمش در علاج زخم مثانه مفيد است .
آب پزش در علاج درد و پيچش روده ، بي اختياري ادرار عسر البول و زخم مثانه بسيار سودمند است .

فربيون

ديسقوريدوس حكيم فرمايد :شيره ي گياهي است كه به (قثاء )خيار چنبر شبيه و در (لينوي )كه در سرزمين (سدد ) واقع است و در مملكت (مورشيا ) مي رويد .
اين گياه پر از شير است و مزه شيرش خارج از اندازه گرم و تند و تيز مزه است .
فربيون خوب آن است كه :صاف ، زرد رنگ يا زعفراني رنگ و تندبو و بسيار تند مزه باشد .
مزاج :گرميش همراه لطافتي سوزنده و زداينده است .
مفاصل :بر فلج و تخدير شده بمالند بسيار سودمند است .
چشم :در چشم بكشند ديده را جلا مي دهد .آب كبود چشم را تحليل مي برد .اما تمام روز سوزش در چشم حس مي شود و براي پرهيز از اين سوزش بايد با عسل مخلوط كنند و در چشم بكشند .
اندام هاي راننده :در علاج آب زرد ، سردي گرده و قولنج سودمند است .
خوزيان گفته اند :فربيون دهانه زهدان را چنان بهم مي آورد كه داروهاي بچه انداختن را به زهدان راه نمي دهد .
هم ايشان گفته اند :بلغم لزج را كه در سرين و پشت و روده ماندگار است بيرون مي آورد .
زهرها :كساني گويند : اگر پوست سر كسي را بشكافند تا آهيانه پيدا شود آنگاه از ساييده اين گياه در آن بريزند و داروهاي ضد گنديدن بر آن بگذارند ، از گزيدن مار و حشرات ديگر زياني نمي بيند .
خوردن مقداري از اين گياه معده و روده ها را چركين مي كند و خورنده را در مدت سه روز مي كشد .

فقلامينوس

گويند بخور مريم است كه تيره اي از عرطنيثا مي باشد .
خاصيت :زداينده ، تكه كننده ، بازكننده ، گدازنده و تنقيه بخش است .
خوردن بيخش كم هوشي مي آورد و عرق كردن زياد بدنبال دارد .
آرايش:علاج يرقان است . كسي كه اين دارو را بخورد بايد دراز بكشد و خود را با پوشش هاي بسيار بپوشاند تا بسيار عرق كند و عرق به رنگ زرداب بيرون دهد ، تا از يرقان شفا يابد .
بيخ اين گياه پوست را تنقيه مي كند ، لكه هاي سياه را مي زدايد ، آب پزش ترك هاي ناشي از سرما را خوب مي كند .
وسط بيخش را با كارد گود كنند ، پر از روغن زيتون كنند و بر خاكستر گرم بگذارند تا گرم شود ، روغني است كه ترك هاي ناشي از سرما را به سرعت درمان مي كند .
ورم و جوش :بيخش جوشها را از بين مي برد . افشره اش ورم سخت را نرم مي كند .
آماس طحال را فرو مي نشاند .تر و خشك اين گياه داروي خنازير و زخم است و گري خشك را علاج است .
زخم و قرحه :بيخ اين گياه را تنها يا با سركه و عسل مخلوط كنند و به كار برند زخم ها را قبل از كهنه شدن شفا مي دهد . اگر با آب پزش سر را بشويند ، زخم هاي سر را درمان مي كند .
مفاصل :ضماد گذاشتنش در علاج پيچش عصب و نقرس مفيد است .
سر :آبش را در بيني كنند سر را مي پالايد .آب پزش سرشويه شود زخم هاي سر را شفا و سردرد سرد را تسكين مي دهد .
چشم :آبش كه با عسل باشد در چشم كشند يا در بيني كنند در علاج آب كه در چشم پديد آيد و در علاج ضعف ديد مفيد است .
سينه :بعضي بيخ آن را علاج برنشيت مي دانند و به بيمار مي خورانند .
اندام هاي غذا :با سركه بر طحال مي گذارند .
اندام هاي راننده :خوردن و برداشتن آن حيض را ريزش مي دهد . به وسيله ي پشم بردارند اسهال آور است .
افشره اش در اين باره قوي تر است .آب اين گياه را با سركه كه بياميزند و بر مقعد بر آمده بريزند به جاي خود باز مي گردد .افشره اش دهانه رگهاي داخل پيزي را مي گشايد . خوردن و برداشتن بيخش سبب ريزش خون حيض است .
زهرها :پادزهر داروهاي سمي و به ويژه پادزهر خرگوش دريايي است .

فلنجه

اين گياه تخم مثلث دارد كه به سرنيزه مي ماند و از اين رو عريان آن را حربه ناميده اند كه به معني نيزه است .
مزاج :حربه كاشتني كم حرارت و حربه بياباني گرم است .
زخم و قرحه :سبز و شادابيش زخم ها را بهم مي آورد .
اندام هاي غذا :پوستش را با سركه بر طحال بگذارند يا برگ خشكيده آن را بخورند درد طحال را بر طرف مي كند .
اندام هاي دفعي :ادرار مي دهد و به ويژه برگش كه به برگ « اسقولوقندريون »شبيه است .

فلفلك

از سبزي هاي مشهور است و عبارت از فلفل آبي است .برگش به برگ بيد مشك مي ماند .ليكن از آن زرد رنگ تر است .
شاخه هايش سرخ رنگ و مزه اش مزه زنجفيل است .اگر سگ آن را بخورد مي ميرد .
مزاج :گرم و خشك
آرايش :فلفلك سبز را با تخمش بكوبند لكه هاي صورت از قبيل لكه هاي سياه و كك و مك كهنه را مي زدايد .
دمل و جوش :فلفلك سبز را با تخمش بكوبند ضماد شود ورم هاي سخت را فرو مي نشاند .

فندق

مشهور است .مزاج خاكي فتدق از مزاج خاكي گردو بيشتر و از گردو مغزي تر است .زيرا از گردو پرمايه تر و كم چربي تر و دير هضم تر است.
مزاج :هوايي است و بيشتر به گرمي و خشكي مي گراييد .
خاصيت :سبب پيدايش مراره مي شود . از گردو قابض تر است . بادآور است و در قسمت پايييني شكم باد ايجاد مي كند .
آرايش :سوخته آن مو را سياه مي كند .
سر:سر درد مي آورد . اگر در روغن سرخ كنند و با اندكي فلفل بخورند زكام را پخته مي گرداند .
بقراط فرمايد :فندق مغز را افزايش مي دهد .
چشم :گروهي پنداشته اند كه اگر فندق را بر جاندانه (يافوخ ) كودك چشم كبود بمالند كبودي چشم از بين مي رود .
اندام هاي تنفسي :با عسل آب خورده شود داروي سرفه مزمن است و خون برآوردن را باز مي دارد .
اندام هاي غذا :دير هضم و تحريك كننده استفراغ و از گردو دير هضم تر است .
اندام هاي دفعي :پوست فندق قابض است و شكم را بند مي آورد .
زهرها :پادزهر گزيدگي ها است و به ويژه اگر با انجير و سداب باشد پادزهر نيش كژدم است .

فو

گياهي است كه برگش به برگ كرفس شبيه و از آن درشت تر است .
اين گياه اكثراً در سرزميني مي روید كه آن را (نيطس ) مي گويند .
خاصيت :بيخش گرم است .
سينه :پهلو درد را درمان مي كند .
اندام هاي راننده :بول را ريزش مي دهد و خوردن سبز و خشكش حيض را راه مي اندازد .در ادرار از سنبل هندي و رومي فعال تر است و كار مي جوشه را انجام مي دهد .

فليزهره

گويند درخت حضض است و ثمري چون فلفل دارد .
حضض شيره آن است .يا شيره زرشك است .
آرايش:تنها يا با روغن زيتون بر سر بمالند موي را تقويت مي كند .
اندام هاي غذا : شاخه هايش را با سركه بپزند و بخورند داروي طحال است و يرقان را نيز علاج مي كند .
اندام هاي راننده :آب پز شاخ و برگش حيض را ريزش مي دهد و خلط بلغمي را به كلي بيرون مي آورد .

فیلگوش

دو نوع است يكي پيچيده و ديگري صاف .پيچيده اش خالص تر از آن نوع است كه آن را لوف مار مي گويند .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :راه بندان ها را باز مي كند ، خلط هاي پرمايه و لزج را به اعتدال تكه تكه مي نمايد و زدايندگي دارد .در همه ي اينها خاصيت پيچدار قوي تر است .
آرايش :بيخ فيلگوش پيچيده و به ويژه اگر با عسل باشد لكه هاي سياه و سفيد و كك و مك را مي زدايد .همراه آب انگور كهنه داروي ترك هاي ناشي از سرما است .
ورم و جوش :در مداواي هر ورمي كه نياز به زدودن دارد مفيد است .
زخم و قرحه :بيخ و به ويژه فليگوش پيچيده را با هزار گوشان مخلوط نكنند و مرهم شود زخم هاي پليد را علاج است .آنچه تر است در علاج زخم ها به كار مي آيد و اگر خشك شد آن را مي كوبند و فتيله زخم و ناصورها را از آن درست مي كنند .
مفاصل :فيلگوش با سرگين گاو داروي نقرس و سستي ماهيچه ها است .
سر :آب خوشه فيلگوش بستاني درمان درد گوش است و اگر با روغن گل در بيني كنند خوره و سرطان بيني را از بين مي برد .اگر افشره خوشه لوف ماري را با روغن زيتون و قطران بياميزند و قطره هايي از آن را در گوش بريزند درد از بين مي رود .
بيخ آن از جمله داروهايي است كه چرك را از گوش مي برد و زخم گوش را شفا مي دهد .در علاج كري مفيد است .تخم آن علاج هر نوع جوش و زخم بيني است .اگر سرطاني باشد بهتر آن است كه بوسيله ي پشم آن را به بيني وارد كنند .
چشم :بيخش در زخم چشم مفيد است .
نفس كش :فيلگوش يا بيخ آن و به ويژه نوع پيچي آن را چندين بار در آب بجوشانند تا قوت داروئيش كاهش يابد و پس از آن بخورند در مداواي خون برآوردن ،برنشيت كهنه و نفس بلندي ، مفيد است .
اندام هاي غذا :خوردنش خلط غليظ پديد مي آورد .
اندام هاي دفعي :گرده را مي پالايد ، علاج بواسير است . بول را ريزش مي دهد .
زهرها :اگر تن را با بيخ آن ماساژ بدهند مار نمي گزد .

فيجن

ديسقوريدوس گويد :فيجن انواع دارد :كاشتني ، بياباني و كوهي .
بهترين نوع آن كاشتني است كه در همسايگي درخت انجير است .
مزاج :فيجن تر گرم و خشك است .
خاصيت :تكه كنند ، گدازنده ، بسيار بادشكن ، پالاينده رگ ها ، زخم آور و گيرنده است .
آرايش:بانطرون علاج لك و پيس سفيد و زگيل و زياده هاي گوشتي است .
فيجن بوي پياز و سير را مي زدايد و داروي داء الثعلب است .
ورم و جوش :فيجن بياباني را بكوبند و با نمك ضماد كنند و بر اندام بگذارند ورم گرم به وجود مي آورد .اگر بر خنازير گردن و زير بغل بگذارند تحليل مي برد .صمغ فيجن در اين كارها مؤثرتر است .
زخم و قرحه :با روغن و عسل مخلوط كنند وبر قوبا بمالند مفيد است .
با سركه و سفيداب باشد علاج مورچگي و بادسرخ و زخم كهنه است .اگر با مر مخلوط كنند و بر زخم بچسبانند فايده مي بينند .
مفاصل :خوردن فيجن ،يا ضمادش كه با عسل باشد در علاج فلج و بيماري اعصاب و درد مفاصل سودمند است .
سر :بوي سير و پياز را از بين مي برد .با قاوت ضماد شود داروي سردرد هميشگي است .با سركه در بيني كنند خون دماغ بند مي آيد .
افشره اش را در پوست انار گرم كنند و در گوش بچكانند گوش را پاك مي كند و درد و صداها و وزوز را خاموش مي نمايد .كرم گوش را مي كشد يا زنده بيرون مي آورد و بر زخم سر بمالند داروي خوبي است .
چشم :فيجن و به ويژه افشره اش كه با افشره رازيانه و عسل مخلوط كنند و به چشم بكشند يا بخورند ديد را تقويت مي كند .
فيجن را با قاوت ضماد كنند و بر چشم بگذارند تپش و التهاب را فرو مي نشاند.
اگر از فيجن و رازيانه و مرو عسل مرهم درست كنند و بر پيرامون چشم بمالند كم سويي را از بين مي برد .
سينه :آب پز فيجن تر با شبت خشك در علاج سينه درد خوب است و بقول روفس داروي دشوار تنفسي است و درد شش و پهلوي و سرفه و درد دنده ها را بر طرف مي كند .
اندام هاي غذا :فيجن را در آب انگور كهنه بپزند و بخورند يا با انجير ضماد كنند در علاج استسقاي گوشتي و استسقاي خيگي مفيد است .
سكسكه بلغمي را تسكين مي دهد ،گوارشي است ، اشتهاء مي آورد و معده را توان مي بخشد .در علاج طحال مفيد است .

آب پشت را مي خشكاند و قطع مي كند .آرزوي جماع را به كلي از بين مي برد .
هر دو نوع آن قبوضيت مي دهند .درد وپيچ روده را علاج است .با فيجن و روغن زيتون حقنه كنند درد قولنج تسكين مي يابد .
با عسل مخلوط كنند زخم معده را شفا مي دهد .فيجن را در روغن زيتون بجوشانند و بخورند داروي كرم است .هر دو نوعش زائده هاي تن ( بيرون ريختني ها )را به وسيله ي ريزش بول بيرون مي ريزند و هر دو قبوضيت مي دهند .
تب ها :خوردن فيجن يا تن اندايي به روغنش در تب و لرز مفيد است .
زهرها :با زهرها مقاومت مي كند زياد خوردن فيجن بياباني سم قاتل است.

# قارچ

ديسقوريدوس گويد : قارچ خوردني هست و قارچ سمي هم هست .
انگيزه سمي شدن قارچ اين است كه يا در نزديكي ميخهاي زنگ زده روئيده و يا در همسايگي كهنه پارچه هاي متعفن رسته يا در جوار لانه حشرات موذي سر برآورده است .بر قارچ هاي رطوبتي لزج يا كفكي مانند تار عنكبوت
مي نشيند .
مزاج :سرد و تر است .
خاصيت :خلط غليظ و بد به وجود آورد .بهتر آن است كه قارچ را در آب بجوشاند و گلابي تر و خشك و پونه كوهي را با آن مخلوط كنند و بعد از خوردنش آب انگور كهنه انگوري پرمايه بنوشند .
سر :سبب كرخي و سكته مي شود .
نفس :قارچ خوردني سبب خناق مي شود تا چه رسد به قارچ سمي كه كشنده است .
اندام هاي غذا :اگر قارچ خوب را زياد از حد بخورند سبب قي و استفراغ مي گردد .قارچ دير هضم است و غذاي بسيار مي دهد .
از خوردن قارچ سمي عرق سرد مي كنند و به غش گرفتار مي آيند .
اندام هاي راننده : عسر البول مي آورد .
زهرها :پادزهر سمي ، سكنجبين و پونه يا چلغوز خروس و مرغ با سركه يا خوردن عسل است ، و گرنه شايد حداكثر در مدت يك روز بكشد .

قارچ درختي

خوبش آن است که صاف و سفيد و زودشکن و متراکم و کنار صاف باشد .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :تحليل برنده ، تکه کننده ، خلط پرمايه ، بازکن راه بندان ها و نرمي بخش است .
مفاصل :با سکنجبين بخورند در علاج بيماري اعصاب مفيد است .در افتادن و تنقيه عصب مناسب است .اگر بيمار تب داشته باشد با عسل آب با شربت گل بخورند بهتر است .
سر :مغز را مي پالايد و در علاج صرع سودمند است .
سينه :با آب انگور کهنه سياه و پرمايه بخورند علاج برنشيت و زخم شش است .اگر آن را با آب بخورند در خون برآوردن از سينه مفيد است .
اندام هاي غذا : داروي يرقان است ،با سکنجبين بخورند ورم طحال را فرو مي نشاند اگر آن را تنها بجوند يا ببلعند درد معده را دوا مي کند و درد کبد را درمان مي کند .
اندام هاي راننده :خوردن آن با عسلاب انواع خلط پرمايه سودايي و بلغمي را بيرون مي آورد .
اگر با داروهاي مسهل مي باشد کمك اسهال است و بول و حيض را ريزش مي دهد و درد گرده را مسکن و در خفگي زهدان مفيد است .
تب ها :در علاج تب لرزه و تب هاي کهنه مفيد است .
زهرها :بر جاي نيش حشرات بگذارند مفيد است .

## قدومه (تودري )

برگ تودري شبيه برگ گندناي كوهي است .
مزاج :گرم و تر است .
خاصيت :در تندمزگي مانند تخم ترتيزك بياباني و زخم آور است .
ورم و جوش :با آب و عسل بر جوش هاي سرطاني كه تر نيستند بمالند مفيد است . ورم سفت را نرم مي كند و ضمادش التهاب را فرو مي نشاند .
مفاصل :ضمادش سفتي نقرس را نرم مي كند .
سر :ورم بيخ گوش را درمان مي كند .
چشم :با عسل در چشم بكشند داروي زخم چشم است .
اندام هاي راننده :تودري شهوت انگيز است .

قروقومعما

مي گويند ته نشين روغن زعفران است .خوبش آن است كه خوشبو ، سنگين ، سياه رنگ و هيچ چوبي با آن نباشد و اگر در آب حل كنند آب را به رنگ زعفران درآرد و اگر بجوند دندان را رنگ كند و رنگش پايدار باشد .
خاصيت :گرم كننده و رساننده است .
چشم :تم چشم را مي برد و ديده را جلا مي دهد .
اندام هاي راننده :بول را ريزش مي دهد .

## قره بوخور ـ اصطرك (استرك )

استرك قره بوخور ـ اصطرك :به گفته ي ديسقوريدوس نوعي از مايعات است و برخي برآنند كه صمغ زيتون است .
دود استرك در همه احوال كار دود كندر را انجام مي دهد .هرچه خوشبوتر باشد بهتر است .
ديسقوريدوس گويد :«زعفراني رنگ آن كه داراي چربي است و به صمغ صنوبر مي ماند بهترين نوع است » .
در جرم استرك جرم هاي سفيد رنگ موجود است كه بوي خوش و با دوام دارد .اگراسترك را با دست بساييم نمي پس مي دهد كه شبيه انگبين است . استرك سياه و بي مايه كه مانند سبوس است چندان ارزشي ندارد .
اندام هاي سر :سرگرداني ، سردرد و خواب مي آورد ، در مداواي زكام و نزله مفيد است .
اندام هاي نفس و سينه :از سرفه و صداگرفتگي و صدابريدگي جلوگيري مي نمايد .
اندام هاي دفعي :روغن آن در علاج سختي زهدان و باز كردن و جاري كردن حيض سودمند است .
اگر آن را با مقداري شفر بنه بخورند شكم را ملين است .

قطران

افشره درختي است كه آن را شيرين مي گويند .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :خون را به نزديكي پوست مي آورد ، داغ گذار است . لاش مرده را از گنديدن حفظ مي كند .
آرايش :شپش و رشك آدميزاد و حيوانات را ريشه كن مي كند .
زخم و قرحه :گوشت سست را محكم مي كند .علاج گري آدمي و حيوان است .
مفاصل :در معالجه گسستگي ماهيچه وجمع آمدن خون و ريم در ماهيچه ها خوب است .ليسيدني و ماليدني آن داروي پاغر و واريس است .
سر :قطران بر سر ماليدن بهترين علاج سردرد است . در گوش بچكانند كرم گوش را مي كشد .آن را با آب زوفا در گوش بچكانند صداها و وزوز گوش را خاموش مي كند با آب زوفا داروي درد دندان و دندان كرم خورده است .
چشم :اثر زخم هاي چشم را پاك و ديد را تقويت مي نمايد .
سينه :بر گلو بمالند ، درد گلو و لوزتين را علاج مي كند . داروي سرفه ديرينه است .
اندام هاي غذا :ميوه درخت قطران با معده سازگار نيست .
اندام هاي راننده :قطران و به ويژه حقنه با آن درمان همه نوع كرم است .
حيض را ريزش مي دهد .آب پشت را تباه مي گرداند .اگر ذكر را با قطران تر كنند و جماع كنند مانع بارداري است .
داروي چكميزك است .
زهرها :با آب انگور كهنه سياه پرمايه بخورند پادزهر مسموم شدن از خرگوش دريايي است .
قطران را با پيه شتر بگذارند يا بر تن بمالند حشرات موذي مي گريزند .

قفر اليهود

ديسقوريدوس گويد :قفر را از آفريقا مي آورند و در شهر (صيلون ) و شهر (اقريش )پيدا مي شود .در جزيره سسيل هم هست قفر خوب آن است كه بنفش درخشنده و نيرومند و سنگين باشد .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :هم قوت زفت است و اندام ها را توانا مي كند .خوردنش خون بند آمده در شكم را درمان مي كند .
آرايش :بر ناخن بمالند لكه هاي سفيد را بر مي دارد .
ورم و جوش : خنازير را مي رساند .
زخم و قرحه :بر پوست بمالند علاج بيماري ويروسي است و آماس زخم ها را فرو مي نشاند .
مفاصل :ضمادش داروي نقرس و خوردنش يا ماليدنش علاج بيماري اعصاب
است .
سينه :درعلاج سرفه ، زخم شش ، خون برآوردن ، بيرون راندن چرك و ريم از سينه ، آماس لوزتين و خناق سودمند است .
اندام هاي راننده :سفتي زهدان را نرم مي كند .آن را بردارند يا دودش را برگشند برآمدگي و درد زهدان را درمان مي كند و اگر با افشره جو حقنه شود علاج ديزانتري است .

قلومس ، گوش خرس

بوصير تحليل برنده است و به ويژه آنچه گل طلايي رنگ دارد و به اعتدال زداينده است .
آرايش :گل طلايي آن مو را سرخ مي گرداند .
دمل و جوش :برگش را بپزند داروي ورم ها است .
زخم و قرحه :ضمادش كه با عسل باشد زخم و زخم را درمان مي كند .
مفاصل :در علاج سستي ماهيچه ها سودمند است .
سر :اگر آب پز را در دهان بگردانند درد دندان از بين مي رود .
چشم :دواي رمد گرم است .
اندام هاي تنفسي :در معالجه سرفه خشك مفيد است .
بوصير برگ سفيد و برگ سياه داروي اسهال مزمن است .

قنقبين

گويند روغن كرچك است .
زخم و قرحه :برسر بمالند داروي گري و زخم سر است .
اندام هاي راننده :خوردن و ماليدنش در علاج بهم آمدگي دهانه زهدان مفيد است .علاج ورم گرم پيزي است .خوردنش اسهال مي آورد و كرم هاي داخل شكم را بيرون مي راند و در اين زمينه بسيار بسيار خوب است .

## صندل

چوبهاي ستبري است كه از مرز مملكت چين مي آورند و سه نوع است : زرد ، سرخ ، زرد مايل به سپيدي كه بعضي آن را مقاصيري مي گويند .
بوي مقاصيري از بوي بقيه خوش تر است .
مزاج :سرد و خشك
خاصيت :صندل و به ويژه صندل سرخ رنگ مانع تراوش رطوبت بدن است .ورم :صندل و به ويژه سرخ رنگش ورم گرم را تحليل مي برد .بر باد سرخ بمالند مفيد است .
سر :در علاج سر درد بد نيست .
سينه :خوردني و ماليدني تپش ناشي از تب ها را علاج است .
اندام هاي غذا :خوردن و ماليدنش ناتواني معده گرم را برطرف مي كند .
تب ها :صندل و به ويژه سفيد رنگ مقاصيري در علاج تبهاي گرم سودمند است .

صدف

گوشت صدف بياباني (حلزون )را خرد كنند و بسايند و بر تن بمالند بسيار خشكاننده است . سوخته صدف فرفيري بادشكن ، زدايندە و هم قوت عرق نعنا و بونه است .همه انواع صدف هاي ريزه استخوان و خار را جذب مي كنند به شرطي كه درسته و بي هيچ تغيير حالتي استعمال شوند .
آرايش :همه پوشش هاي صدفي و پوسته صدف ها وقتي كه مي سوزند زدايندە لك و پيس اند .صدف خام و ناسوخته پيكانهاي استخواني را جذب مي كند. اگر صدف فرفيري (ارغواني )را در روغن زيتون بپزند و بر جاي مو بمالند از ريزش مو جلوگيري مي كند .
ورم و جوش :ماده لزجي كه بر حلزون است و آن را زنگ حلزون گويند اگر با كندرو الوا و مر مخلوط كنند تا بر پرمايگي عسل در آيد ، ورم بناگوش را خشك مي كند و اگر رطوبتي در ژرفا داشته باشد بر مي چيند .
زخم و قرحه :سوخته فرفيري زخم را مي زدايد ،پاك مي كند و بهبودي مي بخشد . صدف سوخته با نمك داروي سوختگي است و بر سوخته مي پاشند تا آن را خشك كند .سوخته هر صدفي براي معالجه مفيد است .
در علاج زخم و به ويژه زخمي كه بر عصب باشد صدف همراه گوشتش و كندر و مر بر او بگذارند و اگر با گرد آسياب هم باشد داروي خوبي است و زخم را شفا مي دهد .
مفاصل :صدف را ضماد كنند علاج درد مفاصل و نقرس است و ورم مفاصل را فرو مي نشاند .
سر :سوخته صدف فرفيري و به ويژه اگر با نمك سوخته شود دندان را جلا مي دهد .صدف را بسايند و با سركه آميزند خون دماغ را قطع مي نمايد .
چشم :صدف را با گوشتش بسوزانند و سوخته را بشويند و در چشم بكشند آماس پلك را فرو مي نشاند ، سفيدي و تم را از چشك مي زدايد .
اگر گوشت صدفي را كه به (طيلس )كهنه مشهور است بسوزانند و سوخته آن را با قطران بسايند و بر پلك بمالند مانع رويش مو مي شود .
ماده لزجي كه بر حلزون بياباني است موي برگشته پلك را مي چسباند .
اندام هاي غذا :گوشت هر صدفي كه برشته و نپخته نباشد درد معده را تسكين مي دهد .صدف فرفيري را با سركه بخورند علاج طحال است .
ضماد صدف را بر استسقاء بگذارند تا پايين نياورد جدا نمي شود ، و بايد بگذارند تا خودش بيفتد .و به ويژه در علاج استسقاء صدف بياباني كه بسيار خشكاننده است از ساير صدف ها مؤثرتر است .
اندام هاي راننده :گوشت صدف فرفيري ملين نيست .
گوشت صدفي كه مردم شام آن را (طالبيس )مي گويند ، تاتر است و به

ويژه آبگوشتش ملين است و همچنين آبگوشت صدفهاي كوچك ملين است .
دود بر كشيدن از سوخته صدف فرفيري علاج خفگي زهدان است و بچه دان را بيرون مي آورد .
دود گوش ماهيهاي ساحلي از قبيل بابلي ، قلزمي ، در علاج خفگي زهدان مفيد است و صرع زدگان را به هوش مي آورد .
صدف را بردارند حيض را ريزش مي دهد .
زهرها :گوشت صدف پادزهر سگ هار است

## صنوبر هندي

از تيره سرو كوهي است و آن را صنوبر هندي مي گويند .
چوب هايش به چوب زرنباد شبيه است كمي تندمزه و شيره اش گرم و تند مزه و تشنگي آور است .
مزاج :خشك و گرم است .
خاصيت :تند مزگي شير آن چنان است كه مي سوزاند و قابض است .
مفاصل :در مداواي سستي اعصاب و فلج و دهان كجي بهترين علاج است .
سر :در علاج بيماري هاي سرد مغز و سكته و صرع سودمند است .
اندام هاي غذا :شيرش تشنگي آور است .
اندام هاي دفعي :سنگ كليه و مثانه را خرد مي كند . شكم را بند مي آورد . سستي مقعد را بر طرف مي كند به شرطي كه در آب پزش بنشينند .

## طاليسفر (نبق هندي )

پوسته اي است ره آورد هندوستان قبض و تند و كمي خوشبو
كمي لطافت دارد و گوهر خاكي در آن زياد است .
مزاج :گرم و خشك
اندام هاي دفعي :در ذرب (فساد معده ) و زخم هاي روده و خونريزي
زهدان و خونريزي مقعد و علاج بواسير مفيد است .

طريقوليون

ديسقوريدوس گويد :گياهي است كه در كرانه هاي دريا رويد و مد دريا به آن مي رسد .رويشش در آب نيست و از گياهان آبزي به شمار نمي آيد .
گويند گل اين گياه در روز سه مرتبه تغيير رنگ مي دهد .
گياهان سفيد ، درنيمروز بنفش و نزديك غروب به رنگ سرخ خوني درمي آيد.
مزاج :گرايش به گرمي دارد .
اندام هاي دفعي :اگر آن را با نوشآب هاي بنوشند مواد آبكي شكم و بول را ريزش مي دهد .
زهرها :قبل از ساير پادزهرها آنرا براي دفع گزند سم استعمال مي كنند .

طرفحوماس

ديسقوريدوس گويد :بعضي اين گياه را ادبار گويند .
اين گياه در جاهايي پيدا مي شود كه رستنگاه پرسياوشان است و تمام كارهاي پرسياوشان را انجام مي دهد .

طراغيون

از گياهان جزيره كرت است .
خاصيت :ديسقوريدوس گويد :اگر تيري در گوشت تن بزكوهي قرار بگيرد و بز به ميان اين گياه بخزد تير بيرون مي آيد .
اگر اين گياه را ضماد كنند پيكان و خارها و خليده ها را از گوشت بيرون مي كشد .
اندام هاي دفعي :خوردن آن چكميزك را قطع مي كند .سنگ مثانه را خرد مي نمايد .حيض را راه مي اندازد و زخم روده ها را معالجه مي كند .

طلق (تلك )

بعضي گفته اند كه خوردن آن خطرناك است زيرا به گوشه و كنار و پيچ و خم هاي معده مي چسبد .
چنگ اندر گلو و مري مي زند .دوشيدن تلك از اين قرار است :تلك را با چند قطعه يخ و چند دانه شن در پارچه اي مي ريزند و بهم مي زنند تا حل شود .
مزاج :سرد و خشك .
خاصيت :قبض است .بازدارنده نزيف خون است .
سينه :آماس هاي تازه برخواسته پستان ، ميان دو ران ، پشت گوش و هر جايي را كه سست گوش باشد درمان مي كند .
اندام هاي تنفسي :با آب بارهنگ باشد خون برآوردن را قطع مي كند .
اندام هاي دفعي :خوردن شستشو داده اش خونريزي مقعد و زهدان را قطع مي كند ماليدن محلولش نيز همين اثر را دارد .

طوقريوس

ديسقوريدوس گويد :گياهي است كه شاخه هاي بسيار و شبيه به چوبدستي دارد .خوردن آب پزش آماس طحال را به كلي مي برد . اگر آن را با سركه و انجير ضماد نمايند باز هم براي طحال دارويي مفيد است .

طيقاقوواون

ديسقوريدوس گويد :برگ اين گياه به برگ تاجريزي مي ماند .شاخه هاي بسيار دارد .گلش سياه و كوچك و بسيار است . زهدان را مي پالايد و مواد سيلاني را بر مي چيند .
اگر آن را همراه چيزي كنند و بخورند مي گويند شير پستان را زياد مي كند .

طين شاموس

خاصيت :در بند آوردن و ساير كنش ها همانند گل مهر زده است و تفاوت در اين است كه شاموس از مهر زده هوايي تر و سبك تر است .
مزاج :كشدار ، لزج و چسبنده است .نياز به شستشو ندارد .
سردي بخش و بسيار آرام كننده است .
ورم و جوش :ورم گرم نوخواسته را باز مي دارد ، در اين زمينه از ساير گلها كاري تر است .شاموس نفع رسان ، بي آزار است و چون گل مهر زده نيست كه زبري آزاد دهنده همراه داشته باشد .
زخم و قرحه :در علاج سوختگي ها كمتر از مهر زده است . زيرا كش داريش بسيار است و از فايده اش مي كاهد .
مفاصل :در علاج نقرس نوظهور مفيد است .
چشم :تاول هاي قرنيه را معالجه مي نمايد .
سر و سينه :در علاج ورم پستان و دمل پشت گوش مفيد است .
اندام هاي دفعي :بهم خوردن عادت ماهانه را عادي مي سازد و خونريزي زهدان را باز مي دارد .

## عاليون

بعضي اين گياه را غاليون و گروهي (عالاريون )مي گويند و همه به معني شيربند است .زيرا همچون پنير مايه شير را مي بنداند .
برگ و شاخه اين گياه شبيه برگ و شاخه (حرينان )است .
خاصيت :گلش ضماد شود در خونريزي مفيد است .
زخم :گل و برگش داروي سوختگي است .
مفاصل :آن را با موم و روغن گل مخلوط كنند و نمك بزنند تا سفيد شود داروي خستگي و علاج درد ناشي از خستگي است .
اندام هاي راننده :بيخش شهوت انگيز است .

عالوسيس

بعضي گويند اين گياه را در طبرستان (بربهم )مي گويند .
گياهي است كه تماماً به گزنه مي ماند .ليكن برگش از برگ گزنه صاف تر است و اگر در دست فشار دهي بويي بسيار بد مي پراكند .
خاصيت :سفتي ها را نرم مي كند .
زخم :در علاج زخم پليد و خوره مفيد است .
ورم :ضماد كنند و نيم گرم روزي دو بار بر ورم بگذارند ورم هاي سرطاني و خنازير و ساير ورم ها را علاج مي كند .
سر :برگ و شاخه هايش ضماد شود در علاج ورم پشت گوش و لوزتين مفيد است .

عدس

دو گياه به نام عدس هستند .خوردني كه كاشتني و بياباني دارد و نوع بياباني خوب نيست و ديگري عدس تلخه مي باشد .
بهترين عدس خوردني آن است كه زود بپزد و اگر در آب مي ريزند آب را سياه رنگ نكند .
مزاج :گرم و خشكي معتدل دارد .
خاصيت :تركيبي از قواي گيرنده و زداينده و بادزاست كسي كه عدس مي خورد خواب هاي پريشان مي بيند .خون را پرمايه مي گرداند و در رگ ها روان نيست .بول و حيض را كاهش مي دهد .
ورم :عدس را با سركه بپزند و ضماد كنند علاج خنازير و آماس هاي سفت است .عدس با اينكه بازدارنده است اما ريم و چرك را جمع مي كند . زياد خوردن آن باعث سرطان و ورم هاي سفت مي شود .
زخم و قرحه :عدس را با سركه بپزند زخم گود را از گوشت پر مي كند و زخم پليد را بر مي كند .
اگر دمل (زخم )بسيار بزرگ باشد عدس در سركه پخته را با قبض تر از عدس قبيل پوست انار و غيره بر زخم بگذارند و اگر با آب دريا مخلوط كنند علاج خوره و باد سرخ و مورچگي و ترك هاي ناشي از سرما مي باشد .
مفاصل :براي اعصاب خوب نيست . عدس و قاوت را ضماد كنند و بر نقرس بگذارند مفيد است .
زياد خوردن عدس جذام مي آورد .
چشم :چون بسيار خشكي دارد كسي كه زياد عدس بخورد به تيرگي چشم گرفتار مي آيد .
از عدس ، شاه افسر ، روغن گل و به ضماد سازند و بر چشم گذارند آماس گرم چشم فرو مي نشيند .
سينه :عدس را در آب دريا بپزند و ضماد كنند آماس پستان كه ناشي از جمع شدن خون يا شير باشد از بين مي رود .
اندام هاي غذا :دير هضم است و با معده سازگار نيست . بادآور و سنگين است . مي گويند سي دانه عدس پوست كنده را بخورند سستي معده را از بين مي برد .نبايد با عدس شيريني بخورند و گر نه راه بندان در كبد روي مي دهد .
اندام هاي راننده :عدس و شاه افشره و به روغن گل را ضماد كنند و بر ورم مقعد بگذارند فرو مي نشيند .عدس بياباني كه عدس تلخ است خون را بيرون مي آورد .

عدس که خون را غليظ مي گرداند سبب کاهش بول و حيض مي گردد . اما عدس تلخه بر عکس بول و حيض را سرازير مي آورد و ريزش مي دهد .

عرقون

به عقيده ديسقوريدوس گياهي است كه برگ دراز و دو نيمه دارد و به برگ آلاله شبيه است بيخش لوله اي شكل و سفت و خوردني است .
ورم زهدان را علاج است .

عسل

عسل بسيار خوب آن است كه كاملاً شيرين مزه ، خوشبو و رنگش به سرخي بزند و پر مايه باشد و بهم متصل .مي گويند عسل تابستاني خوب نيست .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :زداينده است ، دهانه رگها را باز مي كند ، رطوبت را از بين مي برد و مانع تباهي و گنديدگي مي گردد .
آرايش :به تن بمالند شپش و رشك را از بين مي برد با كوشنه مخلوط باشد و بر پوست بمالند لكه هاي سياه چهره را حتي اگر كهنه هم باشد از بين
مي برد .عسل و نمك با هم لكه هاي بادمجاني رنگ ناشي ازضربه خوردن را مي زدايد.زخم :زخم هاي ژرفا را پاك مي كند ، عسل را آنقدر بر آتش بگذارند تا غليظ شود ، زخم هاي تازه را بهم مي آورد . عسل و شبت را بر پوست بمالند ( قوبا )را شفا مي دهد .
سر :نمك اندراني را با عسل مخلوط كنند و نيمه گرم در گوش بچكانند چرك را از گوش مي زدايد ،زخم هاي داخل گوش را مي خشكاند و حس شنوايي را نيرو مي دهد . عسل تند مزه و سمي را بو كنند عقل از سر مي پرد و تا چه رسد به خوردنش .
چشم :عسل ، تم چشم را از بين مي برد .
نفس و سينه :غرغره كردن با عسل و عسل به دهان ماليدن علاج خناق و لوزتين است .
اندام هاي غذا :عسلاب اشتها را بر مي انگيزد و توان بخش معده است .
اندام هاي راننده :عسل نيشكر ملين است ولي عسل (طبر )ملين نيست .
زهرها : عسل را با روغن آميزند و بر آتش بگذارند تا گرم شود و به گرمي بخورند پادزهر افيون خوردگي و نيش حشرات موذي است .ليسيدن عسل پادزهر سگ هار و قارچ سمي است .كسي كه سم خورده عسل بخورد قي مي كند و اثر سم خنثي مي شود .
بو كردن عسل تند مزه و عطسه آور است يكباره عقل را از سر بدر مي كند و عرق سرد بر بدن مي نشيند و علاجش آن است كه ماهي شور بخورد و بعد قي كند .

عناب

ميوه درختي است كه ميوه و درخت آن را همه مي شناسد و اكثراً در گرگان ديده مي شود . در جاهاي ديگر هم هست ولي عناب گرگان از همه درشت تر است .
تا درشت تر و زيباتر و سرخ رنگ تر باشد بهتر است .
مزاج :سرد، خشكي و رطوبتش تقريباً معتدل و كمي به سوي رطوبت است .
خاصيت :كم غذا و دير هضم است .
سينه :با سينه و شش سازگار است .
اندام هاي غذايي :به زيان معده است و به دشواري هضم مي شود .
اندام هاي راننده :به عقيده بعضي براي گرده و آبدان خوب است .

عنبر

پندارند كه عنبر از چشمه اي در ميان دريا مي جوشد بعضي مي گويند كف دريا است و گروهي برآنند كه سرگين حيواني است كه در سرزمينهاي دور از ما زندگي مي كند .
نوع خوبش عنبر خاكستري رنگ است كه بسيار قوي مي باشد .
در درجه ي دوم عنبر كبود و درجه سوم عنبر زرد خوب است و بدترينش عنبر سياهي است كه اكثراً آن را بلعيده و بعد از آنكه مرده است از شكمش بيرون آورده اند و آن را «منده »مي گويند .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :گرماي لطيف مي بخشد و از اين رو با مزاج پيران سازگار است.
آرايش :از منده كه عنبر سياه است نوعي است كه دست را سياه مي كند و ممكن است آن را در رنگ بازدادن رنگ پريده ها (موهايي رنگ شده كه رنگ باخته اند )به كار برد .
سر :براي مغز و حواس مفيد است .
سينه :براي قلب بسيار خوب است .

عود

تكه هايي از چوب و رگ هاي درختي است كه از چين و هندوستان و عربستان مي آورند .در سختي و صافي به دسته هاون سنگي مي ماند كه داروها را با آن مي كوبند .
بهترين عود مندلي ناميده مي شود كه از هندوستان مي آورند . نوع دوم عود هندي است كه از كوهساران مي آيد .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :لطيف ، بازكننده بند آمده ها و بادشكن است زيرا رطوبتي بسيار دارد .
آرايش :جويدنش دهان را بسيار خوشبو مي نمايد .
مفاصل :لزجي لطيف دارد اگر بر اعصاب بمالند اعصاب را تقويت مي كند.
سر:عود براي مغز و تقويت حواس بسيار مفيد است .
سينه :براي قلب شادي آور و توان بخش است .
اندام هاي غذا :رطوبت هاي گنديده معده را بر مي چيند و معده و كبد را توانا مي كند .
اندام هاي راننده :قبض است .

عودالنجور

چوبي است كه پوسته رنگارنگ و بوي معطر دارد و در عطرها آن را به كار مي برند .
مزه اش گيرنده و كمي تلخي دارد .
اندام هاي سر :دهان را خوشبو مي كند .
اندام هاي تنفسي :در مداواي پهلو درد سودمند است .
اندام هاي غذا :درد كبد را درمان مي كند . يك مثقال از آن لزجي معده و ناتواني آن را بر طرف مي كند .
اندام هاي دفعي :خوردنش با آب علاج زخم روده و درد و پيچش گرم شكم است .

# غار

ثمر غار به شكل فندق كوچك است .
مزاج :دانه اش گرم و پوست ثمرش كمتر گرم است .
خاصيت :در همه اجزايش گرمي هست .برگ از دانه گرم تر و گرمي زاتر و خشكاننده تر است .
دانه اش سستي آورد .
آرايش:با انگور كهنه بر لك و پيس بمالند مفيد است .
ورم و جوش :با نان و قاوت بخيسانند و بر ورم گرم بگذارند سودمند است .
مفاصل :همه اجزايش در علاج درد عصب مفيد است .روغنش خستگي را در مي آورد .
سر :غار و روغنش علاج سردرد است .روغن غار درد سرد گوش را دوا مي كند ، شنوايي را باز مي گرداند .صداهاي گوش را مي خواباند . نزله ها را قطع مي كند .
سينه :با آب انگور كهنه سياه يا با عسل بخورند علاج تنگ نفسي و بلند نفسي است و شش را از زائده هاي رطوبتي حفظ مي نمايد .
غار و به ويژه دانه اش را با عسل بليسند در علاج زخم شش و بلند نفسي مفيد است .
اندام هاي غذا :روغن غار با آب انگور كهنه خورده شود ، يا پوست آن با آب انگور كهنه ريحاني باشد درد كبد را دوا مي كند . اما روغن و دانه غار معده را سستي مي دهد و سبب استفراغ مي شوند .
اندام هاي راننده :روغن غار دل بهم مي آورد و قي انگيز است ، بو و حيض را ريزش مي دهد .
آب پز غار را بخورند يا در آن بنشينند در علاج درد آبدان و زهدان مفيد است.
مقداري از آن را با عسلاب يا سكنجبين مي خورند داروي اسهال است .
خوردنش سنگ را خرد مي كند . دانه غار هم در خرد كردن سنگ مؤثر است .
تب ها :روغنش را بر تن بمالند از لرزه جلوگيري مي كند .
زهرها :با آب انگور كهنه بخورند پادزهر نيش كژدم است .
سبزش را بر جاي نيش هر زنبوري بگذارند مفيد است .غار عموماً براي هر حالتي از حالات مسموم شدن خوب است .

گياهي است به رنگ كاه به شكل هلالي (ماه نو ) با وجود تخلخلي كه دارد تا اندازه اي سخت است .گاهي به رنگ سپيد و گاهي زرد رنگ است .
ديسقوريدوس گويد : بعضي ها اين گياه را «ايسقيفون » مي نامند .
گياهي است خشك داراي شاخه هاي زياد و چهار گوش كه به سپيدي مي زنند و خم مي شوند .برگ اين گياه شبيه برگ درخت به است ليكن اندكي درازتر از آن است .كمي زبر است و كركدار و رنگش به سپيدي متمايل است و در جاهاي زبر و خشن مي روید .بهترين نوع مورد استفاده اش گونه اي است كه سخت تر است رنگش كمي به سپيدي مي گرايد مزه اش تلخ تر و بويش تند و آشكار است .
ديسقوريدوس گويد :بهترين نوع آن به رنگ زعفران است كه داراي بوي قوي تر مي باشد .
قابض و تحليل برنده است .
مزاج :گرم و خشك است .
دمل و جوش :اين گياه خود به خود در علاج دمل هاي گرم و سخت مفيد است .
زخم و قرحه تر :گياه را در آب حل مي كنند و زخم را بدان مي شویند يا اينكه گياه را با داروهاي خشك كننده از قبيل مازو ، گل خشك و عدس مخلوط مي كنند .
اندام هاي سر :ضماد اين گياه ورم گوش ها را فرو مي نشاند و درد گوش را از بين مي برد .اگر افشره آن را در گوش بچكانند درد گوش را بهتر از ضمادش چاره مي كند .
اگر آن را در آب حل كنند سردرد را از بين مي برد .
چشم :ضمادش با داروهاي ذكر شده چاره ساز ورم چشم است .
اندام هاي دفعي :ضماد آن با داروهاي نامبرده ورم مقعد و بيضه ها را فرو مي نشاند .اگر ساقه هاي آن را با برگ هايش بجوشانند و آن را بنوشند ادرارآور است ، حيض را روان مي سازد .
اگر با آب جوشانده آن خود را شستشو دهند خارش بيضه ها را فرو مي نشاند.

شاه تره ـ تخم ترتيزك بياباني

ديسقوريدوس گويد :بهترين ترتيزك در سرزمين بابل مي رويد كه قوتش هم رديف قوت خردل و تخم ترب است .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :گرمي بخش ، تحليل بر ،رساننده و نرمش دهنده است و ريم و چرك گري را خشك مي نمايد .
آرايش :خوردن يا ماليدن آن مو را از ريزش باز مي دارد .
دمل و جوش :داروي ورم بلغمي است .با آب و نمك ضماد شود دمل ها را شفا مي بخشد .
زخم و قرحه :در علاج گري چركين و قوباء(نوعي بيماري ويروسي) مفيد است . با عسل همراه باشد جوش عسلي را از بين مي برد و پليدي آتش فارسي را بر مي اندازد .
مفاصل :خوردنش و ضمادش كه همراه سركه و قاوت جو باشد داروي بيماري اعصاب است .
اگر بيماري بيماري اعصاب همراه با اسهالي باشد كه خون در مدفوع ديده شود اين دارو را حقنه(وارد كردن مانند شياف ،آمپول و ...) كنند مفيد است .در علاج سست بودن همه پي ها بسيار سودمند است .
سينه : شش را تنقيه مي كند ، داروي برنشيت است . تخم ترتيزك نيز از داروهاي برنشيت است .
از آنجا كه داراي قوت قطع كننده و نرمش دهنده است آن را با سوپ مخلوط كنند براي برنشيت بسيار خوب است .
اندام هاي غذا :معده و كبد را گرمي مي دهد .ستبري طحال را از بين مي برد و به ويژه اگر با عسل ضماد شود .
اندام هاي دفعي :شهوت انگيز و كرم كش است .حيض را روان مي سازد .در روغن جوشيده اش بندآور شكم است و به ويژه اگر نكوبيده باشد ، چون سائيدن لزجي آن را از بين مي برد .در علاج قولنج مفيد است .
اگر كوبيده آن را با آب گرم بنوشند مسهل و بادشكن روده ها است .
زهرها :خوردن آن يا ضمادش با عسل پادزهر حشرات است و اگر بسوزانند حشرات از دودش گريزانند .

شاه تره

سبز و شاداب و تلخ مزه اش خوب است .
مزاج :سرد و خشك
خاصيت :به علت مزه گيرنده كه دارد سرد است و از تلخ مزگي اش گرم است و سردي آن از گرمي بيشتر است .
زخم :خوردنش داروي خارش و گري است .
سر :لثه را محكم مي كند .
اندام هاي غذا :معده را توان مي بخشد و بند آمده هاي كبد را مي گشايد .

شابانك

مزاج :گرم و خشك
خاصيت :تحليل برنده و بسيار لطافت بخش است . اگر زير بالش كودك بگذارند در علاج جريان آب دهن در وقت خواب مفيد است .
مفاصل :بر تن بمالند ، يا به بيني كشند ، يا با آب انگور كهنه خورند علاج فلج است .
سر :آبش را به بيني كشند مغز را مي پالايد و در علاج كج دهني مفيد است .با آب انگور كهنه خورند در صرع سودمند است .
اندام هاي غذا :رطوبت هاي معده را بر مي چيند .
اندام هاي راننده :بادهاي زهدان را از بين مي برد .

شاه زيره

مزاج :گرم و خشك
خاصيت :بادشكن است و مي خشكاند ولي به لطافت زيره نيست .
اندام هاي غذا :خوردنش استفراغ را بند مي آورد . معده را گرم و به هضم طعام كمك مي نمايد .
چشم :از داروهاي چشم است ولي اگر زياد بخورند كم سويي ببار مي آورد .
سينه :آرامش بخش سكسكه و خفقان است .
اندام هاي دفعي :آب پز و تخمش خورده شوند ادرار بول مي دهند .
پيچ و درد روده را تسكين مي دهند .
زنان در آب پزش بنشينند درد زهدان بر طرف مي شود .
تخمش را بسوزانند و ضماد كنند بواسير را بر مي كند .
دانه و تخم آن را بخورند داروي كرم است .

شاه پسند

دانه اين گياه تقريباً به دانه آس مي ماند .
مزاج :گرم و تر است .
زخم و قرحه :زخم را بهم مي آورد .زخم پليد را از سرايت باز مي دارد به شرطي كه با سركه ضماد شود .
ورم و جوش :ورم بلغمي را نرم مي كند .
آرايش :آب پزش مو را سياه مي كند .
اندام هاي راننده :آب پز شاخه اش بول و حيض را راه مي اندازد .اگر خود را با آن بشويند خارش عورت را تسكين مي دهد .

شرنگ ، هندوانه ابوجهل

شرنگ بر دو نوع است :نر و ماده
شرنگ نر اليافي و شرنگ ماده سست و سفيد رنگ و نرم است .سفيد بسيار سفيد و نرم بسيار خوب است .سياهش بد است و بايد وقتي آن را مي چينند پيهش را فوراً بيرون نياورند .
مزاج :گرم و خشك .
خاصيت :گدازنده ، تكه كننده ، بسيار جاذب ، برگ سبز آن خون دماغ را بند مي آورد .
آرايش: در مداواي جذام و واريس ، پاغر ، بر پوست بمالند مفيد است .
دمل و جوش :برگ شادابش ورم ها را مي رساند و تحليل مي برد .
مفاصل :در علاج درد پي و مفاصل و بيماري اعصاب و نقرس سرد بسيار مفيد است .
سر :مغز را مي پالايد بيخ شرنگ را با سركه بپزند و مزمزه كنند درد دندان را فرو مي نشاند .شرنگ را در روغن زيتون بجوشانند و آن را در گوش بچكانند صداي گوش را از بين مي برد . كشيدن دندان را آسان مي كند .
نفس كش و سينه :در علاج بلند نفسي بدان قي كنند بسيار خوب است .
اندام هاي غذا :بيخ شرنگ در علاج استسقا خوب است ولي با معده ناسازگار مي باشد . در بيرون راندن بلغم پرمايه و غليظ از مفاصل و پي ها ويژگي دارد .
زرداب را روان مي سازد و براي علاج قولنج تر و بادي دارويي است بسيار سودمند و شايد خون را هم بيرون آورد .
از آنجا كه در روده ماندگار نيست و بسيار زودگذر است تلخي اش تأثير چشمگيري بر روده ندارد .در مداواي بيماري هاي گرده و آبدان مفيد است .
زهرها :شرنگي كه هنوز به رنگ سبز است و چيده شده زياد از اندازه مسهل و زياد لازم قي آور است.بيماررا آزارمي دهد وشايد كشنده باشد.
يخ شرنگ پادزهر مار است .در خنثي كردن سم كژدم بهترين پادزهر است خوردن و پاشيدن آب پز آن بسيار مفيد است .

شربين

درختي است كه از آن قطران مي گيرند .بهترش آن است كه قطرانش پرمايه و صاف و نيرومند و بدبو باشد و هرگاه از درخت تراويد قطرانش بحال خود ماند و از هم نپاشد .
اين درخت را در زبان فارسي اورس مي گويند .ضد گنديدن و تن مرده را نگهدار است .
خاصيت :پوست اورس گيرندگي دارد .
سر :كسي كه زياد از بر ميوه اين درخت بخورد از گرمي بخشيدن زياد و از گزيدن معده كه خاصيت اوست دچار سردرد گرم مي شود .برگش را در سركه بپزند و بدان مزمزه كنند درد دندان تسكين مي يابد .
سينه :ثمرش داروي سرفه است .
اندام هاي غذا :ثمرش معده را مي گزد . با معده و كبد سازگار است .
اندام هاي راننده :ثمرش از چكميزك مفيدتر است . با فلفل بخورند بول را ريزش دهد .پوستش خورده شود شكم بند مي آيد و شايد بول را هم بند آورد .
زهرها :ثمرش با آب انگور كهنه پادزهر سموميت از خرگوش دريايي است .ثمرش را با پيه شتر مخلوط كنند و به تن بمالند حشرات از آن مي گريزند .

شقورس

خاصيت :گرم است و افشره اش را در علاج دردها مي خورند .
آرايش:سبزش را با آب انگور كهنه بر پوست بمالند علاج لك و پيس است .
زخم :زخم مزمن را بهم مي چسباند و گردش را بر گوشت زائد بپاشند مفيد است .
مفاصل : با سركه بر نقرس بمالند مفيد است .
سينه :با شيريني ها بليسند داروي سرفه است .
اندام هاي غذا :مقداري را با ادرومالي بخورند سوزش معده را تسكين مي دهد .
اندام هاي راننده :اگر زنان بردارند در ريزش حيض ملايم است .

شلکا انجیر

ديسقوريدوس در كتاب خود گويد :درختي است تنومند ، به درخت انجير مي ماند و شيره بسيار دارد .برگش شبيه برگ توت و ساليانه سه الي چهار بار ميوه مي دهد . ميوه اش از جوانه شاخه ها سر بر نمي زند ، چنان كه در درخت انجير ديده مي شود ، بلكه ميوه آن از ساقه شاخه ها و به انجير بياباني شبيه است .
مزه اش از انجير نارسيده شيرين تر و دانه هايش به بزرگي دانه انجير نيستند .مزاج : گرم و تر است .
خاصيت :از شيره درخت آن قرص مي سازند و حقنه(وارد كردن مانند شياف ،آمپول و ...) مي شود كه ملين است و بسيار گدازنده .
اندام هاي غذا :با معده ناسازگار است .
زخم و قرحه :شيره آن چسبنده است و زخم هاي دشوار را درمان مي كند.
دمل و جوش :آماس هاي سخت را نرم مي كند .
اندام هاي دفعي :مسهل است .
تب ها :شيره درخت آن در علاج تب لرز مفيد است .
زهرها :شيره آن را بر جاي نيش بمالند پادزهر حشرات است .

شلمك

گياهي است كه در ميان گندم زار مي روید .
مزاج : گرم و خشك
خاصيت :لطيف ، زداينده ، تحليل برنده .
آرايش :مخلوط آن را با گوگرد بر لك و پيس بمالند مفيد است .
ورم و جوش :با تخم كتان بر ورم و خنازير بگذارند نرم مي كند .
زخم و قرحه :شلمكي را كه با گندم روئيده اگر بر زخم بمالند يا بسايند و بر زخم بپاشند مفيد است .ماليدنش داروي قوباء(نوعي بيماري ويروسي) است با پوست ترب بر زخم بگذارند مفيد است .
مفاصل :در عسل آب بپزند و ضماد كنند علاج بيماري اعصاب است .
سر :مستي و بيهوشي مي آورد .
اندام هاي راننده :شلمك و به ويژه با قاوت جو را بسوزانند و دودش را برکشند به باردار شدن زن كمك مي نمايد .

## شلغم

بياباني و كاشتني است .
مزاج :هر دو نوع گرم و تر هستند .
خاصيت :پخته آن غذايي بسيار متراكم مي دهد و بهترش آن است كه با گوشت چرب بپزند .
آرايش:اگر شلغمي را بسوزانند و موم و روغن گل در وسط آن بريزند و بر خاكستر گرم بگذارند تا موم بگذارد علاج كم مويي كهنه است .
زخم :همين كار در ترك هاي چركين ناشي از سرما مفيد است .
سينه :شلغم پخته با گوشت چرب ، سينه و گلو را نرم مي كند .
اندام هاي غذا :زياد در معده ماندگار است .
مفاصل :آب پزش را بر نقرس بپاشند بسيار سودمند است .
چشم :خوردنش براي چشم مفيد است .
اندام هاي راننده :آبش بول را ادرار مي دهد و شهوت انگيز است .

شنبليله

مزاج :گرم و خشك و رطوبتي بيگانه دارد .
خاصيت :رساننده و نرمي بخش است .
آرايش: روغنش همراه آس براي مو مفيد است .اثر زخم را از بين مي برد .
ماده لعابي تخم شنبليله و به ويژه اگر با روغن گل باشد ترك هاي ناشي از سرما را درمان مي كند .
در داروهاي لكه هاي سياه رخساره و زيبا شدن رنگ و دگرگوني بوي دهان و بوي بد تن و عرق مفيد است .
ورم و جوش :ورم هاي بلغمي و سخت را از بين مي برد .
آرد شنبليله ورم هاي گرم پديد و ناپديد را شفا مي دهد ، به شرطي كه التهاب نكرده و تا اندازه اي سخت باشند .ورم هاي اندروني را نرم مي نمايد و مي رساند .
زخم :با روغن گل داروي زخم مي باشد .
سر :سرشويه كنند شوره را از بين مي برد . سردرد مي آورد و به ويژه اگر با آبكامه باشد اما آبكامه براي معده خوب است و اگر همراه شنبليله باشد از گزندش به معده مي كاهد .
چشم :آب پز شنبليله نقطه سرخ چشم را بر طرف مي كند . بر چشم بمالند مواد غليظ را كه سبب آماس چشم مي شوند از بين مي برد .
سينه :صدا را صاف مي كند ، كمي غذا به شش مي دهد . سينه و گلو را نرم مي كند . سرفه و برنشيت را تسكين مي دهد و به ويژه اگر با عسل يا انجير يا خرما بپزند .در علاج آماس و درد و بهم آمدن زهدان در آب پزش بنشينند مفيد است .
آب پزش با سركه كه داروي زخم روده است . شنبليله سبز را بخورند و سركه بر آن سر بكشند داروي زخم معده است .آب پزش همراه آب علاج اسهال است .
روغنش آماس مقعد را فرو مي نشاند .حقنه(وارد كردن مانند شياف ،آمپول و ...) اش پيچش و درد شكم را بر طرف مي كند .آب پز آن با عسل رطوبت هاي پرمايه را از معده سرازير مي كند .
بول و حيض را روان مي سازد .زناني كه زهدان سخت دارند و به دشواري بچه مي آورند و زهدان خشك دارند فرزجه شنبليله و پيه اردك بسازند و همين را كساني كه بواسير دارند انجام دهند مفيد است .

## شنگرف

بعضي ها گويند شنگرف هم قوت سفيداب است و برخي معتقدند كه در قوت يا شاه دانه برابر است .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :گيرندگي بيش از كشندگي دارد .
زخم و قرحه :زخمها را بهم مي آورد . گوشت را در زخم ها بر مي آورد .
داروي سوختگي و جرب خشك است .
سر :خوره دندان ها را بر طرف مي كند .

## شنگ

مزاج :كمي حرارت و سردي دارد و مي توان گفت ولرم است .
خاصيت :تا اندازه اي گيرنده و بيخش بيشتر گيرندگي دارد .بيخ شنگ را در پادزهرها بريزند اندام ها را محكم مي كند .
زخم و قرحه :برگ خشكيده اش زخم را بهم مي آورد و در علاج زخم هاي كهنه مفيد است و در اين زمينه گلش كاري تر است .
سر :برگ ، بيخ و گلش ، هر كدام را با افشره جو بخورند علاج زخم شش و داروي خون برآوردن است .
اندام هاي غذا :شنگ و به ويژه آبش معده را توان مي بخشد و ريزش مواد را از معده باز مي دارد .
اندام هاي دفعي :شنگ و به ويژه گل شنگ يا افشره اش را با آب انگور كهنه بخورند بهترين علاج زخم روده است . ضماد شنگ و خوردنش خونريزي زهدان را قطع مي كند .

شوكران (بيخ تفتي )

ديسقوريدوس گويد :گياهي است كه مردم گرگان آن را (بوط )مي خوانند .
مزاج :سرد و خشك
خاصيت :خونريزي را بند مي آورد .
آرايش :به علت سردي زياد كه دارد اگر بر جاي موي چيده بمالند مانع بازروئيدن مو مي شود .بر پستان بمالند بزرگ نمي شود .
ورم :افشره اش داروي جمره و مورچگي است .
مفاصل :بر نقرس گرم بمالند مفيد است .
سر :گويند افشره اش رطوبت هاي گوش را از بين مي برد .
چشم :داروي چشم درد است .
سينه :بر پستان بگذارند بزرگ نمي شود و بي اراده شير از آن نمي تراود .
اندام هاي راننده :خونريزي را بند مي آورد . داروي درد زهدان است .
بر بيضه بگذارند بزرگ نمي شود .
زهرها :سم قاتل است .

شير

گوهر شير تركيبي است از آبي و پنيري و چربي .در شير گاو چربي زياد است .شير شتر بسيار رقيق و چربي و پنيري اش از شير گاو كمتر است .
شير بسيار خوب آن است كه رنگش بسيار سفيد ، قوامش معتدل و قطره اش بر ناخن نلغزد و باقي بماند .
مزاج :مواد آبكي شير كم و چربي آن معتدل است و كمي گرايش به گرمي دارد .شير ترش (ماست )سرد و خشك است .
خاصيت :به سبب گوهر آبي كه دارد لطافت بخش و شوينده است و گزندگي ندارد .
اندام هاي غذا :هر شيري و به ويژه شير پستان زن تغذيه زياد به مغز مي دهد .
شير زود هضم است و بايد چنين باشد .
شير وقتي غذايي شده است كه ساير غذاهايي كه هضم ها ديده و به بارها پالايش رسيده اند هم حال شده است .
كسي كه شير مي نوشد بايد بعداً آرام بگيرد كه مبادا شير تباه گردد و بترشد . اما نبايد بعد از شير نوشيدن فوراً خوابيد و نبايد غذاي ديگري خورد .
شير ناجوشيده بادزا است و چون بجوشد معتدل مي شود . نوشيدن شير براي زيبايي رنگ بسيار مفيد است اما گاهي لكه هاي سفيد در رخساره به وجود مي آورد .شير را با شكر بخورند رنگ را بسيار زيبا مي كند و به ويژه زنان از آن بهره مي برند .
شير فربه كننده است و حتي آب پنير هم فربهي مي دهد چنان كه اگر آنهايي كه مزاج گرم و خشك دارند آب پنير بنوشند و اسهال شوند دليل چاق شدن
آنهاست .
آب پنير را بر رخساره مالند لكه ها و اثرها را از بين مي برد و اگر بخورند هم همين اثر را دارد .
ورم و جوش :اكثراً از اثر شير نوشيدن دمل هاي بد و آماس هاي تباه و بادكردگي و سرخ شدن پوست و گري و خارش از بين مي رود . كساني كه ورم هاي دروني دارند بهتر آن است كه از خوردن شير پرهيز كنند .
زخم و قرحه :شير زخم هاي ناپيدا را مي شويد و پاك مي كند و مي پوشاند.
مفاصل :شير عموماً با اعصاب ناجور است و براي بيماران عصب و به ويژه آن بيماري كه سرد و بلغمي باشد خوب نيست .

سر :شير بز آب بيني زكامي را بند مي آورد.تندي آن را ملايم مي كند. داروي زخم گلو است .شير فراموشي خشك و غم و وسوسه را از بين مي برد .
شير براي دندان خوب نيست ، دندانها را مي كاود ، مي خورد ، خرد مي كند و به ويژه اگر دندان انسان سرد مزاج باشد . لثه را سست مي كند . بهتر آن است كه بعد از شير نوشيدن با عسل و آب انگور كهنه و سكنجبين مزمزه
كنند.
شير براي بيماريهاي سردرد و سرگيجه و كساني كه احساس صداهاي غريب (طنين )مي كنند خوب نيست .نبايد بعد از شير خوردن خوابيد . شير عموماً براي كساني كه ضعف سر دارند بد است .
چشم :شير سبب تم و پرده چشم مي شود .اما در چشم بدوشند براي مداواي رمد و دفع گزند مواد گرم و ناسازگار كه به چشم درآيند مفيد است و زبري را از بين مي برد .
براي از بين بردن نقطه خوني (طرفه )مفيد است و همچنين اگر شير با سفيده تخم مرغ و روغن خام گل مخلوط كنند و بر چشم دردمند گذارند بسيار سودمند است .
اندام هاي تنفسي :شير تازه دوشيده بز براي سرفه و سل و خون برآوردن خوب است .
شير گوسفند بهتر از آنها است .در دهان گردانيدن و غرغره كردن شير داروي خفگي ها و ذبحه صدريه و آماس زبان كوچك و لوزتين است .
براي بيماراني كه خفقان تر خوني يا بلغمي دارند خوب نيست . شير شتر علاج برنشيت و ضعف اندام ها است .
اندام هاي غذا :شير سبب بندآمدني ها در مثانه و كبد مي شود .آب پنير در علاج يرقان مفيد است .
آب پنير زرداب سوخته را ريزش مي دهد .آب پنير مخلوط با افتيمون سوداي سوخته را بيرون مي راند .شير سنگ به وجود مي آورد .
شير را آنقدر بجوشانند تا ماده آب از آن خارج شود ، شكم را بند مي آورد و بهم خوردن عادت ماهانه را سر و سامان مي بخشد . شير شتر حيض را راه مي اندازد .
دوغ گاوي براي بيرون دادن مراره خوب است .
با شير دوشيده حقنه(وارد كردن مانند شياف ،آمپول و ...) كنند زخم هاي زهدان را علاج مي نمايد .شير بز براي زخم آبدان مفيد است .
شير زيان جماع را جبران مي كند و شهوت انگيز است .هر شير و حتي شير ترش (ماست )كه تر و بادزا است آرزوي جماع را زياد مي كند .
شير بادكن روده است .هر شيري كه پرمايه باشد و به ويژه آغوز كه بسيار

پرمايه است قولنج را بر مي انگيزاند و سنگ پديد مي آورد .شير در علاج پوسته انداختن مفيد است .شير ترش و پخته اسهال زردابي و خونريزي را بند مي آورد .شير شتر داروي بواسير است .آماس هاي اطراف مقعد ، زخم هاي مقعد ، ورم هاي زهار ،زخم هاي زهار را اگر با شير بينداينند درد را تسكين مي دهد .
تب ها :شير تازه دوشيده از بز براي بيماري دق مفيد است . شير ترش اگر به خوبي چربيش را بگيرند ولي چربي بماند اكثراً تب دق را قطع مي كند . اما بايد در حالتي باشد كه با اشتها آن را بخورند .انواع شير پرمايه ( غليظ )اكثراً تب مي شوند و تب داران بايد از آن پرهيز كنند .
زهرها :كسي كه سم خورده و مسموم شده است شير بنوشد مفيد است .

شيره انگدان (حلتيت )

بيخ و ساقه انگدان را نشتر مي زنند و شيره آن را مي گيرند . حلتيت خشك شده آن شيره است .بهترينش آن است كه رنگش مايل به سرخي و صاف و روشن است و آن را «مر »مي گويند . بوي تندي دارد و بويش به بوي گندنا شبيه نيست و رنگش سبز نمي باشد و چشيدنش بدمزه نيست و به آساني مي گدازد و هر گاه آب شود رنگش سفيد است .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :بادشكن .از گدازندگي كه دارد باد را از بين مي برد و با اين همه خود بادزا است .قطع كننده است و خون لخته شده دروني را تحليل مي برد .
آرايش :با سركه و فلفل محلول شود داروي كم مويي است اگر با غذا مخلوط كنند رنگ را زيبا مي كند و زگيل هاي ميخي را بر مي كند .
دمل و جوش : اگر ورم پليد و كشنده را با نيشتر باز كنند و حلتيت در آن بمالند سودمند است .در علاج دمل هاي محسوس و غير محسوس خوب است .
زخم و قرحه :داروي قوباء(نوعي بيماري ويروسي) است .
مفاصل :حلتيت را با آب انار بنوشند داروي گسستگي در ماهيچه است .
گويند اگر مقداري از آن را با موم مخلوط كنند و قورت دهند يا با فلفل و فيجن و آب انگور كهنه بخورند درد پي ها را از قبيل كشيدگي و فلج معالجه مي نمايد .
سر :تنها حلتيت با حلتيت مخلوط با كندر اگنه دندان كرم خورده مي باشد يا بر دندان دردمند بگذارند درد تسكين مي يابد .
در معالجه صرع همان كنش فاوانيا را دارد . اگر با آن غرغره كنند كرم را از گلو بر مي كند .
چشم :در سرآغاز آب آوردن با عسل به چشم بكشند خوب است .
سينه :در آب حل شود و بنوشند فوراً صدا را صاف مي كند .
زبري ديرينه پاي گلو را شفا مي دهد .اگر با تخم مرغ بخورند داروي سرفه ديرپا و ورم حجاب حاجز است و در علاج ورم زبان كوچك تأثير زاج بلوري دارد .
اندام هاي غذا :اگر با انجير خشك بكار برند داروي يرقان است .
حلتيت با معده و كبد ناسازگار است و به آن دو زيان مي رساند .
اندام هاي دفعي :شهوت انگيز است .داروي بواسير است .بول و حيض را روان مي سازد .زخم روده را درمان مي كند . در علاج اسهال سرد و كهنه سودمند است .

تب ها :در علاج تب سه در میانه بهترین دارو است .
زهرها :ضماد ، خوردن و پاشیدن محلولش با روغن زیتون پادزهر مارگزیده و نیش حشرات و به ویژه نیش کژدم و رتیل است .

شيره فيل زهره

دو نوع است .هندي و مكي .
هندي در سر و كار داشتن با مو از مكي بهتر و مكي در معالجه ورم ها از هندي مفيدتر است .
مزاج :گرمي و سردي معتدل دارد و خشك است .
خاصيت :در هندي آن گدازندگي هست و اندكي گيرندگي و در علاج هر نزيفي مفيد است .
آرايش :مو را محكم مي كند و رنگ مو را سرخ مي گرداند و به ويژه هندي قوي تراز مكي است .
لكه هاي سياه صورت را مي زدايد و همه نوع آن داروي كژدمه است .
ورم و جوش :داروي ورم هاي سست و مورچگي است .
زخم و قرحه :زخم پليد را درمان مي كند .
مفاصل :مفاصل را استحكام مي بخشد .
سر :در مداواي چرك و ريم گوش ، زخم گوش ، زخم لثه و بيماري لثه بسيار سودمند و اگر آن را به دهان بمالند جوش دهان و زبان را خوب مي كند .
چشم :دواي رمد است . قرنيه را جلا مي دهد . تم چشم را از بين مي برد .شفاي گري چشم است .
سينه :خوردن هندي اش علاج خون برآوردن و سرفه است .
اندام هاي غذا :خوردن يا ماليدن نوع هندي آن بر بدن در علاج يرقان سياه و طحال سودمند است و درخت آن نيز در اين زمينه و دراسهال معده مفيد است.
اندام هاي دفعي:داروي ترك هاي مقعد است .بخورند يا بردارند در علاج اسهال مزمن اسهالي كه از ناتواني معده باشد ،مؤثر است و خون حيض را راه مي اندازد .
ميوه تازه و ترش در بيرون راندن بلغم آبي و شفا دادن زخم هاي مقعد و بازداشتن خونريزي زنانه و علاج بواسير سودمند است .
زهرها :ميوه اش در مقابل سم هاي كشنده مقاومت مي كند و هندي آن را بخورند گزند مارگزيده را خنثي مي سازد .

شيشه

مزاج :گرم و خشك است .
سر دندان را جلا مي دهد .اگر با روغن گل باشد مو را باز مي روياند و اگر سر را با آن بشويند جوش هاي سوزني را علاج مي كند .
چشم :ديده را جلا مي دهد ، سفيدي را بر طرف مي كند و سوخته اش مفيدتر است .اگر سائيده سوخته اش را با آب بخورند بهترين داروي سنگ گرده و مثانه است .

## شيترك

شيترك هندي قطعه چوبهاي كوچك و باريك و داراي پوستي است شبيه دارچين و اگر بشكني رنگش ميانه سرخ و سياه است .
مزاج :با سركه بر پوست بمالند علاج لك و پيس و برص است.
زخم و زخم:با سركه برپوست انداختن گري را درمان مي كند .
مفاصل :اگر خورده شود بهترين علاج درد مفاصل است .
اندام هاي غذا :بر طحال بمالند لاغرش مي كند .
اندام هاي راننده :مي گويند بيخش را به گوش آويزند درد مثانه تسكين مي يابد .

ساده

مرکزاین گیاه هندوستان است .درمردآب هاي سرزمينهاي سياه گل مي روید.
بهترين آن است که تازه و تر و رنگش مايل به سفيدي باشد ، زود خرد نشود بوي ناردين را بپراکند .
عفونتي و شورمزه و سست و پژمرده نباشد .
مزاج : سرد و خشك است .
خاصيت :گويند با لباس باشد لباسها را از بيد حفظ مي کند .
آرايش :زير زبان بگذارند بوي دهان را خوش مي کند و نمي گذارد دندان خراب شود .
ورم و جوش :برگ ساده را مي سايند ، در گلاب مي پزند و ضماد مي سازند در علاج ورم گرم بسيار مفيد است .
اندام هاي غذا :در علاج ورم گرم چشم مفيد است .

## سپوس (نخاله )

مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :زداينده ، نرم كننده و بسيار تنقيه كننده است ولي باز در تنقيه به گاودانه نمي رسد .بلغم را تحليل مي برد و بادها را مي پراكند .
ورم و جوش :سپوس مخلوط با سركه ورم هاي نوخاسته را فرو مي نشاند .
ورم بلغمي و بادكردگي را علاج است .
زخم و قرحه :سپوس را با سركه بسيار تند ضماد كنند و تا گرم است بر گري چركين بگذارند بسيار مفيد است .
سينه :سپوس و به ويژه اگر آب پزش را با شكر و روغن بادام بخورند سينه را نرم مي كند .با آب انگور كهنه مخلوط شود و بر ورم پستان بگذارند مفيد است .
اندام هاي دفعي :روده را تحريك مي كند و محتويات را بيرون مي ريزد .
سوپ سپوس را بخورند شكم نرم مي شود .
زهرها :ضماد سپوس پادزهر كژدم و مارگزيده است .

## سدر (نبق =ميوه سدر )

درختي است بزرگ و تناور و خاردار .ميوه اي مي دهد سرخرنگ ، خوشمزه و به اندازه ي فندق كه آن را مي خورند .اين درخت اكثراً در گرمسيرها مي رويد و در آن سامانها نامهاي گوناگون دارد .برخي از مردم اين درخت را كنار مي گويند .
مزاج : تر و خشكش مي خشكاند ، لطافت مي بخشد و تمام اجزاء درخت اين كنش را دارد .دود درخت كنار بسيار گيرنده است .
خاصيت :نبق و به ويژه قاوتش بسيار قبض است .
آرايش :مو را از ريزش باز مي دارد ، بلند و تقويت مي نمايد و نرم مي كند . انگم سدر جوس سوزني را از بين مي برد ، سپوسه سر را مي زدايد و مو را سرخ مي كند .
ورم و جوش :برگ كنار ورم را نرم مي كند و تحليل مي برد .
سر :انگم سدر سرشويه شود سپوسه و شوره را مي زدايد ، سر را پاكيزه مي كند و مو را پيچ مي دهد .
سينه :برگش داروي برنشيت و بيماريهاي شش است .
اندام هاي غذا :معده را توان مي بخشد . بندآور شكم است .نبق و به ويژه قوتش خونريزي حيض را بند مي آورد .
قرحه روده را علاج مي كند و اسهال را كه ناشي از ضعف معده باشد بند مي آورد .اگر با آب پز كنار حقنه كنند يا بنوشند همين تأثيرات را دارد .
سيلان زهدان را علاج مي كند .نبق تر و تازه همكار به ، زالزالك ، سيب و گلابي است يعني به اعتدال بخورند شكم را بند مي آورد و اگر زياد بخورند ، هضم نشود و مزاج از آن نفرت پيدا كند قي و اسهال شديد بدنبال دارد .

سدر

گويند لنج سدر است .لنج از درخت هاي تنومند ، بلند و به مصر انتقال داده شده است و در آنجا مزه آن تغيير كرده است .
ديسقوريدوس گويد :لنج درختي است كه در مصر مي رويد و ميوه اش خوردني است . گاهي نوعي از رتيل در اين درخت پديد مي آيد و به ويژه در لنج هاي اطراف صعيه .
گروهي پندارند كه اين درخت اول در ايران و سم بوده ، بعد از آنكه به مصر منتقل شده تغيير مزاج داده ، مزه اش دگرگون شده ،مي خورند و زياني ندارد .
خاصيت درماني :برگ كوبيده لنج را بر اندامي يا جايي كه خونريزي دارد مي گذارند نزيف را بند مي آورد .

سرخس نر

چيزي است كه به سرخس مي ماند ، بر درخت هاي كهنسال بلوط مي پيچد و از سرخس عادي كوچكتر و كم پرزتر است .ريشه هاي درآمده هم دارد كه در مزه اش تا اندازه اي شيريني همراه با تندي ، تلخي و گيرندگي حس مي شود و قوتي گندانند‌ه در آن هست .
مزاج :بسيار گرم و خشك است .
آرايش: موي را باريك مي گرداند ، مي سترد و از بين مي برد زيرا هم عفوني است و هم تند .
مفاصل :گروهي عقيده دارند كه در علاج فلج و دهن كجي مفيد است .

## سرمه

بهترين قسم سرمه ورقي است كه خرده هاي آن درخشندگي دارد ، خالص و بي آلايش است .بسيار زود مي شكند .
در مداواي قرحه مفيد است ، گوشت زائد را از بين مي برد . زخم را بهم مي آورد .براي علاج سوختگي سرمه و پيه تازه را مخلوط مي كنند و ضماد مي نمايند ، نمي گذارد بتركد و قرحه شود و اگر قرحه بشود سرمه مخلوط با موم و اسپيدان چاره آن است .
سر :خونريزي مغزي كه از پرده مغز باشد با سرمه بند مي آيد .
چشم : چشم را سالم نگه مي دارد و چرك زخم هاي چشم را از بين مي برد. فرزجه آن نزيف زهدان را متوقف مي نمايد .

سریش

ديسقوريدوس گويد :بعضي از مردم از اين رو اين گياه را سريش ناميده اند چون چسب مشهور را از آن مي گيرند .
برگ سريش به برگ گندناي شامي مي ماند .ساقه صاف دارد .
مزاج : گرم است .
خاصيت : گرمي مي دهد .
ورم و جوش :با قاوت مخلوط شود ورم نوخاسته گرم را فرومي نشاند .
قرحه :ضماد سريش در علاج قرحه بدخيم و پليد ، زخم و دمل هاي چركين ، سوختگي از آتش سودمند است .
آرايش :اگر بيمار داء الثعلب گرفته ، جاي موهاي ريخته را با پارچه پشمين ماساژ دهد و ضماد خاكستر سريش بر آن بگذارد مو را باز مي روياند .
اگر لكه سفيد بهك را در آفتاب با پارچه اي ماساژ دهند و بيخ سريش را با سركه بر آن بمالند لكه از بين مي رود .
سر :سريش را به تنهايي يا سريش مخلوط با كندر ، عسل ، آب انگور كهنه و مر بپزند و نيمه گرم در گوشي بچكانند كه بر عكس طرف دندان دردناك است درد دندان تسكين مي يابد .
آب بيخ سريش را با آب انگور كهنه قديمي و شيرين و با مر بپزند داروي درد گوش است .
چشم :همين دارويي كه براي درد گوش ذكر شد بر چشم بمالند در همه بيماريهاي چشم مفيد است .
سينه :دو مثقال سريش را با آب انگور كهنه سياه پرمايه انگوري بخورند در علاج درد جنين ،سرفه و سستي ماهيچه ها مفيد است ،بول و حيض را ريزش مي دهد .
بيخ سريش را با درد آب انگور كهنه بپزند و بر آماس پستان بگذارند بسيار خوب است .
زهرها : پادزهر حشرات موذي است . برگش سريش را بر جاي نيش حشرات بگذارند مفيد است .
اگر ثمر و گل سريش را با آب انگور كهنه بخورند بهترين علاج نيش كژدم است .

سراج القطرب

گياهي است كه به زوفا نزديك است . تنها تخمش بكار مي آيد .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :بازكننده است و گيرندگي در مزاجش چيرگي دارد .خونريزي را از هر كجا باشد بند مي آورد .
قرحه :بهترين علاج زخم است .
سر :ضمادش خون دماغ را قطع مي كند .
نفس كش :خون برآوردن را بند مي آورد . بدان حقنه كنند علاج قرحه روده است .
زهرها :تخمش با آب انگور كهنه خورده شود پادزهر نيش عقرب است .
بعضي مي گويند تخم نوع بياباني را بر كژدم گذارند كژدم تخدير مي شود و نيش نمي زند .

سرو كوهي

مزاج :گرايش به گرمي و خشكي دارد و ثمرش نيز گرم و خشك است .
خاصيت :گرمي بخش ، لطيف و بادشكن است . در ثمرش قبوضيتي است كه در ساير اجزاء درخت نيست .
مفاصل :در علاج گسستگي ماهيچه سودمند است .
سينه : داروي درد سينه و سرفه است .
اندام هاي غذا :تنقيه كننده است و راه بندان ها را باز مي نمايد .با معده سازگار و نفخ معده را علاج است .
بول و حيض را ريزش مي دهد . علاج خفگي و درد زهدان است .
زهرها :گزند حشرات موذي را دفع مي نمايد . دود چوب ، ثمر و برگش حشرات و مگس را مي گريزاند .

سراوند

ديسقوريدوس گويد :نام زراوند نامي است قديمي و بعد از اين نام بعضي آن را «ارسطن »گفته اند كه به معني سرامد است و كلمه «لوخوس »را بدان افزوده اند كه به معني زن تازه زائيده است و به معني بافايده ترين دارو براي زن تازه زائيده مي باشد .
مزاج :همه انواعش گرم و خشك است .
خاصيت :زداينده ، لطافت بخش ، بازكننده ، نازك كننده و با كشش است . خار و پيكان ها را جذب مي كند .نوع درازش در زدودن و گرمي بخشيدن داراي مقام اول است و از اين رو در باز رويانيدن گوشت و بهبودي بخشيدن به قرحه تأثيرش از همه بيشتر است و اما در بقيه كنش ها غلتان آن مفيدتر
است .زيرا در باز كردن و نرم نمودن يكه تاز است و در گرمي بخشيدن با نوع دراز برابر يا اندكي كمتر است .
آرايش :بهك را مي زدايد ، دندان را جلا مي دهد . چرك را از دندان مي برد ، رنگ را رونق مي بخشد ، براي دندان غلتان آن از همه بهتر است .
زخم و قرحه :قرحه هاي پليد ، بدخيم و پوست انداز را تنقيه مي كند و گوشت مي روياند .براي باز آوردن گوشت نوع دراز آن بهتر از سايرين است .
اگر زراوند را با زنبق بر قرحه هاي گود و گنديده بگذارند چرك و ريم را از بين مي برد و گودي را پر از گوشت سالم مي كند .
مفاصل :همه انواع زراوند و به ويژه غلتان آن در علاج گسستگي ماهيچه مفيد است .جاي نقرس را با آن بمالند و از گسستگي ماهيچه جلوگيري مي كند .
اگر بيماران نقرس بخورند مفيد است .
سر :زراوند را با عسل در گوش بچكانند چرك گوش را پاك و شنوايي را تقويت مي نمايد و نمي گذارد دمل در گوش پديد آيد .
زراوند و فلفل كه با هم باشند ريختني هاي مغز را خارج مي كنند .
زراوند و به ويژه غلتان آن در مداواي برنشيت ، در تنقيه سينه ، در تسكين دادن پهلو درد اگر با آب مخلوط شود و بخورند سودمند است .
اندام هاي غذا :داروي سكسكه و همراه سكنجبين علاج طحال است .
گاهي زراوند را با سركه بر طحال بمالند بسيار مفيد است و در اين علاج ها غلتان آن از همه قوي تر است .
اندام هاي دفعي :خلط هاي بلغمي و مراري را بيرون مي راند و به مقعد فايده مي رساند .اگر زراوند دراز يا غلتان با مرو فلفل مخلوط شود و

خورده شود در تنقيه زائده هاي زهدان ،پاك شدن خون تازه زائيده ، روان ساختن خون حيض مفيد است .
تب ها :داروي تب لرز است .
زهرها :پادزهر نيش كژدم است و به ويژه قسم دراز آن پادزهره اش بيشتر است .
اگر آن را با نوشابه هايي بنوشند يا آن را ضماد كنند و بر جاي نيش بگذارند حشرات و زهرها را دفع مي كند .

# سركه

مزاج : سركه تركيبي از گوهر گرم و سرد است كه هر دو لطيفند و سردي آن چيرگي دارد .
خاصيت :بسيار خشكاننده است . در حالات خونريزي سركه مي خورند و بر جاي خون برآمدن مي پاشند مانع خونريزي مي شود .
سركه از آماس جلوگيري مي كند .
سركه نمك هضم است .ضد بلغم است . به نفع آنهاست كه مزاج صفرايي دارند و به زيان سودائيان .
آرايش :بازدارنده آماس است .سرايت غانغرينا را خنثي مي كند ، شفاي باد سرخ است چه بخورند چه بمالند .ورم را از زياد شدن باز مي دارد .
داروي كژدمه است .علاج مورچگي و جمره است و بر پوست بمالند نمي گذارد مورچگي و جمره سبب آماس شوند .
زخم و قرحه :پشم را از سركه تر كنند و بر زخم بگذارند ورم نمي كند . سرايت قرحه واگير و گري و قوباء را از بين مي برد .
در علاج سوختگي از هر چيزي زود اثرتر است .
مفاصل : براي عصب خوب نيست .سركه و گوگرد را بر نقرس بمالند مفيد است .
سر :سركه را با روغن زيتون يا روغن گل مخلوط كنند و خوب به هم بزنند و پشم ناشسته را بدان تر كنند و بر سر گذارند سردرد گرم تسكين مي يابد .
سركه لثه را تقويت مي كند . خوردني يا ماليدني آن براي لثه خوب است و به ويژه اگر سركه با زاج بلوري حل شده باشد و در دهان بگردانند علاوه بر تقويت لثه دندان لق را محكم كند و خون از لثه آمدن را علاج مي كند .
بخار سركه حس شنوايي را تقويت مي كند ، كم شنوايي را از بين مي برد و صداهاي گوش را مي خواباند .
چشم :سركه و عسل را بر لكه هاي بدرنگ زير چشم بمالند مفيد است ولي بسيار سركه خوردن ديد را ناتوان مي كند .
سينه :به نفع زبان كوچك است .در گلو گردانيدن سركه مانع سرازير شدن خلط به گلو مي شود .
علاج افتادن زبان كوچك است .
نوشيدن سركه گرم كرده در علاج سرفه مزمن ، بلند نفسي و زالو بسيار مفيد است .
اندام هاي غذا :با معده گرم و تر سازگار است . اشتهاآور و كمك هضم است .معده را دباغ مي دهد و بخار سركه استسقا را تحليل مي برد .اما

همیشه خوردنش ممکن است سبب استسقا شود .
اندام هاي راننده :زهدان را خنك مي كند . با سركه گرم كرده و نمك حقنه (حالتي مثل شياف و آمپول )كنند زخم واگير روده را علاج است اما بايد قبلاً حقنه نرم بعمل آيد و ليونت شكم حاصل شود .
زهرها :برجاي نيش حشرات ريزند مفيد است . براي دفع گزند افيون و شوكران بخورند مفيد است .سركه اي كه از انگور وحشي مي گيرند با نمك در گزيده سگ هار و غيره مفيد است .
در هر مسموم شدني خوردن سركه گرم كرده سودمند است .

سس صغير

گياهي است با ساقه اي ترد و زودشكن داراي گل و تخم هايي است به رنگ سرخ كه بسيار تيز و تندمزه است .هر چه در سرخي تيره تر باشد و در بو تندتر ، مرغوب تر است .
خاصيت درماني :بادشكن است و با مزاج پيران و نوپيران سازگار .
بيماري هاي سودا را از بين مي برد .
مفاصل :علاج ترنجيدگي است .
سر :در معالجه ماليخوليا و صرع سودمند است .
اندام هاي غذا :صفرايي مزاجان را آزار مي دهد و براي آنها قي آور است و تشنگي مي آورد .
اندام هاي دفعي :در بيرون آوردن بلغم مؤثر است .

سفيد آب

آنك را مي سوزانند خاكستري كه بدست مي آيد سفيد آب نامند و اگر در سوختن افراط شود آن خاكستر سرنج و لطيف تر مي گردد .
سفيد آب را بوسيله سركه و نمكها و ساير چيزهايي كه در كتاب هاي طبي آمده است به دست مي آورند .
مزاج :سرد و خشك است . سفيدآب سركه اي لطافتش بيشتر و ژرف و رونده تر است .
دمل و جوش :ورم هاي سخت و سرد را نرمي مي بخشد .
زخم و قرحه :سفيدآب را با مرهم مي آميزند زخم قرحه را پر مي كند و گوشت را مي روياند .سفيدآب و به ويژه سرنج ، گوشت بد را مي خورد و باز آوردن گوشت آن از سفيدآب بهتر است .
چشم :در علاج جوش هاي چشم سودمند است .
اندام هاي دفعي :جزء داروهاي ترك مقعد و بسيار سودمند است .
زهرها :سفيدآب سم است .

سقاني

ممكن است شكر تيغال باشد .
اندام هاي دفعي :در تنقيه كليه نظير ندارد .
زهرها :كارساز گزيدگي سگ هار است .
سقمونيا (محموده )
بهترين محموده آن است كه بي آلايش ، كبودرنگ مايل به سپيدي و همرنگ صدف صاف باشد .زود در دست خرد مي شود همين كه در آب حل شد آب را همرنگ شير مي سازد و براي بكار بردنش بهتر آن است كه آن را در داخل سيب بر آتش بريان كنند و با آب كرفس بياميزند تا هيچ خطري در بر نداشته باشد .
مزاج :گرم و خشك است و گرمي آن از خشكي بيشتر است .
خاصيت :زداينده و گدازنده و دشمن معده و كبد است .
آرايش : لك و پيس و برص و لكه هاي سياه صورت را مي زدايد .
زخم و قرحه :با عسل و روغن زيتون بپزند و ضماد كنند و بر زخم بگذارند مفيد است .
جوش :با سركه بر گري چركين بمالند خوب مي شود .
مفاصل :با سركه و سوسن ضماد شود درد مفاصل و سرين را از بين مي برد و در علاج بيماري اعصاب مفيد است .
سر :بيخ گياه و افشره آن با سركه و روغن گل سردرد را دوا مي كند .
محموده را با سركه و روغن گل مخلوط كنند و بر پيشاني كسي كه سردرد هميشگي دارد ببندند خوب مي شود .
سينه :قلب را مي آزارد .
اندام هاي غذا :با معده و كبد هيچ سازگار نيست و بسيار زيان در بر دارد.
افسردگي مي آورد .دل بهم خوردن و تشنگي و بي اشتهايي به دنبال دارد .اصلاحش با يك برابر تخم كرفس و انيسون است .
دراسهال دادن زرداب بسيار فعال است .اما اثرش در مملكتي و از هوايي به هوايي فرق دارد .
اگر به اندازه ي كم از محموده كهنه خورده شود بول را ريزش مي دهد ولي اسهال نمي دهد و اگر با الوا يا با لوبيا گرگي و نمك و تخم هاي خوشبو بسيار كم آن همين كار را مي كند .
زهرها :خوردنش يا ماليدنش بر اندام پادزهر نيش كژدم است .

سکبینه

درخت سکبینه خودش بهره اي ندارد و هر چه هست در انگم آن است .
تا متراکم و صاف تر باشد و رنگ رویه اش سرخ مایل به سفیدي و رنگ دروني اش سفید مایل به سرخي باشد و زودتر در آب حل شود بهتر است و هر آنچه از اصفهان آورند بسیار خوب است .
اما نوعي که با زرد سفید شبیه است و یا با زرد مخلوط شده باشد بد است .
مزاج : گرم و خشك است .
خاصیت : گدازنده ، لطافت بخش ، بادشکن ، گرمي بخش و زداینده است .
آرایش :سکبینه را در خوراك بریزند رنگ را زیبا مي کند .
مفاصل :در علاج فلج و گسستگي ماهیچه و وترهاي میان ماهیچه مفید است .
سکبینه را بخورند یا حقنه کنند مواد ماندگار در سرین را اسهال مي دهد و درد سرد مفاصل را دوا مي کند .
سر :داروي صرع است و سردرد سرد و ناشي از باد را تسکین مي بخشد .
چشم :در چشم بکشند تم را از چشم مي راند ، آماس پلك را فرو مي نشاند و لکه هاي داخل چشم را مي زداید .در علاج آب در چشم آمدن بهترین دارو است .
سکبینه را در سرکه بسایند و بر ورم جو مانند پلك بگذارند از بین مي رود و قرحه هاي چشم را درمان کند .
سینه :سکبینه را با آب فیجن فشرده بخورند در علاج سینه درد ، پهلودرد ، سرفه همیشگي و بدتنفسي مفید است و سینه را از خلط هاي نارسیده پاك مي گرداند .
اندام هاي غذا :در علاج استسقا خوب است .آب زرد را بیرون مي ریزد .
از سکبینه و بادام تلخ یا به جاي بادام تلخ ، فیجن را با عسل یا نان گرم ضماد سازند درد کبد را از بین مي برد .بخورند یا حقنه کنند در علاج قولنج ، درد و پیچش روده و از بین بردن سنگ گرده و مثانه مفید است .
سکبینه شهوت انگیز است .حیض را ریزش مي دهد . شکم را ملایم و نرم مي کند.خلط لزج و آب زرد را بیرون مي ریزد و براي زهدان مفید است .
تب ها :در تب هاي هر روزه سودمند است .
زهرها :بر پوست بمالند پادزهر نیش حشرات و ضد سم خوردگي است و در این زمینه از بارزد بسیار مؤثرتر است .

سلق

ديسقوريدوس گويد :دو نوع هست يكي سفيد و يكي سياه .
مزاج :به عقيده بعضي خشك و گرم است و بعضي مي گويند سرد است . ولي درست اين است كه مزاجش مركب است اما در تر مزاجي بيخش اختلافي نيست .
خاصيت :ماده بوره اي دارد ، لطافت بخش و گدازنده است و در باز كردن بندآمده ها از سوسن قوي تر است .
نرمي بخش است .سلق سياه به ويژه اگر با عدس باشد قبض است .
ماده بوره اش گدازنده و خاكي اش گيرنده است .همه انواع آن كم غذا است .
آرايش :افشره آن و آب پز برگش ترك هاي ناشي از سرما را دوا مي كند .
در علاج داء الثعلب سودمند است . اگر لكه هاي سياه صورت را اول بوسيله ي نطرون بشويند و بعد برگ سلق بر آن گذارند سود مي بينند .
افشره سلق زگيل ها را بر مي كند . قاتل شپش است .
ورم :سلق در آب جوشيده را بر ورم بگذارند تحليل مي برد و پخته مي گرداند .سلق را چنان كه هست بر زياده گوشت ها بگذارند مفيد است . ضماد سلق و سوسن را بر ورم گرم بگذارند مفيد است .
قرحه :برگ در آن جوشيده سلق داروي سوختگي است و اگر با عسل مخلوط بشود و بر پوست بمالند علاج (بيماري ويروسي پوستي )است و ضمادش زخم چركي را بكلي بهبودي مي بخشد .
سر :آب سلق را با زهره كلنگ در بيني كنند كج دهني را خوب مي كند و زخم بيني را از بين مي برد .
آب نيم گرم سلق را در گوش بچكانند درد تسكين مي يابد .آب سلق را سرشويه كنند سپوسه را از بين ببرد .
اندام هاي غذا :بيخ سلق كه ماده بوره اي در آن زياد است براي معده بسيار بد است . هر معده اي هر چند قوي باشد از سلق به كزكز مي افتد و سوزش حس مي كند .
سلق كم غذا است و به تنهايي و به ويژه اگر با خردل و سركه باشد در باز كردن بندآمده هاي كبد و طحال مفيد است .
سلق سياه و به ويژه اگر با عدس باشد بندآورنده شكم است . بي شك اگر سلق در آث آنقدر بجوشد تا از هم بپاشد قبوضيت مي آورد . با آبش حقنه كنند رسوبي درد را بيرون مي ريزد .

هر نوعي از سلق سبب باد و قرقر مي شود و پيچش و درد شكم بدنبال دارد . اما اگر سلق با غذا خورده شود در قولنج مفيد است .

سومقوطون

مي گويند هميشه بهار و از تيره مهر گياه است .
مزاج :سرد و خشك است ، رطوبتي معتدل الحراره دارد و لطيف و تكه كننده است .لزجي پياز دشتي را دارد كه گدازندگي اش از آن است و تا اندازه اي جمع كننده و گيرنده است ليكن سردي و خشكي در مزاجش چيرگي دارد .نه بو دارد و نه چندان شيرين است . آب دهان را گرد مي آورد و اجزاي گوشت را در ديگ چنان بهم مي آورد كه گويي يكپارچه شده است .
مفاصل :آب پزش داروي گسستگي در پي ،وسط هاي ماهيچه ها و كناره هاي ماهيچه ها است و نمناك ها را بهم جوش مي دهد .
سينه :زبري گلو را از بين مي برد . خون برآوردن را بند مي آورد . با عسلاب باشد شش را مي پالايد .در علاج قرحه روده ، پوست اندازي روده ( سحج )فتق آبي روده ،درد گرده ، سودمند است و مي گويند خونريزي حيض را بند مي آورد .

سوس (مهك ، شيرين بيان )

مزاج :بيخ مهك مزاجش معتدل است و اگر به طرفي گرايش پيدا كند رو به حرارت و رطوبت است .
ورم :افشره و بيخش داروي كژدمه مي باشند .
قرحه :افشره اش براي زخمها بد نيست و مفيد است .
چشم :بيخ مهك و افشره اش داروي ناخنه و افشره اش مؤثرتر است .
سينه :فصبه الريه را نرم مي كند . ريه را مي پالايد ، به نفع شش و گلو است و صدا را صاف مي كند .
اندام هاي غذا :آبش تشنگي را فرو مي نشاند و براي التهاب معده داروي خوبي است .
علاج سوزش بولي ، قرحه گرده و مثانه و گري مثانه است .
تب ها :در تب هاي كهنه مفيد است .

سوسن كوهي

مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :خون را به زير پوست مي كشاند ، زداينده قوي است ، در علاج ورم و دردهاي سرد و باد و بادكردگي مفيد است .
مفاصل :ضماد بيخ و برگش در عرق النساء و درد مفاصل سودمند و درد سرد مفاصل و گسستگي ماهيچه را درمان مي كند .
سينه :با عسل باشد و بليسند در علاج خون برآوردن كمك است .
سر :سردرد مي آورد .
اندام هاي راننده :آب پز بيخش و به ويژه شربتش بول و حيض را ريزش مي دهد .
زهرها :سوسن كوهي و به ويژه نوع مصري آن پادزهر حشرات موذي است .

سيسارون

چوب گياه سياه دانه است و تلخي و گيرندگي دارد .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :گدازنده و اندكي قبض است .
اندام هاي غذا :آب پز بيخش براي معده مفيد است .
آب پز بيخش بول را ريزش مي دهد .

## سيون (ترتيزك آبي )

سيون همان قرت العين است .گياهي است كه در آب هاي راكد پيدا است و نوعي بوي خوش دارد .خام و پخته اش در علاج سنگ سودمند است .

سيسماليوس (كاشم )

برگش به برگ رازيانه مي ماند و از برگ رازيانه ستبرتر و ساقه اش زبرتر است .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :كاشم و بيخ و تخمش گدازنده ، لطافت بخش و بادشكن است . دردهاي ناپيدا را تسكين مي دهد .بلغم بند آمده را مي گدازد .چهارپايان از آن بخورند بهره بسيار مي دهد .با آب انگور كهنه بخورند ضد سرما است و اگر با فلفل باشد براي سرما خوب است اما پلك را زيان مي رساند .
مفاصل :براي درد پشت خوب است .
سر :بهترين داروي صرع و سبك عقلي است .(كند ذهني )
سينه :كاشم و به ويژه بيخ و تخمش كه با هم باشند در علاج برنشيت ، دشواري نفس ، نفس بلندي و سرفه مزمن ،بسيار مفيد است . اگر بيخ كاشم را با عسل درآميزند معجون شود و بليسند سينه را از رطوبت هاي لزج پاك مي نمايد .
اندام هاي غذا :بادشكن است . دردهاي دروني را درمان مي كند . كاشم و به ويژه بيخش در هضم غذا كمك مي كند . با معده سازگار است . پيچش و درد روده كه ناشي از بادكردگي باشد علاجش با كاشم است .
زايمان انسان و حيوانات را آسان مي كند . داروي عسر بول است . در مداواي درد زهدان و خفگي زهدان و دردهاي دروني مفيد است .
اگر به مدت ده روز هر روز افشره ساقه اين گياه و تخمش را در سيكي بريزند و بنوشند درد گرده بر طرف مي شود .
كاشم عموماً براي گرده خوب است .خوردنش علاج چكميزك است ، حيض را ريزش مي دهد و در دردهاي ناپيدا مفيد است .
تب ها :گويند براي مداواي تب بلغمي بد نيست .

سيب

از همه معتدل تر سيب شامي است .
مزاج :سيب بي مزه سردي و تري بيشتر دارد .
خاصيت :سيب و به ويژه برگش بازدارنده زائده ها است .
ورم و جوش :برگ و افشره آن علاج ورم گرم نوخاسته و مورچگي است .
قرحه :برگ و الياف سيب و افشره آن گيرنده قرحه را بهم مي آورد .
مفاصل :هميشه خوردن و عادت كردن به خوردن سيب به ويژه بهاري آن درد عصب در پي دارد .
سينه :سيب و به ويژه سيب خوشبوي شامي و شيرين ، خوشبو و ترش آن قلب را توانا مي كنند .
اندام هاي غذا :ضعف معده را درمان مي كند .
تب ها :سيب نارس سبب تب مي شود .

سير

چندين نوع است :كاشتني كه مشهور است .گندنايي كه قوتش مركب از قوت سير و گندنا است .
سير بياباني تلخ و گيرنده است و آن را سير مار هم مي گويند .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :ملين ، بسيار بادشكن ، زخم آور پوست .
آرايش :سير را با آب پز پونه كوهي بخورند و بر تن بمالند شپش و رشك را ريشه كن مي كند .خاكستر سير را با عسل مخلوط كنند .بهك و لك خوني زير پلك را مي زدايد و داروي كم بودن مو است كه از مواد متعفن بهم آمده است .
جوش :سير دمل هاي باطني و ناپديد را باز مي كند . خاكسترش داروي جوش ها است .
زخم و قرحه :پوست را زخم مي دهد . خاكستر سير با عسل داروي قوباء و گري تر است .سير بياباني را تا تر است بر زخم بدخيم بگذارند زخم را بهم مي آورد .
مفاصل :داخل كردن مانند آمپول و شياف سير در علاج بيماري اعصاب مفيد است .
سر :سير مايه سردرد مي شود .سير كفيده و در آب پخته داروي دندان درد است . آب پز سير را در دهان گردانند درد دندان تسكين مي يابد ، به ويژه اگر با كندر مخلوط باشد .
چشم :ديد را ناتوان مي كند و سبب جوش هاي داخل چشم مي شود .
سينه :سير پخته گلو را صاف مي كند و داروي سرفه مزمن است . درد سينه و سردي را دوا مي كند و زالو را از گلو بيرون مي آورد .
اندام هاي غذا :سير و زيتون و هويج را با هم بپزند در علاج شكم گندگي داروي بسيار خوبي است .
اندام هاي راننده :در آب پز برگ و ساقه سير بنشينند بول و حيض ريزش مي يابد و بچه دان بيرون مي آيد و اگر آب پزش را بخورند يا بدان (داخل كردن مانند آمپول و شياف كنند) باز همين تأثيرات را دارد .سير را بكوبند و با عسلاب بخورند بلغم را بيرون مي آورد .داروي كرم است و ملين .سير به علت اينكه گدازنده و خشكاننده است شايد براي غريزه جنسي خوب نباشد ، اما اگر سير را چندان در آب بجوشانند تا تنديش از بين برود شايد در باقيمانده اش گرمي اندك بماند و بخشكاند و مواد بلغمي را در مزاج بلغمي به باد مبدل سازد و غريزه جنسي را دگرگون كند .

زهرها :اگر سیر را با آب انگور کهنه بخورند پادزهر نیش حشرات و پادزهر نیش مار است و همچنین در سگ هار گزیده مفید است .

سير بياباني

از سير كاشتني بسيار ريزتر است .برگ و ساقه اي دارد كه بر ساقه گلي سفيد رنگ پديدار است .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :لطيف و زداينده و باز كننده است .
زخم و قرحه : زخم هاي بزرگ و پليد را خوب مي كند .
مفاصل :در علاج گسستگي ماهيچه داروي خوبي است .

دارچين

چندين نوع دارچين هست و نام هاي متعدد دارد .دارچين خوب كه به سياهي مي زند ، كوهي و ستبر است (غليظ ).دارچين سفيد و سست كه ريشه اش از هم پاشيده ،سياه رنگ و صاف است و كمتر گره دارد .
دارچيني كه به رنگ سبز مايل و مزه اش همان مزه (سليخه ، دارچين ختايي )،پوستش به پوست آن شبيه و به رنگ سرخ است كه اين نوع تا مدتها قوتش مي ماند و به ويژه اگر كوبيده شود و بوسيله محلولي قرص گردد .
بهترينش آن است كه بوي خوش دارد و تند مزه است و زبان را نيازارد . رنگش صاف و بدون آميزه است .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :همه دارچين ها گرمي بخش ، باز كن ، زداينده عفونت ، بسيار لطيف ، جذب كننده هستند و علاج همه نيروهاي تباه ، خلط هاي زنگاري و فاسد مي باشند .
روغن دارچين گدازنده ،بسيار گرم و تحليل برنده است .
آرايش:محلول آن را بر لكه ها و نقطه هاي عدسي مي مالند و با سركه علاج جوش هاي شري است .
زخم و قرحه :در مداواي اگزما وزخم ها مفيد است .
مفاصل :در علاج لرزه روغن دارچين تأثيري عجيب دارد .
سر :براي زكام خوب است .روغنش سرگراني مي آورد . دماغ را مي پالايد و رطوبت هاي دماغ را بر مي چيند . مسكن درد گوش است .
چشم :خوردن و به چشم كشيدنش تم و تيرگي چشم را مي برد و رطوبت غليظ چشم را مي زدايد .
سينه :داروي سرفه است . سينه را مي پالايد . ورم ها را مي رساند. كبد ، بندآمدني هاي كبد را باز مي كند و كبد را توان مي بخشد .
اندام هاي غذا :رطوبت معده را بر مي چيند ، معده را قوي مي كند و داروي استسقا است .
اندام هاي دفعي :دارچين را با كمي روغن زيتون ، موم وزرده تخم مرغ مخلوط كنند درد و ورم زهدان و كليه را دوا مي كند . اگر تنها باشد قوتي بيش ازلازم دارد و سفتي به بار مي آورد .
دارچين بول و حيض را براه مي اندازد . اگر با زيره سياه باشد علاج بواسير است .
تب ها :براي تب و لرز مفيد و به ويژه اگر روغنش را به تن بمالند بهتر است .

زهرها : ضد حشرات موذي است .
اگر با مر باشد پادزهر كژدم است .

## دارچين ختايي

چندين نوع دارچين ختائي هست :نوعي سرخرنگ ، خوشبو و خوشمزه است .
نوع دوم مزه اش مزه فيجن است .نوع سوم مايل به بنفش است و بوي گل سوري مي دهد.نوع چهارم سياه رنگ ،بدبو ،پوستي نازك و تركيده دارد.
نوع پنجم رنگش مايل به سفيدي ، بوي گندنا مي دهد .
نوع ششم لوله هاي باريك و توخالي دارد .
بهترين نوعش آن است كه رنگش سرخ روشن ، صاف و هموار ، چوبش مستطيل ، لوله اش ستبر ، سوراخ ميان لوله اش تنگ ، زودشكن ، پرمايه ، خوشبو و زبان گز باشد .زبان را جمع كند . نوع سياه آن بد است و ممكن است الياف آن را بكار برد ليكن از چوبش بهره اي به دست نمي آيد .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :بادهاي متراكم را مي پراكند ، اندكي قبوضيت دارد .زياد تند است ، بسيار لطيف است و تندي را تكه تكه مي كند .از قبوضيتي كه دارد كمك مواد گيرنده و از تحليلي كه در اوست كمك مواد اسهالي است و چون گدازنده و گيرندگي و لطافت دارد اندام ها را تقويت مي نمايد .
ورم :ورم هاي سرد و گرم دروني را مي گدازد.
قرحه :با عسل بر قرحه نرم بمالند مفيد است .
چشم :از آنجا كه داراي نيروي گيرنده و تحليل برنده است در داروهاي چشم كارآمد است .
سينه :با سينه سازگار است .
اندام هاي غذا :شربت دارچين ختابي يا آب انگور كهنه اي كه با دارچين ختايي آميخته شده براي كبد و معده خوب است .
بول و حيض را ريزش مي دهد به ويژه اگر سبب بند آمدن خلط غليظ باشد تأثيرش بسيار است .درد گرده و آبدان را تسكين مي دهد .در آب پزش نشينند در علاج فراخ شدن زهدان و لغزيدن زهدان مفيد است .دود دارچين ختايي و خوردن آب پز آن نيز در علاج بيماريهاي زهدان كه ذكر شد سودمند است .
زهرها : براي دفع گزند از نيش مار مي خورند .

دارکیسه

عبارت ازپوست درختي است که ازهندوستان مي آورند و بسيارقابض است. خاصيت :قابض است .
اندام هاي سينه : در علاج خون برآوردن ، سينه پهلو مفيد است و صدا را صاف مي کند .
اندام هاي دفعي :علاج زخم هاي روده است .

دارشيشعان ، قندول

ديسقوريدوس گويد :برخي آن را (فسعانن )و سريانها (وباكسبين )و ايرانيان دارشيشعان مي نامند . درختي است كه چوبي غليظ دارد و از اين غلظت آن را زبر شناخته اند .خارهاي بسيار دارد . عطاران دارشيشعان را در برخي از مرهم ها بكار مي برند .
بهترينش سنگين وزني است كه اگر آن را پوست بگيري به رنگ سرخ مايل به بنفش مي نمايد و بو و مزه خوش دارد .
آنچه سفيد و بي بو است خوب نيست .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :مي گدازد ، مي گيرد ، بادشكن است ، ريزش خون و رطوبت را بند مي آورد و گند را مي زدايد .
زخم و قرحه :داروي زخم هاي ساري و گنديده است .
مفاصل :در علاج سست شدن پي ها بسيار مفيد است .
اندام هاي سر :فتيله اي از دارشيشعان بوي بد بيني را از بين مي برد .
مزمزه با آب پز آن جوش هاي درون دهان را خوب مي كند و دندان ها را نگاه مي دارد .
سينه :آب پز آن مانع خون برآوردن مي شود .
اندام هاي غذا :باد معده را از بين مي برد .
اندام هاي دفعي :آب پز آن شكم را بند مي آورد و باد روده ها را مي برد و علاج بي اختياري ادرار است .
اگر آن را بر قرحه هاي ميان مقعد و بيضه بپاشند سفتي آنها را نرم و از سرايت آنها جلوگيري مي كند .

داروش

معروف است . ميوه اش نخود سياه است . تماماً مستدير نيست .چين هايي دارد كه اگر بشكنند بدست مي چسبند .
گياه داروش انگل درختان بلوط و سيب و گلابي مي شود .
قوت آبي و هوايي در آن بسيار بسيار است .
بهترش شاداب و صاف است كه درون آن به رنگ تيره و بيرون سبزرنگ باشد.مي كوبند ، مي شويند و مي پزند .
مزاج :گرم و خشك .
خاصيت :تحليل برنده است ، رطوبت هاي پرمايه را از ژرفا جذب مي نمايد ،مي گدازد و نرمي مي دهد .
آرايش :اگر با زرنيخ بر سر ناخن تباه بگذارند آن را بر مي كند .
دمل و جوش :تنها و به ويژه اگر با آهك باشد داروي ورم هاي سرد و جوش هاي خارشي و شبانگاهي مي باشد .
زخم و قرحه :قرحه هاي كهنه و زخم هاي بد را نرم مي كند .
مفاصل :اگر با هم وزن خود رازيانه و همان اندازه موم باشد مفاصل را نرمش مي دهد .
سر :مخلوط آن با رازيانه و موم داروي ورم هاي سرد پشت گوش است .
اندام هاي غذا :اگر با چيزهاي قوي از قبيل آهك باشد و بر طحال بگذارند ورم طحال را از بين مي برد .

درمنه

سه نوع درمنه هست :رومي ، تركي و ارمني . بهترينش درمنه ارمني است .
مزاج :گرم و خشك .
خاصيت :همه انواعش تكه كننده ، بادشكن و گيرنده است .
آرايش :خاكسترش مخلوط با روغن زيتون يا روغن بادام در كم بودن مو مفيد است .روغنش موي ريش را زود مي روياند .
ورم و جوش : ورم و دمل را تسكين مي دهد .
قرحه :خوره و سودا را مانع مي شود .
سر :مايه سردرد است .
چشم :آبش علاج رمد است .
اندام هاي نفس :علاج دشوار نفسي است .
اندام هاي راننده :داروي كرم و كرم كدو است . بول و حيض را ريزش مي دهد .
دردار ، درخت پشه
مزاج : سرد است .
خاصيت : مي زدايد ، قبض است و در غلاف ميوه اش رطوبت هست .
آرايش :صورت را زيبا مي كند و جلا مي دهد .
رخم و قرحه : از اين رو كه قبض است و زداينده دردار و به ويژه پوست درخت آن را اگر بسايند و گرد آن را بر گري چركين بپاشند ،يا بر زخم ها بگذارند مفيد است .زخم ها را بهم مي آورد .
ريشه و برگ آن را بپزند و بر استخوان شكسته بمالند سودمند است .
اندام هاي دفعي :پوست ستبر آن را يك مثقال با آب سرد يا آب انگور كهنه ريحاني بخورند بلغم را خارج مي كند .
ديسقوريدوس گويد :دردار درختي بيد مانند است .اهل شام آن را دردارو و اهل عراق درخت پشه مي نامند .
غوزه باد كرده انار مانند بيرون مي آورد كه در آنها رطوبتي هست و آن رطوبت پشه آفرين .هر گاه آن را بشكافند پشه بيرون مي آيد .همچنين رطوبتي در پوست آن درخت هست كه هرگاه خشك شود جانوري بوجود مي آورد كه شبيه به پشه است .
برگ سبز دردار را اگر بپزند خوردني است .
خاصيت :قبض است و زداينده . پوست و بيخش نيز تقريباً همين خاصيت را دارد .
آرايش : رطوبت غوزه دردار صورت را جلا مي دهد .پوستش با سركه

برص را از بين مي برد .
زخم قرحه :پوست دردار را بر جاي ضربه و بر زخم ها ببندند سودمند است .
همچنين برگ ، پوست و شكوفه اش داروي زخم هاست . چيزي آرد مانند از پوسته اش پراكنده مي شود كه آن هم براي زخم ها مناسب است ، ساييده پوست و آن گردي كه از پوستش بر مي خيزد علاوه بر
به هم آوردن زخم ،مانع سرايت زخم هاي پليد مي شود ، به ويژه اگر با هم وزن خود انيسون پخته معجون شود بسيار مؤثرتر است .
مفاصل :آب پز بيخ و برگش را بر استخوان شكسته بمالند مفيد است .
اندام هاي دفعي : پوست آن را پخته يا با آب سرد بخورند بلغم را بيرون مي آورد .

درونه

عبارت است از قطعات چوبي و ريشه اي به اندازه بندهاي انگشت و كوچك تر ، با درون سفيد وبيرون خاكي رنگ كه سخت و سنگين است .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :باد را پراكنده مي كند .
سينه : قلب را توان مي بخشد و بهترين داروي خفقان است .
اندام هاي دفعي : بادهاي زهدان را از بين مي برد .
زهرها :خوردنش يا با انجير ضماد شود پادزهر كژدم و رتيل ، ساير سم هاست .

## دراج

پرنده اي است مشهور .گوشت دراج از گوشت كبك و انواع كبوتر بهتر است . از گوشت تذرو معتدل تر ، لطيف تر ، خشك تر و از آن گرمي اش كمتر است .
سر : گوشت دراج مغز را افزايش مي دهد و هوش را فزوني مي بخشد .
اندام هاي دفعي : گوشت دراج در زياد نمودن آب پشت بسيار مؤثر است .

## درخت غار

برگ و دانه غار به منظور دارويي بكار مي رود . دانه اش از همه اجزاء آن دارويي تر است .
مزاج :گرم و خشك .
مفاصل :در علاج سستي پي و فلج و دهان كجي مفيد است .
سر :ساييده اش عطسه آور است .
اندام هاي غذا :داروي ورم هاي كبد و طحال است .
در علاج قولنج سودمند است .

دند

دند چيني مانند پسته و دند كنار آبي مانند كرچك سرخ نقطه هاي سياه دارد .
دند هندي از دند چيني كوچك تر و از ساحلي بزرگ تر است . مغزش گرد رنگ مايل به زردي است .
خاصيت عجيبي دارد .مغز دند در رستنگاه خود باقي مي ماند ولي در غربت بتدريج كاهش مي يابد تا به كلي نابود شود .
نوع چيني آن بهتر ، قوي تر و نوع هندي آن در درجه دوم است . دند ساحلي بد و در تأثير كند است ، افسردگي و شكم درد و پيچش روده مي آورد . بايد دند را با آهن شكست و نبايد بر آن لب زد چون رنگ لب را مي برد و لكه سفيدي مانند برص بوجود مي آورد .بعد از آنكه پوست را شكستند زبانه اي پديد مي آيد باريك به وزن نيم حبه ، بايد آن پوستك زبانه را انداخت و مغز را بدست آورد .مزاج :بسيار گرم
آرايش :اگر دند را در آب خيس كنند تا نرم شود و با آن آب استفراغ كنند سياهي مو را نگه مي دارد .
مسهلي است بسيار قوي و رطوبت و سودا و بلغم داخل مفاصل را بيرون مي آورد .

دود

گوهري است خاكي و لطيف .دودها در گوهر متفاوتند ، چون از گوهر خاكند هم خشكي مي دهند و هم اندكي گوهر آتشي دارند .
قوي ترين دودها به ترتيب اولويت : دود قطران ، دود قيرتر ، دود ميعه = استرك ، دود مر ، دود كندر و دود بر درخت سقز .
خاصيت : رساننده و تحليل برنده .
چشم :دود كندر و دود ثمر درخت سقز از داروهاي چرك چشمند و نمي گذارند مو از چشم درآيد .آماس و سرخ شدن پلك را علاج مي كنند .
داروي خوره چشم و رطوبت هايي است كه با رمد نباشد .
جوش هاي چركين اشك ريز را مداوا مي كنند .

دوسر

این گیاه برگش به برگ گندم شبیه است ، لیکن از برگ گندم نرم تر است .
تخمش دو یا سه پرده دارد . چيزي مو مانند بر آن هست .
از تخمش افشره مي گيرند و نگاه مي دارند كه از خود گياه بهتر است .
مزاج : گرم و خشك
خاصيت : گدازنده و خشكاننده است .
دمل و جوش :ورم هايي را كه در راه سخت شدن هستند نرم مي كند و از سفت شدن باز مي دارد .
آرايش :كم بودن مورا شفا مي دهد .
چشم :داروي (غرب ) است .

ذيحه و خرم

دارويي است ايراني و آن را ذيحه و خرم گويند .
اندام هاي سر :براي حافظه ، ذهن و هوش سودمند است

## رازيانه

تخمش به تخم كرفس مي ماند .
مزاج :رازيانه بياباني بسيار گرم و خشك تر از كاشتني آن است .
خاصيت :بند آمده را باز مي كند .
چشم :رازيانه و به ويژه شيره اش ديد را قوي مي كند .
سينه :رازيانه سبز و به ويژه كاشتني با ترنجبين شير پستان را افزايش مي دهد .
اندام هاي غذا :با آب سرد بخورند براي دل بهم آمدن و التهاب معده را مفيد است .
اندام هاي راننده :رازيانه و به ويژه بياباني اش سنگ را خرد مي كند .
تب ها :در علاج تب هاي مزمن مفيد است .
زهرها :پادزهر نيش حشرات است .
بيخش را بكوبند و برگزيده سگ هار بمالند مفيد است .

رته

فندق هندي است و ثمري دارد به بزرگي فندق .
مزاج :گرم و خشك
ورم :با سركه بر خنازير بمالند مفيد است .
قرحه :داروي گري و خارش است .
مفاصل :بادآزار دهنده ي پشت را از بين مي برد .
سر :در علاج سردرد ، بيهوشي ، گيجي ، صرع ، ديوانگي و ماليخوليا سودمند است .بايد آن را به بيني بكشند .
چشم :افشره و به ويژه افشره قسم كوچكش را در چشم بكشند ، در علاج آب چشم مفيد است .
اگر با آب مرزنگوش به بيني بكشند چشم درد (سبل )و تيرگي چشم را علاج مي كند .با سرمه به چشم بكشند براي لوچ خوب است .
سينه :در معالجه ذات الجنب سرد ، برنشيت ، سرفه مزمن و خون برآوردن مفيد است ، زيرا نوعي گيرندگي دارد .
اندام هاي غذا :در علاجي قي و اسهال شديد مفيد است و معده سرد را سر حال مي آورد .
اندام هاي راننده :خوردنش درد زهدان را درمان مي كند . از محلولش بردارند حيض را ريزش مي دهد .
اگر افشره اش را بخورند علاوه بر راه انداختن حيض مراره سودايي و بلغم و مواد آبكي و صفرا را بدون هيچ فشاري بكلي از بدن بيرون مي ريزد و تا حدي است كه برص و يرقان و لكه هاي سياه پوست و غيره را نيز شفا مي دهد و قولنج را تحليل مي برد .
تب ها :در علاج تب ها مفيد است .
زهرها : پادزهر نيش كژدم و رتيل است .

روناس

تلخ است و با ملايمت مي زدايد .
آرايش :با سركه مخلوط باشد و به پوست بمالند بيماري ويروسي لك و پيس سفيد و آثار زشت پوست را مي زدايد .
مفاصل : با عسلاب بخورند در علاج بيماري اعصاب و فلجي كه زيان به حس رسانيده مفيد است .
اندام هاي غذا : ثمرش را با اسكنجبين خورند علاج ورم طحال است ، كبد را مي پالايد و طحال كبد را تقويت مي كند .
اندام هاي راننده :در ادرار بول چنان قوي است كه شايد خون با بول بيرون بريزد.كسي كه اين دارو را مي خورد بايد هر روزه تن خودرا شستشو دهد .
روناس را بردارند حيض را ريزش مي دهد .
زهرها :شاخ و برگش پادزهر حشرات موذي است .

روغن

نيازي به تعريف ندارد . روغن كرچك وروغن ترب يك تأثير دارند و هر دو گدازنده هستند .روغن كرچك از روغن ترب قوي تر و روغن ترب از روغن كرچك گرم تر و شبيه روغن زيتون كهنه است .
مزاج :روغن ترب گرم و خشك است .
روغن سوسن و ياسمن گرم و خشك هستند .
روغن گزنه ، كاجيره و نرگس گرم و تر هستند .
روغن هيري ، حب البان و بادام تلخ تر هستند .
روغن شاخه تاك و روغن گل وسيب در سردي رساني و قبضي بهم نزديكند و روغن به هم همين حال را دارد .
روغن بابونه حرارت معتدل دارد و روغن شبت شبيه آن است و گرم تر است.
روغن نرگس در اثر بخشي شبيه روغن شبت است ليكن بويي تندتر از بوي روغن شبت دارد .
روغن شبت با سر سازگار نيست .
روغن بنفشه قبوضيت ندارد .ولي كمي سرد است .
روغن سداب گدازنده است .
خاصيت :روغن بادام و به ويژه بادام تلخ باز كننده است .
روغن سيب و به هم قبض و هم سردي بخشند .
روغن بابونه مسكن درد ، برنده غلظت ، تراكم و تحليل برنده بخار است .
روغن سوسن ملين است .اندام ها را توان مي بخشد ، رساننده است و درد را تسكين مي دهد .روغن آس اندام ها را محكم مي كند ، از روغن «به » سردي بخش تر است و ماده هاي تراونده را باز مي دارد .
روغن سداب همانند روغن غار باد را به كلي از بين مي برد ، از روغن غار گرمتر است و هر دو روغن بادشكن و مسكن درد هستند .
روغن كوشنه در تغيير دادن حالت وبايي مفيد و بوي ديك و هوا را خوش مي گردانند .
آرايش :روغن غار علاج كم بودن مو است .
روغن آس ريشه مو را محكم مي كند و تقويت مي دهد و سياه مي گرداند .
روغن كوشنه جواني مو را نگه مي دارد .
روغن بادام و مخصوصاً بادام تلخ كه با عسل باشد ، همراه بيخ سوسن و موم گداخته چين و چروك و لكه هاي سياه و سفيد و غيره رادرمان مي كند .

اگر پخته روغن بادام را بر سر بمالند شوره و سبوس را علاج مي كند .
روغن كرچك لكه هاي سفيد و سياه را مداوا مي كند .
روغن شنبليله علاج بد رنگي است و به ويژه اگر در پيرامون چشم پديد آيد .
دمل و جوش : روغن بادام علاج آماس دردناك و روغن سوسن سخت شده هاي كهنه را مي گدازد و از بين مي برد .
زخم و قرحه :روغن كرچك علاج جوش هاي غليظ و گري است .
روغن شنبليله سعفه را از بين مي برد .
روغن آس در مداواي زخم مفيد است .
روغن كوشنه در كمترين وقت گري و خارش را بر طرف مي سازد .
مفاصل :روغن بادام در احساس درد و سوزش مفيد است .
روغن بابونه رفع خستگي مي كند .
روغن سوسن و روغن شبت هم رفع خستگي مي كنند و هم در سرمازدگي مفيدند .
سر :روغن بادام داروي سردرد ، تپش و وزوز و سوت داخل گوش است .
روغن بادام تلخ فايده هاي بسيار دارد و بسيار لطيف است . اكثر فايده اش در مداواي گرفتگي و وزوز گوش است .
روغن گل در علاج التهاب دماغ بسيار مؤثر است . ورم هايي را كه در حال پيدايش هستند باز مي دارد . تقويت مغز مي كند ، هوش را افزايش مي دهد و مزاجش نزديك به معتدل است .
روغن غار و روغن سداب سردرد مزمن را از بين مي برند .
روغن شنبليله شوره سر را درمان مي كند .
روغن كرچك در علاج قرحه سر ، ورم هاي سر و درد گوش مفيد است .
اندام هاي غذا :روغن بادام براي طحال خوب است و براي معده خوب نيست ، زيرا معده را سنگين مي كند .
اندام هاي دفعي :روغن گزنه و روغن كاجيره شكم را روان مي سازند .
روغن گل اگر با ماده اي برخورد كند كه نياز به لغزانيدن داشته باشد مسهل است و در حالت اسهال مراره اي قبض است .
روغن كرچك مسهل است و كرم كدو را بيرون مي آورد .
روغن بادام در معالجه درد گرده ، بند آمدن بول ، سنگ و درد مثانه ، زهدان و خفگي زهدان سودمند است .
روغن سوسن زايش را آسان مي كند .خوردن يا وارد كردن مانند(آمپول)درد زهدان را بر طرف مي نمايد و در همه اين حالات روغن شنبليله همان تأثير را دارد و علاوه بر سختي زهدان زخم هاي دروني آن را نيز از بين مي برد و زايمان سخت را آسان مي كند .
روغن كرچك در علاج ورم هاي مقعد ،به هم آمدن زهدان و برگشته شدن

آن سودمند است .
تب ها :روغن بابونه در علاج تب هاي دراز مدت از روغن گل مفيدتر است .روغن شبت در مداواي تب لرزه بسيار خوب است .
روغن در رسانيدن نرم كردن ،سستي دادن ، از كره قوي تر است و ساير كارهاي كره را انجام مي دهد .
مزاج : گرم و تر است .
خاصيت :در تن هاي سخت بي اثر است و در بدن هاي نرم و متوسط در نرمي و سفتي رسانندگي و گدازندگي دارد . ورم هاي بيخ گوش را نرم مي سازد .
سر :ورم پشت نازك اندام ها را علاج است .
سينه :روغن به تنهايي و به ويژه اگر با عسل و شكر و بادام تلخ همراه باشد ، بلغم و مواد ناسازگار سينه را بيرون مي آورد و سينه را نرم نگه مي دارد .
بادام را كه نوعي قبوضيت دارد اگر با روغن بخورند ملين است . ممكن است قبضي آورد و ممكن است ملين باشد .
زهرها : خوردن روغن در رفع گزند سم خوردگي مفيد است .

ريحان

گياهي است مشهور و دو نوع دارد .
اندام هاي راننده :ريحان در بادكردگي معده مفيد است .
ريحان را بكوبند ، روغنش را بگيرند ، روغن مرهم كنند و بر بواسير بمالند مفيد است .

ريحان سليماني

اين گياه در كوههاي اصفهان پيدا مي شود و شبيه به شبت سبز است .
خاصيت :لطيف و خشكاننده است .
ورم :با سركه بر باد سرخ و ورم بلغمي مي مالند و برگ و روغنش نيز داروي ورم بلغمي است .
قرحه :با سركه بر قرحه ساري بمالند مفيد است .
مفاصل :بر نقرس بمالند سودمند است .
سر :در علاج كج دهني مفيد است .
اندام هاي راننده :با روغن گل بردارند درد زهدان تسكين مي يابد .
زهرها :بر نيش كژدم بمالند خوب است .

ريحان كوهي

همان حوك مشهور است .روغن ريحان كوهي و روغن مرزنگوش داراي نيروي مشابه هستند ، ليكن از مرزنگوش ضعيف تر است و در آن نيروهاي مخالف هست .
مزاج : گرم و خشك است .
خاصيت : هم قابض است و هم مسهل ، زيرا خود به خود قابض است ليكن گاهي با خلطي بر مي خورد كه براي بيرون آمدن آمادگي دارد خلط را بيرون مي راند كه در اين صورت بايد مسهل باشد .گدازنده ،رساننده و بادزا است . زود مي گندد و خلط بد و سودايي به وجود مي آورد . تخم بادروج داروي سودا است .
دمل و جوش:اگر همراه سركه وروغن گل بر ورم هاي گرم بمالند مفيداست.
سر :چكانيدن افشره اش در بيني خون دماغ را متوقف مي كند . به ويژه اگر از افشره آن و سركه آب انگور كهنه و كافور فتيله بسازند علاوه بر در علاج خون دماغ براي سنگيني گوش مفيد است .
در بعضي از مزاج ها عطسه آور و در برخي مسكن عطسه است .
چشم :ضماد آن پريدن پلك چشم را از بين مي برد . خوردن آن تم چشم مي آورد ، زيرا مرطوب است . تبخير و در چشم كشيدن افشره اش ديد را تقويت مي كند .
اندام هاي تنفسي :توان بخشي قلب است . شش و سينه را مي خشكاند .
در حالت خون برآوردن دارويي خوب است و شير را به راه مي اندازد .
اندام هاي غذا : دير هضم است ، زود مي گندد ، براي معده بد است .
قابض است و اگر با خلطي برخورد كند كه آمادگي بيرون آمدن داشته باشد مسهل خلط است .مدر بول است . مضر معده است ، تخمش داروي بي اختياري ادرار است .
زهرها :بر جاي نيش زنبور و كژدم بگذارند پادزهر است .

ريوند چيني

به عقيده بعضي ريوند بيخ بهمن و ره آورد چين است و به مملكت ما مي آيد .
خاصيت :گوهر درختش تركيبي از آبي و هوايي و كمي خاكي تلخ دارد .
آرايش :اگر با سركه بياميزند و بر پوست بمالند لكه هاي سياه و اثرهاي ماندگار بر پوست را مي زدايد و ماده بوجود آورنده لكه ها را بيرون مي دهد .
ورم :با بعضي از داروهاي تر ضماد شود و بر ورم گرم بگذارند مفيد است .
قرحه :با سركه مخلوط شود و بر پوست بمالند داروي بيماري ويروسي است .
مفاصل :در افتادن و ضربه خوردن بسيار مفيد است .
اندام هاي غذا :در علاج درد و ناتواني كبد ، معده ، درد باطني و سكسكه مفيد است .
اندام هاي راننده :علاج فساد معده ، پيچش و درد روده ، ديزانتري و درد كبد ، آبدان و زهدان و خونريزي است .
تب ها :در علاج تب هاي دايم و نوبتي مفيد است .
زهرها :پادزهر نيش حشرات است .

زاج

بر چند نوعند :سفيد ، سرخ ، سبز ، زرد ، قلقديس ، قلقند ، زاج سوري ، قلقطار كه از زاج زرد است .
زاج سبز مصري از قبرسي قوي تر است .
مزاج : گرم و خشك است .
خاصيت : همه زاج ها سوزنده هستند و خشك ريشه بوجود مي آورند .
دمل و جوش:زاج زرد در علاج باد سرخ و ورم هاي مسري مفيد است.
زخم و قرحه :همه انواعش در علاج گري تر و سعفه مفيدند . از آنها فتيله بسازند و در ناصور فرو برند درد و سوزش را بر طرف مي كند .
مفاصل :با زاج سوزي و خمر حقنه كنند علاج بيماري اعصاب است .
سر :زاج عموماً و به ويژه زرد آن بازدارنده خون دماغ است .
همه انواعش داروي خوره و ورم هاي بد لثه هستند .فتيله را به زاج آغشته كنند ، به عسل بمالند و در گوش چركين وريمي فرو كنند گوش خوب مي شود. اگر گرد زاج را در گوش فوت كنند باز مفيد واقع خواهد شد .
گرد زاج خوره دندان را متوقف مي سازد .
زاج سرخ كه به سوري مشهور است دندان هاي لق را محكم مي كند .
مرهمي كه با زاج و به ويژه با زاج سرخ باشد خوره دهان و بيني و چرك دهان و بيني را از بين مي برد .
چشم :زاج عموماً و بخصوص زاج زرد سختي و زبري پلك چشم را درمان مي كند .
اندام هاي تنفسي :شش را مي خشكاند و بعيد نيست كه انسان را هلاك كند. زهرها :از آنجا كه ريه را مي خشكاند مي توان آن را از سموم شمرد .
زاج سبز
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :خشكاننده و سفت كننده است . بدن را متراكم مي كند و خورنده است .گيرندگي و سوزندگي دارد .
زخم و قرحه :داروي ناصور بيني است .
سر :خون دماغ را قطع مي كند ، اگر زاج سبز را در آب حل كنند و از اين محلول يك قطره در بيني بچكانند تنقيه سر مي كند .زاج سبز يكي از داروهاي خوب پالايش گوش است و درد سرد گوش را درمان مي كند و كرم گوش را مي كشد .
اندام هاي راننده :با عسل بخورند كرم و كرم كدو را از بين مي برد .
زهرها :پادزهر قارچ سمي است .

زاج زرد
مزاج : گرم و خشك
خاصيت : بسيار سوزنده ، خشكاننده و بند آورنده خونريزي ها است . سوخته اش خشكاننده تر ، كم آزارتر ، بسيار گيرنده و بسيار گرم است .
ورم و جوش :مخلوط زاج زرد و آب گشنيز را بر پوست بمالند مورچگي و باد سرخ را درمان مي كند .
زاج زرد را بر قرحه پليد و ساري بپاشند مفيد است . گوشت زائد را مي سوزاند و كبره بر زخم مي گذارد .
سر :داروي خون دماغ است . در علاج ورم لثه مفيد است .
چشم :در سرمه مي ريزند ديده را جلا مي دهد و خلط جمع شده در پلك را رقيق مي كند .
اندام هاي راننده :خونريزي زهدان را قطع مي كند .
زاج بلوري
انواع بسيار دارد :پاره پاره ، تر ، گوي آسا ، غلتان .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :بازدارنده ، خشكاننده و همه حالات خونريزي را بند مي آورد .
آرايش :با آب زفت داروي شوره سر ، شپش ، بوي گند دهان و زير بغل است .
زخم و قرحه : علاج قرحه و خيم و خوره زده است .
سر :بر دندان بمالند درد دندان را تسكين مي دهد

## زردآلو

مزاج : گرم و تر است . روغن هسته اش گرم و خشك است .
خاصيت : خلط زردآلو زود مي گندد .
اندام هاي غذا : كمپوت زردآلو رفع تشنگي مي كند . زردآلو از شفتالو براي معده بهتر است .
اندام هاي دفعي :هسته زردآلو داروي بواسير است .
تب ها : از آنجا كه بزودي در معده فاسد مي شود تب ها به دنبال دارد . ليكن خوشاب زردآلوي خشكيده در تب هاي گرم سودمند است .

زردچوبه

مزاج :گرم و خشك
خاصيت :بسيار زداينده است .
سر :ماليدنش درد دندان را آرام مي كند .
چشم :افشره اش آب و سفيدي جلو چشم را مي زدايد و در تقويت ديد بسيار مؤثر و مفيد است .
اندام هاي غذا :داروي يرقان است .

# زرشك

دو نوع زرشك است : نوعي جلگه اي كه گرد و سرخرنگ است و ديگري ريگي يا كوهي كه سياهرگ و مستطيل مي باشد.سياه از سرخ قوي تر است. سرد و خشك و شربت آن در بركندن صفرا بسيار مفيد است .
دمل و جوش :ضمادش را بر دمل هاي گرم گذاشتن بسيار مفيد است .
اندام هاي غذا : معده و كبد را نيرو مي دهد و در رفع تشنگي بسيار مفيد است .
اندام هاي دفعي : شكم را بند مي آورد ، از خراش روده جلوگيري مي كند ، نوشيدنش براي قطع سيلان رطوبت هاي مزمن رحم بسيار مؤثر است .
مي گويند اگر زن باردار چوب زرشك را سه بار به شكم بزند ، يا شكم را با زرشك بپوشاند سقط جنين مي كند .
از خونريزي هاي زيرين جلوگيري مي كند .

زرنيخ

گوهري است كاني كه به رنگهاي سبز و زرد و سرخ يافت مي شود .
هر آنچه صاف و بي آلايش است و به آساني سائيده گردد و بوي كبريت دهد بهترين نوع آن است .
مزاج : گرم و خشك
خاصيت : همه انواع زرنيخ سوزنده هستند . ولي زرنيخ سرخ رنگ از زرنيخي كه قلقديون مي نامند بهتر است .
آرايش :مو را مي سترد . آن را در مداواي كم مويي با صمغ صنوبر مي آميزند .
زخم و قرحه :زرنيخ را با پيه بر زخم ها مي گذارند .
دمل و جوش :زرنيخ آميخته با پيه و چربي داروي گري ، سعفه تر و گنديگي است و پوست را مي سوزاند .
اگر زرنيخ آميخته با پيه و چربي داروي گري ، سعفه تر و گنديگي است و پوست را مي سوزاند .
اگر زرنيخ را با مّر مخلوط كنند و بر تن بمالند شپش را ريشه كن مي كند ، لكه هاي خوني را از بين مي برد و اگر با زفت باشد در دفع شپش مفيد است ، اثر ناخن ها را از بين مي برد .
سر :مرهمي كه از آن مي سازند و به ويژه اگر از زرنيخ سرخ باشد خوره و زخم بيني و دهان را شفا مي دهد .
نفس كش :با عسل آب جوشانيده يا عسل آب معمولي بنوشند چرك و ريم بدن را مي زدايد .
اگر با صمغ صنوبر تبخير كنند در سرفه مزمن و بر آوردن چرك و ريم مفيد است . گاهي زرنيخ را در حبوب ضد برونشيت بكار مي برند .
اندام هاي دفعي :با روغن گل مخلوط شود جوش و بواسير مقعد را شفا مي دهد .
زهرها : بالا آمده آن بوسيله ي حرارت سم است .

زعفران

بهترينش زعفراني است كه تر و تازه و خوشرنگ و داراي بوي تند و خوش باشد و بر موي برگ آن اندكي سپيدي باشد . پر مايه و درست باشد ، زود رنگ دهد ، چسبنده نباشد و خرد نگشته باشد .
مزاج :خشك و گرم
خاصيت :قبض ، گدازنده ، و به سبب قبوضيتي كه دارد پزاننده و چسبنده است . گرماي معتدل دارد و باز كننده است . عفونت را مي زدايد و درون را تقويت مي كند .
آرايش :خوردن زعفران رنگ و رو را صفا مي دهد .
دمل و جوش : ورم را مي گدازد ، بر باد سرخ بمالند مفيد است .
سر : سردرد مي آورد ، به سر زيان مي رساند ، داروي ورم گرم داخل گوش است .
چشم : ديده را جلا مي دهد ، اشك ريزي را منع و تيرگي چشم را بر طرف مي كند .
با به چشم كشيدنش كبودي چشم كه از بيماريها پيدا شده علاج مي شود .
سينه : شادي افزا و توان بخش قلب است . بيماراني كه از التهاب حجاب حاجز و پيچش شكم رنج مي برند زعفران يا روغن آن را بو كنند به خواب مي روند .نفس روان مي شود و ابزار تنفسي را نيرو مي بخشد .
اندام هاي غذا : دل بهم آور است . مخالف ترشي است كه اشتها را در معده بر مي انگيزد و از اين رو زعفران اشتها را از بين مي برد . كبد و معده را تقويت مي كند . معده را دباغ مي دهد و قبض مي گرداند . براي طحال خوب است .
اندام هاي دفعي : شهوت انگيز است . ادرار بول كند . زعفران را با موم يا زرده تخم مرغ و دو چندان روغن زيتون مخلوط كنند در علاج سخت شدن زهدان و بهم آمدن دهانه ي آن و قرحه هاي پليد زهدان مفيد است .
زايمان را آسان مي كند .
زهرها :اگر سه مثقال را يك مرتبه بخورند از شادي سكته مي كنند و مي ميرند .

# زفت

زفت دو نوع است : يكي آبي ، سياه و مايع كه از تيره قير است و در مرهم ها بكار مي رود .
ديگري بياباني و كوهي است و شيره درخت ينبوت و ساير درختهاي صنوبري مي باشد .
اين شيره اول تر است و بعد كه مي پزند خشك مي شود .
اما اكثر زفت نباتي از درخت ينبوت به دست مي آيد كه آن را (قضم قريش )هم مي خوانند . روغن زفت تقريباً مانند قطران است .
خاصيت :خلط هاي غليظ را مي پزاند .زداينده و گرمي بخش است . ترش بيشتر رساننده و خشكش بيشتر خشكاننده است و در مرهم ها بكار مي رود .
آرايش : سفيدي ناخن ها را مي زدايد . خون را به سوي اندام ها جذب مي نمايد ، اندام ها را فربهي مي دهد و به ويژه اگر مكرر آن را بر اندام بچسبانند و هر باريكه يك دفعه و بزور آن را بر كنند .
زفت را براي علاج ترك پا و ساير ترك ها بكار مي برند .ضمادش در كم مويي مايه رويش مو مي گردد .
دمل و جوش : زفت و به ويژه زفت تر ورم سخت را نرم مي كند .
با آرد جو بر خنازير گذارند مفيد است . زفت را با كبريت يا پوست درخت ينبوت مخلوط كنند سرايت عارضه مورچه را باز مي دارد و در علاج غده ها مفيد است .
زخم و قرحه :علاج قوباء است . از زخم هاي گود گوشت بر مي آورد ، به ويژه اگر با كوبيده كندر و عسل باشد در باز روياندن گوشت مؤثرتر است .
زفت تر و زفت خشك هر دو در تنقيه چركهاي پليد قرحه اثر دارند . براي خشكانيدن زخمها زفت خشك مؤثرتر است .
مفاصل : در مداواي ورم ماهيچه سودمند است .
سر : خشك و ترش رويشگاه مژه ها را استوار مي كند در رويش مژه كمك مي نمايد و بيماري (دمعه ) را شفا مي دهد . زخم چشم را بر طرف مي سازد و ديد را تقويت مي كند .
سينه : زفت و به ويژه اگر همراه بادام و شكر باشد در معالجه سرفه سرد و خشك ، سينه پهلو ، ذات الريه و برآوردن خون مفيد است .
زفت رساننده است و اگر با روغن بادام باشد پخته گرداننده تر شود .
اندام هاي دفعي :ملين است و زيادش مسهل .در علاج ورم گرم و سخت روده ، زهدان و بيضه ها وارد كردن به بدن(آمپول-شياف... ) با آن سودمند

است .از داروهاي زخم دهانه مثانه به شمار مي آيد .
ترك هاي كنار مقعد را زفت بمالند خوب مي شود .
زهرها :در برابر زهرها مقاومت مي كند و بر مارگزيده مالند مفيد است .

زنجفيل

ديسقوريدوس گويد :رنگ آن مايل به سپيدي است ، مزه اش به مزه فلفل مي ماند و بوي خوش دارد .زنجفيل ريشه گياهي است كه آن را مي خشكانند .
مزاج :گرم و خشك است و رطوبتي زائد دارد كه سبب زياد شدن آب پشت مي شود .
خاصيت : گرماي زياد دارد ، گرمي بخش قوي ، ملين ، نرم كننده و بادشكن است .
سر :هوش و حافظه را زياد مي كند ، رطوبت هاي اطراف سر و گلو را مي زدايد .
چشم :خوردن يا در چشم كشيدن آن تيرگي چشم رادرمان مي كند .
اندام هاي غذا :هاضم است و سرماي كبد و معده را سر حال مي آورد .
شهوت انگيز ، ملين و ملايم است .
زهرها :پادزهر حشرات موذي است .

## زنجبيل بياباني

بيخ گياهي است شبيه به مشك زمين چين و از سرزمين چين مي آيد . ليكن از مشك زمين كلفت تر ،كم بوتر و رنگش خاكي است .
مزاج : گرم و خشك است .
خاصيت : بادشكن است .
آرايش : چاقي مي آورد . بوي آب انگور كهنه و سير و پياز را از بيني مي برد .
سينه :شاد كننده قلب است .
اندام هاي غذا :استفراغ را باز مي دارد .
بندآورنده ي شكم ، و از بين برنده باد رحم است .
زهرها :پادزهر حشرات موذي و در اين زمينه بسيار مفيد است .

## زنگي دارو

گويند گياهي است كه در سنگلاخ هاي كم آفتابي مي روید .
مزاج : گرم و خشك است .
خاصيت : لطيف و تحليل برنده است .
اندام هاي غذا : براي طحال بسيار مفيد است . برگ آن را در سركه بپزند و مدت چهل روز با سكنجبين بخورند درد طحال را به كلي از بين مي برد .
زنگي دارو در تسكين سكسكه و علاج يرقان سودمند است .
سنگ گرده و آبدان را خرد مي كند و بيرون مي ريزد .
گويند اگر زنان ، زنگي دارو را به خود ببندند مانع بارداري مي شود .

## زوفرا

ديسقوريدوس گويد :زوفرا درختي است كه در مملكت «لنفوربا »در كوهي به نام «قابيس »كه اين كوه نزديك مملكت مصر است يافت مي شود. ساقه هايش كوتاه و باريك و شبيه به ساقه شبت و گره دار است . برگش شبيه برگ اسپرك و از آن نرم تر است . بوي خوش دارد . سر ساقه اش باريك و پراكنده ، بر سر هر شاخه اي تاجي است كه غلاف تخمي سياه ، كاوكي ، مايل به درازي و به تخم رازيانه شبيه و مزه تند و عطريني دارد . بيخش سفيد و به بيخ گاو شير شبيه است و بوي مطبوعي دارد .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت : بادشكن و گرمي بخش است .
اندام هاي غذا :هاضم خوراك و در علاج ورم هاي بلغمي معده و باد معده مفيد است .
چشم :تخم و ريشه آن چشم را جلا مي دهند و تيرگي چشم را از بين مي برند .
زخم و قرحه :علاج درد گري و خارش است .
بيخ و تخمش در خشكانيدن آب پشت تأثير فيجن را دارد و اگر خورده شود بول و حيض را روان سازد.اگر زن بيخ آن را فرزجه كند حيض روان مي شود. زهرها :خورده شود يا ماليدني باشد پادزهر كژدم و حشرات موذي است

## زوفاي خشك

گياه زوفاكوهي يا كاشتني است .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت : همچون مرزه لطيف است .
آرايش : خوردنش رنگ را زيبا مي كند . ماليدنش لكه هاي صورت را علاج مي كند .
دمل و جوش : اگر شربت آن خورده شود ورم هاي سخت را فرو مي نشاند. سر:آب پزش با سركه درد دندان را تسكين مي دهد .
بخار پخته آن با انجير را در گوش بريزند صداي گوش را مي خواباند .
چشم :مي پزند و بر چشم ضماد مي كنند .طرفه (نقطه خوني چشم ) و خون خشكيده زير پلك را علاج مي كند .
سينه :زوفا و آب پزش با انجير و عسل در بيماري سينه ، برنشيت ، سرفه ، مزمن ، ورم هاي سخت و بلند نفسي مفيد است .
غرغره نمودن با آب پز زوفا در علاج خفگي شكم مفيد است .
اندام هاي غذا : ضمادش كه با انجير و بوره باشد داروي طحال است .
خوردن شربت زوفا براي طحال و استسقا مفيد است .
اندام هاي دفعي :بلغم و كرم ها و كرم كدو را بيرون مي آورد . اگر با كرويا و زنبق باشد بسيار مسهل است .

زهره

گياهي است كه برگهايش عدسي و شاخه هايش پايا و كم برگ است .
بيخ باريك دارد .در شوره زارهاي گرم و آفتابي مي روید و در مزه اش شوري احساس مي شود .نوعي ديگر از اين گياه هست كه به هميشه بهار شبيه ، رنگش ارغواني و از آن ديگري خوش رنگ تر است .
زهره اولي زخم را بهم مي آورد و بيرون ريختني ها را نرم مي نمايد .
زهره دومي با سكنجبين خورده شود داروي صرع است .

زهره النحاس

خاصيت : خورنده و با سوزش است .
زخم و قرحه :گوشت زائد را مي خورد .
سر :دارو و خشك كننده قرحه گوش است .سفيد آن را بسايند و در گوش دمند ، كري كهنه را از بين مي برد .در علاج ورم هاي بالاي دهان و زبان كوچك مفيد است .
اين دارو را از جمله داروهاي خشك كننده بواسير و زخم هاي مقعد بشمار آورده اند .

زيتون

درختي است تنومند كه در برخي از سرزمينها مي رويد . از زيتون روغن مي گيرند .
روغني كه از زيتون نارسيده گيرند نامش زيت انفاق است و آنچه از زيتون رسيده و ميانه رسيده و نارسيده به دست مي آيد زيت است و بس .روغن را از زيتون كاشتني و از زيتون وحشي مي گيرند .
روغن زيتون اگر كهنه باشد در ضمادها تأثير روغن كرچك و روغن ترب و روغن سياه دانه دارد .ليكن از آنها گرم مزاج تر است و كنشش تقريباً آنهاست .
بهترين روغن زيتون كه براي تندرستان مفيد باشد روغن زيتون نارسيده است.
مزاج :روغن زيتون نارسيده سرد و خشك است .
خاصيت :همه نوع از روغن زيتون تن را توان مي بخشد ، جنبش را زياد مي كند و پالاينده است .
آرايش :برگ زيتون وحشي براي كژدمه داروي خوبي است و بر تن بمالند بازدارنده عرق است . روغن زيتون وحشي در بسياري از كنش ها با روغن گل برابر است .روغن زيتون وحشي مو را نگه مي دارد و نمي گذارد زود سفيد شود اما به شرطي كه هر روز استعمال شود .
دمل و جوش :ضماد زيتون وحشي در علاج باد سرخ و بيماري مفيد است.ورم گرم را مي گدازد .چوب تر زيتون را آتش بزنند ،خونآب هايي كه از آن مي تراود داروي گري و قوباء است .
زخم و قرحه :روغن زيتون نارسيده وحشي در علاج قرحه تر ، قرحه خشك ، و گري مفيد است .
برگ زيتون وحشي داروي باد سرخ ، بيماري مورچه ، جوش هاي مسري ، جوش هاي پليد ، جوش هاي چركين و شري است .
سوختگي را با زيتون پرورش يافته در نمك آب ضماد كنند تاول نمي زند ، و چرك پليد را مي زدايد .
مفاصل : حقنه با آب زيتون نمك سرد ـ زيتون شور ـ داروي بيماري اعصاب است .
روغن زيتون شسته داروي درد پي بيماري اعصاب است .
كساني كه نقرس دارند با روغن زيتون كهنه جاي نقرس را بمالند مفيد است .
سر : برگ زيتون را در آب غوره بجوشانند تا در پرمايگي چون عسل شود ، بر دندان كرم خورده بگذارند دندان را بر مي كند .

روغن زيتون وحشي در علاج سر درد همانند روغن گل است .
افشره زيتون وحشي را خشك مي كنند ، از آن قرص مي سازند و نگه مي داريد ، رطوبت هاي گوش را درمان مي كند .
مزمزه كردن با روغن زيتون وحشي خونريزي لثه را باز مي دارد و دندانهاي لق را استوار مي سازد .
انگم زيتون وحشي را اگنه دندان كرم خورده كنند مفيد است .
روغن زيتون بهترين معالج درد گوش است .
برگ زيتون ساييده براي از بين بردن جوشهاي زبان و دهان مفيد است .
چشم : روغن زيتون كهنه (شش ساله را )در چشم بكشند تيرگي چشم از بين مي رود .غليظ شده رسوبي آن ضمن داروهاي چشم است .
سينه :بخور كردن زيتون سياه همراه هسته اش علاج برنشييت و بيماريهاي شش است .
اندام هاي غذا :رسوبي روغن زيتون را بر شكم مستسقي بمالند مفيد است .زيتون تنهاي تنها دير هضم است .زيتون درشت نمك پرورده اشتهاآور ، توان بخش معده مي باشد و ركموس قبض بوجود مي آورد .
اندام هاي دفعي :قبل از غذا زيتون را با آبكامه خورند شكم نرم گردد ( ملين است )زيتون را با فيجن بپزند علاج پيچش روده و كرم است . در قولنج ورمي مفيد و براي علاج قولنج دردي بدان حقنه مي كنند .
افشره زيتون را فرزجه كنند نزيف و رطوبت هاي زهدان را قطع مي كند.
شكم را با ضماد زيتون و آرد جو ببندند اسهال مزمن را چاره مي كند .
فرآورده روغن زيتون كهنه با آب غوره را اگر حقنه كنند در علاج قرحه دروني مقعد و زهدان سودمند است .
حقنه با انگم ادرار بول و پرزه انگمش ادرار حيض مي كند .
زهرها :زهر خورده اگر روغن زيت را با آب گرم بخورد با اينكه دلش بهم مي خورد ولي از قوت سم مي كاهد .مي گويند انگم زيتون وحشي زهري است كشنده .

# زيره

زيره چندين نوع دارد : كرماني سيه ، فارسي زرد ، زيره شامي و نبطي .
فارسي از زيره شامي و نبطي قوي تر است و زيره نبطي همان است كه در هر كجا بدست آيد .
زيره كرماني بهترين و بعد از آن فارسي از ساير انواع بهتر است .
مزاج : گرم و خشك
خاصيت : گرمي بخش ، بادشكن ، بادزدا ، تكه كننده ، خشكاننده ، و گدازنده است .چنان كه گويند قبض هم هست .
آرايش : صورت را با زيره بشويند زيبا شود .خوردن و بكار بردنش رنگ و رو را صفا مي دهد .
ورم و جوش :با موم و روغن گل و روغن زيتون و آرد باقلا ،يا تنها با روغن زيتون ، يا با روغن زيتون و عسل مرهم گردد آماس رگ هاي بيضه را فرو مي نشاند .
زخم و قرحه : سوپ آن براي معالجه زخم ها و بهبودي بخشيدن بسيار سودمند است .
سر : زيره را بسايند ، با سركه مخلوط كنند و ببويند ، يا اينكه فتيله آلاييده به زيره را در سوراخ بيني كنند خون دماغ قطع مي شود .
چشم : زيره را بسايند ، با روغن زيتون بياميزند و در چشم بچكانند ناخنه را از بين مي برد.برلكه هاي سياه خوني زير چشم بچكانند بسيار مفيد است .
اندام هاي تنفسي :اگر با سركه آميخته با آب بخورند داروي تنگ نفسي است .
اندام هاي دفعي : زيره با روغن زيتون يا با موم ، روغن گل يا با روغن زيتون و آرد باقلا براي فرو نشاندن آماس بيضه ، خرد كردن سنگ و به ويژه اگر زيره بياباني باشد علاوه بر فوائد فوق الذكر در معالجه چكميزك و خون ادراري و پيچ و درد روده و بادكردگي مفيد است .
افشره زيره بياباني با آب عسل شكم را روان مي سازد .
روفس گويد :زيره سبز (نبطي )اسهال مي آورد اما زيره كرماني قبض است .گياه زيره بياباني مراره را با بول سرازير مي كند .
زهرها :هرنوع زيره و به ويژه آن زيره بياباني كه تخمش شبيه تخم سوسن است خورده شود ، پادزهر حشرات سمي است .

زيز ـ نوعي پياز دشتي

قوت و مزه پياز موش دارد ،بجاي پياز موش استفاده مي شود ، و از آن ضعيف تر است .
دردهاي سرد زهدان را تسكين مي دهد ، اگر با انجير مخلوط شود و ضماد شود يا آن را بخورند پادزهر نيش كژدم و رتيل است و ضد هر زهري است .

جبسين

سنگ گچ ورقي و شفاف را جبسين مي گويند و چون بسوزد لطيف تر مي گردد. مزاج :سرد و خشك .
خاصيت :چسبنده است . بر اطراف جاي نزيف بگذارند بدان سبب كه چسبنده ،گيرنده ، جمع آورنده و لزج است نزيف را باز مي دارند و اگر بسوزد لطيف مي گردد و خشكانيدنش بيشتر مي شود .
سر:اگربر پيشاني بمالند خون دماغ را بند مي آورد .
چشم :جبسين را با سفيده تخم مرغ مخلوط كنند تا سخت نشود و بر رمد خوني بگذارند مفيد است .
زهر :جبسين از جمله زهرهاي خفه كننده و بسيار كشنده مي باشد

## جو و شلت

جو كه مشهور است و شلت نوعي جو است كه پوست ندارد و همان كنش هاي جو را دارد .
مزاج :سرد و خشك .
خاصيت : زداينده و ماده غذائيش كمتر از گندم است .افشره جو از قاوت جو قوي تراست .آرد جو و قاوتش تندي و شدت اخلاط را كاهش مي دهند.
هر نوع افشره جو مفيد است .
آرايش:افشره جو را به گرمي بر لكه هاي سياه بمالند مفيد است .
ورم و جوش : آن را در آب مي پزند مانند سوپ مي شود و با زفت و رازيانه مخلوط مي كنند و بر ورم سفت مي گذارند ورم را نرم مي كند .
در آب پخته جو يا جو و آب پر مايه اش داروي ورم هاي گرم است .
قرحه :در سركه بسيار تند و پر مايه بپزند و بر گري چركين بگذارند شفا مي دهد .
مفاصل :جو ،به و سركه را ضماد كنند و بر نقرس بگذارند مفيد است .
ريزش مواد ناجور را از مفاصل باز مي دارد .
سينه :افشره جو داروي بيماريهاي سينه است .افشره جو را با تخم رازيانه بخورند شير پستان را افزوني مي دهد . آرد جو براي معده خوب نيست .
اندام هاي راننده :قاوت و آب پز قاوت جو قبوضيت مي دهد .
تب ها :آب جو سردي مي دهد و تب ها را رطوبت مي بخشد .

جوجادو

دانه اي است تلخ مزه و شبيه به جو .رنگش كمي به سرخي مايل و گلش از جو درازتر و باريك تر است .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :قبض است و شكم را بند مي آورد .
دمل و جوش :سخت ها را نرم مي كند .
سر :راه بندان بوجود مي آورد .
اندام هاي دفعي :شكم را بند مي آورد . اگر در آب پز آن بنشينند در علاج درد و سستي مقعد بسيار مفيد است .خوردن خرد شده آن مخلوط با روغن زيتون در علاج بواسير مفيد است .
زهرها :پادزهر است .

جوزرومي

آن را اكيروس نيز مي نامند . گويند درخت جوز رومي در كنار رودخانه اي به نام «ليرندانوس »نشو و نما مي كند . شيره اين درخت بعد از آنكه مي تراود در آب رودخانه مي بندد .
مزاج :بسيار گرمي بخش و خشكاننده است . صمغش در منتهاي گرمي و گرمي گل آن از آن بيشتر است .
اندام هاي سر :اگر ميوه آن را با سركه بخورند داروي صرع است .
مفاصل :برگ آن را با سركه ضماد كنند تپش ناشي از نقرس را تسكين مي دهد .
اندام هاي غذا :خوردن صمغ آن معده را از رطوبت ناسازگار نگاهداري مي كند .
اندام هاي دفعي :خوردن صمغ آن نمي گذارد رطوبت هاي نامطلوب بسوي روده روان شوند .
اين انگم را در مرهم ها بكار مي برند .
جو دوسر ،يولاف
قوت دانه اش همان قوت جو و در حقيقت چيزي است ميانه گندم و جو .
قاوت و نيم كوبيده اش از قاوت و نيم كوبيده جو قبض تر است .
مزاج :معتدل و مايل به رطوبت است .
خاصيت :بدون سوزش خشك مي كند و گدازندگي و قبوضيت دارد .

جيوه ، سيماب

به دو طريقه بدست مي آورند يا راساً از منبع بدست مي آيد .يا اينكه از سنگي كه درمعدن جيوه است تهيه مي شود .استخراج جيوه از سنگ جيوه همان عمليات استخراج طلا و نقره را دارد كه با فشار حرارت از معدن جدا مي شود .
سنگ جيوه اگر بي آلايش باشد و آميزه اي از خاك و سنگ ديگري در آن نباشد ، همرنگ شنگرف يا صحيح تر بگوئيم شنگرف همرنگ آن است و باز به آن نمي رسد .
مزاج :گرم و تر است .
خاصيت :بالا برنده و قابض است .
آرايش:جيوه مرده با روغن گل ،شپش و رشك شپش را از بين مي برد .
زخم قرحه :جيوه مرده با روغن گل و با داروهاي ضد گري علاج گري و در مداواي زخم چركي سودمند است .
مفاصل :بخار جيوه باعث فلج و سوزش مي شود و خشكي ها را با خود مي آورد .
سر :دود جيوه شنوايي را از بين مي برد و دهان را بدبو مي كند .
چشم :دود جيوه باعث كوري چشم مي شود .
زهرها :بالا آمده جيوه از فشار حرارت بسيار قطع كننده ،از سموم قاتل و علاج آن نوشيدن شير و استفراغ كردن است .جيوه موش كش است و حشرات و مارها از دودش گريزانند .

چاتلانقوش

ثمر درخت سقزيابنه .اين درخت درسرزمين هاي سردسير بسيار مشهور است .
مزاج :گرم و خشك .
خاصيت :گرمي بخش ،نرمي بخش ، پالاينده ، قبض و شيره آن از شيره مصطكي تلخ تر و در گدازندگي مؤثرتر است . در شيره اش اندكي قبضي هست و بسيار زدايندە و بازكننده خوبي است .
مي رساند ،نرم مي كند و مواد را از ژرفاهاي تن بسوي خود مي كشد .
در اكثرحالات كار مصطكي را انجام مي دهد .دود ثمربنه همچون كندر بي آزار است .
آرايش :صورت را جلا مي دهد . لكه هاي سياه را از بين مي برد .
سقزدرختي براي ترك هاي صورت داروي خوبي است .
ورم و جوش :شيره اش ورم هاي سخت را نرم مي كند و مي رساند .
زخم و قرحه :گري و بيماريهاي ويروسي پوست را از بين مي برد .
شيره اش درمرهم هايي كه براي پاك كردن زخم ها و خشك گردانيدن ريم و چرك مي سازند بكار مي رود.زخم هاي رويه پوست را بهبود مي بخشد ،درعلاج خارش قرحه ،گري چركين ، گري بلغمي و جوش هاي بلغمي سودمند است .
مفاصل :روغنش جزئي از مرهم هاي ضد خستگي ،فلج و دهان كجي است .سر:شيره اش همره عسل و روغن زيتون رطوبت هاي گوش را از بين مي برد .
چشم :دودش به چشم آيد خوره پلك ها را علاج و از ريزش مژه جلوگيري مي كند .
سينه :ماليدن يا ضماد آن در مداواي پهلو درد مفيد است .
شيره اش را تنها يا همراه شيريني بليسند قرحه شش و سرفه مزمن را بر طرف مي كند .
اندام هاي غذا :ميوه درخت سقز و به ويژه روغن دانه اش داروي طحال است .سينه را تنقيه مي كند ليكن اشتهاي طعام را از بين مي برد .
اندام هاي دفعي :ثمربنه هيجان انگيز است و بول را ادرار مي دهد . شيره اش نيز ادرار مي آورد .
زهرها :شيره و ثمرش را همراه آب انگوركهنه نوشند پادزهر رتيل است.چلغوزه
بار درشت درخت صنوبر است و از گردو مغذي تر مي باشد ولي دير هضم تر است .

مزاج :معتدل است و اندكي گرمي دارد .
خاصيت :تغذيه پرمايه و خوب و نيروبخش مي دهد رطوبت هاي تباه روده را از بين مي برد .دير هضم است .اگر سردمزاجان با عسل و گرم مزاجان با نبات بخورند هم خوب هضم مي شود و هم تغذيه بيشتر مي دهد .
اگر در آب بخيسانند تند و تيزي و زبان گزي خود را از دست مي دهد و بسيار تغذيه دهنده تر مي شود .حتي دانه هاي خرد و كوچك آن كه مواد غذايي در بر ندارند اگر در آب خيس شوند از دارويي بودن به غذايي بودن تبديل
مي شوند. دانه هاي خرد صنوبر شناخته شده و در هر جايي هست .
مفاصل :درعلاج درد عصب ، پشت درد ، بيماري اعصاب و احساس سست بودن مفيد است .
اندام هاي تنفسي :در تنقيه شش نظير ندارد .هر چه چرك و خلط متراكم است بيرون مي آورد .
اندام هاي دفعي :شهوت انگيز و به ويژه مرباي آن شهوت انگيزتر است .
چرك و سنگ مثانه را مداوا مي كند .
زهرها :همراه انجير و خرما پادزهر نيش كژدم است .

حب الصنوبر

دانه اين درخت از پسته باريكتر است و پوست نازك و زودشكن دارد .سرخ رنگ آن مغذي و سفيد رنگ آن و چرب و خوشمزه است .
حب الصنوبر كوچك بيشتر از آنكه غذايي باشد دارويي است .
مزاج :دانه صنوبر بزرگ معتدل است و گرايش به سوي گرمي و نمناكي دارد .دانه صنوبر كوچك گرم و خشك است .
خاصيت :رساننده ، نرم كننده ، گدازنده ، گزنده و گزندگي ناخشكيده اش بيشتر است . دانه صنوبر را در آب بخيسانند گزندگي اش از بين مي رود .
آرايش :چاق كننده است .
مفاصل :اگر دانه صنوبر بزرگ خورده شود سستي و ناتواني تن را علاج مي كند و رطوبت هاي تباه را از تن بر مي چيند و مي خشكاند .
سينه :دانه صنوبر كوچك و بزرگ به تنهايي و به ويژه اگر با آب انگور تازه تلخ خورده شود رطوبت گنديده شش را درمان مي كند . چرك و ريم سينه را بيرون مي راند .در خون برآوردن و سرفه مفيد است .
دانه صنوبر را با آب انگور شيرين بپزند و بخورند شش را از چرك و ريم پاك مي كند .
اندام هاي غذا :همراه گياه خارا گوش ضماد كنند و بر معده بگذارند معده را توان مي بخشد . دانه صنوبر دير هضم است و غذاي بسيار و نيرومند مي دهد . اما اگر در آب گرم نخيسانند معده گز است .گرمي داران بايد دانه صنوبر را با تبر زد بخورند و سرد مزاجان با عسل كه هم زود هضم ،هم غذاي خوب و هم براي معده مفيد باشد .
اندام هاي دفعي :دانه صنوبر را با كنجد و تبرزد يا با عسل بخورند آب پشت را بسيار فزوني مي دهد .زياد خوردن آن و زياد خوردن مرزه كوهي پيچ و درد شكم مي آورد

## حب البان

درختي است كه دانه هايش بزرگ تر از نخود ،مايل به سفيدي است و مغزي نرم و روغني دارد .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت درماني :خود حب البان و به ويژه مغز آن تنقيه كننده است و مواد غليظ را مي برد .اگر با سركه و آب خورده شود از آنجا كه تلخي و گيرندگي دارد انسدادهاي دروني را باز مي كند و داغ گداز است .
پوسته اش بيشتر قابض و روغنش نيز خالي از قابضيت نيست و عموماٌ زداينده و برنده است .
آرايش :دانه بان و روغن آن نقطه ها و لكه هاي سفيد و سرخ و سياه صورت را بر طرف و اثر زخمها را از بين مي برد .
دمل و جوش :دانه بان همراه با مرهم درعلاج دمل هاي سخت و زگيل بسيار مؤثر است .
زخم و قرحه :دانه بان كه با سركه باشد در مداواي جرب پوسته انداز ، جرب چركين ، جوش هاي شري و سعفه (بيماري جلدي كچلي مانند ) سودمند است .
مفاصل :دانه بان به ويژه روغن آن پي را گرمي مي دهد و سفتي هاي پي و ترنجيدگي را نرم مي نمايد .
سر:خونريزي بيني را به سبب قبوضيت بند مي آورد . روغن بان و به ويژه اگر با پيه اردك باشد درد و صداهاي گوش را از بين مي برد .
جوشيده ريشه بان را مزمزه كننده درد دندان تسكين مي يابد .
اندام هاي غذا :با سركه در معالجات تصلبات كبد و طحال مفيد است .
گاهي حب البان را با نان و آرد شلمك و عسل آب يا آرد گاودانه ، يا آرد سوسن مخلوط مي كنند و ضماد آن را بر طحال مي گذارند .
حب البان با معده سازگار نيست و دل را بهم مي زند .اگر يك مثقال از بان يا ميوه آن را با عسل بخورند به شدت قي مي كنند و اسهال آور است .
اندام هاي دفعي :يك مثقال از دانه بان را با عسل بخورند بلغم خام خارج مي شود و اگر فتيله را با روغن بان بينداينند و بردارند بلغم خام را بيرون مي راند.

حب القلقل

سفيدش بزرگ تر از كاجيره است .تماماً مستدير نيست .
مغزي دارد چرب و خوشمزه .بعضي گويند دانه انار بياباني است .
مفاصل :تن هاي سست را توان مي بخشد .
خاصيت :در روغن جوشيده اش سبك تر است .
آرايش :فربهي مي آورد .
سر :سردرد مي آورد و به ويژه اگر آن را مزه آب انگور غليظ كهنه كنند .
اندام هاي غذا :زياد خوردنش امتلا مي آورد ،قي و اسهال بدنبال دارد .
اگربا تبر زد و شكر و عسل بخورند زود هضم تر است .
درروغن جوشيده اش بهتر است .دانه ريزش سوزش بسيار به معده مي دهد.

# حناء

ديسقوريدوس گويد :حماء درختچه اي است كه برگهايش بالاي شاخه ها قرار گرفته و به برگ زيتون شباهت دارند . ليكن از برگ زيتون بهتر و نرم تر و سبزرنگ تر است .
گل حناء سپيد است ،به گل اشنه مي ماند و بوي خوش دارد .
تخم حناء سياه و شبيه به تخم گياهي است كه آن را ياس كبود مي خوانند .
مزاج :سرد و خشك
خاصيت :داراي نوعي گدازندگي و گيرندگي است . خشك مي كند ولي آزار نمي رساند و تحليل مي برد .بادشكن است و دهانه رگ ها را باز مي كند.روغن حنا بسيار گرمي بخش و نرم كننده است .
آرايش :حنا و آب كندس را بر مو بمالند مو را سرخ رنگ مي كند .
دمل و جوش :آب پز حنا در علاج ورم گرم ، بلغمي و ورم پره بيني مفيد است و مي خشكاند .
زخم و قرحه :آب پز حنا را بر سوختگي بپاشند مفيد است .
مفاصل :درد پي ها را تسكين مي دهد . در مرهم فلج و كشيدگي مفيد است .
روغن حنا خستگي را از بين مي برد . پي ها را نرمش مي بخشد و در شكستگي استخوان مفيد است .
سر :حنا و سركه را بر پيشاني مالند سردرد تسكين مي يابد .
حنا و سركه در علاج زخم دهان و جوش هاي زبان و پيرامون زبان مفيد است .سينه :داروي ورم داخلي حجاب و در مرهم خناق وارد است .
اندام هاي دفعي :درد زهدان را درمان مي كند .

خار مصري

مزاج :سرد و خشك
خاصيت :خشكاننده است و نزله ها را قطع مي كند .
زخم و قرحه :بيخ آن و به ويژه تخمش در مداواي زخم ها بسيار مؤثراست .
سينه :براي ورم گلو مفيد است .
اندام هاي غذا :براي ورم معده سودمند است .

خانق النمر

ديسقوريدوس گويد :شاخه هاي اين گياه باريك و بلند و به زحمت كوبيده مي شوند و برگش شبيه برگ لبلاب و از آن نرم تر و نوك تيزتر است و بوي گران دارد .
خاصيت :برگ اين گياه را با پيه مخلوط كنند و با نان بپزند گرگ و سگ و روباه از اين نان بخورند فوراً نيروي خود را از دست مي دهند و مي ميرند .
نبايد اين دارو را در بيرون و درون تن بكار برد .
زهرها :سم قاتل است .گويند اگر نزديك كژدم ببرند مي ميرد .

## خرماي تر

مزاج :گرم و تر است .
خاصيت:خوني كه از خرماي تر بوجود مي آيد .بيم زود گنديدنش مي رود ،بد است و علاجش با بادام و گلنگبين است و بايد قبل از خوردن رطب كاهو خورند و بعد از خوردنش سركه و سكنجبين بنوشند .
اندام هاي غذا :با معده سرد سازگار است .
نفس :به زيان حنجره و صدا است .
اندام هاي راننده :ملين است و گوهر آب پشت را فزوني مي دهد .

خرچنگ دريايي

خاصيت :سوخته اش از هر سوخته ديگر لطيف تر است .
آرايش :سوخته اش دندان را پاكيزه نگه مي دارد و لكه هاي سياه و كك و مك را از رخساره مي زدايد .
قرحه :سوخته اش زخم چركين را خشك مي كند و در گري سودمند است .
چشم :اشك را مانع است و همراه نمك بسايند ناخنه را از بين مي برد .
فتيله از آن بسازند و بر پلك بمالند گري پلك را از بين مي برد و در جلا دادن چشم بسيار سودمند است .

خسك ـ سه كوهك

دو نوع خسك هست . اولي برگش به برگ خرفه مي ماند و از آن باريك تر و دومي نمناك است كه در جاهاي مرطوب و كنار آب ها مي روید .
مزاج :هر دو نوع خار خسك سرد و خشكند .
خاصيت :از آنجا كه گيرنده و رساننده و نرمش دهنده است ريزش مواد را باز مي دارد .
دمل و جوش :مانع ورم گرم و ريزش مواد است و براي ورم هاي گلو داروي خوبي است .
زخم و قرحه :خسك آميخته با عسل در علاج زخم گنديده و بازرويانيدن گوشت سودمند است .
سر :در علاج قرحه هاي گنديده لثه مفيد است .
چشم :آبش را در چشم بچكانند خوب است .
اندام هاي تنفسي :ورم هاي پيرامون گير ماهيچه گلو را معالجه مي نمايد .
شهوت انگيز ، خرد كننده سنگ گرده و آبدان است .
افشره اش تأثير خود او را دارد ،در علاج عسرالبول و قولنج مفيد است .
زهرها :پادزهر مارگزيده و سم هاي كشنده است .آب پزش كك را از بين مي برد

خّنثي

برگش همچون برگ گندناي شامي و ساقه اش صاف و بر سر ساقه گل است و ثمرش دراز و مستطيل چون بلوط و تند مزه است .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :خنثي و به ويژه بيخش زداينده و گدازنده است .
آرايش :اين گياه و به ويژه خاكستر بيخش داروي كم مويي و بيماري خوني مي باشد و اگر خاكسترش را بربهك بمالند و در آفتاب بنشينند مفيد است .
ورم و جوش :ضماد بيخش كه با درد آب انگور كهنه باشد در علاج قرحه چركين و بدخيم مفيد است .
مفاصل :داروي سستي ماهيچه و درد استخوان است .
سر :افشره اش را تنها يا با عسل و آب انگور كهنه و مر مخلوط كنند چرك و ريم را از گوش مي زدايد و اگر در گوش عكس طرف دندان دردمند بچكانند درد دندان تسكين مي يابد .
چشم :افشره بيخش براي چشم مفيد است .
نفس كش :در علاج پهلو درد و سرفه مفيد است .
بيخش را كه با آب انگور كهنه بر پستان ورم كرده بگذارند سودمند است .
اندام هاي غذا :درعلاج يرقان بد نيست .
اندام هاي راننده :بول و حيض را ريزش مي دهد .ثمر و گلش را با آب انگور كهنه بخورند مسهل است .بيخش را با درد آن بر ورم بيضه بگذارند مفيد است .
زهرها :پادزهر نيش حشرات است .
ثمر و گلش را با آب انگور كهنه بخورند در نيش كژدم و هزار پا بسيار مفيد است .

## خولنجان

تكه هايي پيچيده ، به رنگ سرخ و سياه ، تند مزه ، خوشبو ، سبك وزن و ره آورد چين است .
ماسرجويه گويد : خولنجان و خسرودارو يكي است .
مزاج : گرم خشك .
خاصيت : لطيف و بادشكن است .
آرايش : دهان را خوشبو مي كند .
اندام هاي غذا : با معده سازگار است و خوراك را هضم مي كند .
اندام هاي راننده :درعلاج قولنج و درد گرده مفيد و در غريزه جنسي كمك مي كند .

## خيار چنبر

تخمش از تخم خيار بهتر و نارسيده تر باشد لطيف تر و بهتر است .
مزاج :سرد و تر .
خاصيت : صفرا و گرمي را خاموش مي كند .
ورم و جوش :برگ آن را با عسل بيندازند و بر جوش هاي (شري ) بلغمي بگذارند مفيد است .
نفس كش :غش كرده گرم مزاج آن را ببويد به هوش مي آيد و نشاط از سر مي گيرد .
اندام هاي غذا :براي معده خوب است و تشنگي را دفع مي كند اما كمتر به خوبي هضم مي شود .
اندام هاي راننده :بول را ريزش مي دهد . شكم را نرم كند . درد اطراف ذكر و ميان ران ها را تسكين مي دهد . با آبدان سازگار است .
زهرها : برگش در علاج سگ هار گزيده مفيد است .

## خيار شنبر

دو نوع خيار شنبر هست يكي كابلي و دومي بصرائي .
بهترينش آن است كه از ني به دست مي آيد و درخشنده و چرب تر است .
مزاج :تر است و حرارت و سردي معتدل دارد .
خاصيت : تحليل بر و نرمش بخش است .
ورم :علاج ورم هاي گرم درون است و اگر با آب تاجريزي بدان غرغره كنند آماس گلو را فرو مي نشاند .بر ورم سخت بمالند مفيد است .
مفاصل :ماليدنش بر پوست درد نقرس و مفاصل را از بين مي برد .
سينه :اگر با آب گشنيز تر و لعاب اسفرزه بر گردن و سينه بمالند و بدان غرغره كنند در علاج خناق مفيد است .
اندام هاي غذا : تنقيه كبد مي كند ، در علاج يرقان و درد كبد سودمند است .
اندام هاي راننده :ملين است . مراره سوخته را بيرون مي آورد و اسهالي بي آزار مي دهد .

آب

آب هاي ناپسند عبارتند از :آبهاي راكد ، آبهاي مرداب ها ، آبهاي بد مزه و بدبو،آب هاي تيره ، پرمايه و سنگين وزن ، آب هايي كه زود سنگ مي شوند ، آب هايي كه پرده اي بر آن نمودار است و چيزهايي بيگانه را بر آن مي بينند .
گزند آب هاي بوره اي بوسيله ي :شير ، آب انگور ، كهنه ، نشاسته ، و آب انگور كهنه رقيق ريحاني و همانند آن ،سنجد خام ،خيار نارسيده ، سبزيهاي لطافت بخش و ادراري دفع مي شود .
چاره آب پرمايه و تيره رنگ با لطافت بخش هايي چون :سير، پياز، گندنا است و اگر بعد از آن آب انگور كهنه بنوشند يا با آن مخلوط كنند آسيب رسان نيست .
گاهي كه آب را آب زبر گويند منظور از آن آب غليظ پر مايه يا آب بسيار زداينده است و گاهي هم آبي را كه در هنگام شستشو بسيار پاك كننده است زبر مي خوانند .آب تلخ را مي توان به وسيله ي شيريني ها اصلاح نمود .
براي دفع آب شور ، خرنوب شامي ، دانه آس ، زالزالك ، گل آزاد و قاوت بكار مي رود .عموماً آب بدخيم را مي توان بوسيله ي سركه اصلاح كرد.
مزاج :آب دريا تند و تيز است . آب بوره اي گرم و خشك است . آب مسي و آهني براي درون خوبند .
خاصيت :آب سرد براي كساني كه بنه آمده ها دارند زيان آور است . ليكن براي كساني كه جسم متخلخل دارند و براي بند آمدن هر نوع سيلان و نزيف موادي كه سبب بيماري مي شوند خوب است .
آرايش :آب دريا داروي ترك هاي ناشي از سرما است بشرطي كه چركين نشده باشند .شپش كش است ،خون بند آمده در زير پوست را تحليل مي دهد. آبهاي گوگردي در علاج بهك و برص مفيدند .
ورم و جوش :آبهاي گوگردي در فرو نشاندن ورم مفاصل و نرم كردن سخت شده ها و بركندن زگيل هاي آويز كاري هستند .
زخم و قرحه :آب صاف و زلال با قرحه سازگار نيست ورطوبت مي افزايد. نبايد آن را به قرحه نزديك كرد .
آب دريا براي خارش ،گري و قوباء مفيد است . شستشوي تن با آب گوگردي در علاج قوباء، گري و جوش هاي سعفه مفيد است .
مفاصل :آب دريا و هرآبي كه هم مزاج اوست اگر تن را در آن شستشو دهند در بيماريهاي عصب مانند لرزش ، فلج ، تخدير شدن و غيره مفيد است .

آب گوگردي نيز همچون آب دريا و درتسكين درد مفاصل ، درد سر و عصب مفيد است .
سر:آب نيمه گرم براي صرع داران خوب است و از آب گرم زيان مي بينند. بخار دريا سردرد سرد را از بين مي برد .آب مسي براي دهان و گوش سودمند است
چشم :آب كويري براي چشم بد است .
اندام هاي تنفسي :آب بسيار سرد به نفع سينه نيست .آب نيمه گرم در علاج ورم هاي گلو ،زبان كوچك و سينه مفيد است .
آب دريا را بر پستان بپاشند از آماس آن مي كاهد .آب بوره اي شايد براي شش خوب باشد .آب زاج بلوري در خون برآوردن مفيد است .
اندامهاي غذا :آب آهني با طحال و معده سازگار است و آب مسي تقريباً چنين است .آب بسيار سرد مخصوصاً براي بيماراني كه بندآمدني ها دارند ضرر دارد .
آب دريا و همانندش با معده ناجور است .بخار آب دريا در علاج استسقا مفيد است .آب بوره اي شايد براي معده مرطوب خوب باشد .
آب زاج بلوري بازدارنده استفراغ است و در اين باره اثر خوب دارد .آبي كه از گل سياه بر مي آيد گيرنده و از اين روي در منع استفراغ مؤثر است .
آب هاي گوگردي در علاج ورم ،درد كبد و طحال اثر دارند .
اندام هاي دفعي :آب دريا را در حقنه بكار ببندند درد و پيچ روده تسكين مي يابد .آب دريا را بخورند اسهال مي دهد ، اما گزيدگي دارد و بهتر است بدنبال نوشيدنش سوپ مرغ بخورند .
آب هاي زاج بلوري ضد سقط بچه و ريزش حيض است .
آب هاي گوگردي براي دفع درد زهدان سودمندند .آب بسيار سرد براي غريزه جنسي خوب نيست .شكم را بند مي آورد .
آب شور اول اسهال مي دهد و بعد بوسيله ي خشكي كه در اوست شكم را بند مي آورد .
آب هاي معدني عموماً مانع ريزش بول و حيض و بچه آوردن هستند .
اكثر آب هاي معدني شكم را اسهال مي دهند و خشكي مي آورند .مثلاً آب زاج بلوري بند آورنده شكم است و گاهي قولنج مي آورد .
آب هاي آهني و مسي براي گرده بسيار خوب و در علاج قولنج مفيدند .
آب هاي تيره سنگ كليه و مثانه پديد مي آورند .آبي كه آهن تفته را در آن بگذارند داروي خون برآوردن است .
تب ها:آب هاي گوگردي و گل آلود و آب راكد مردآب ها سبب تب مي شوند. آب غليظ تب سه در ميان مي آورد .

زهرها :مارگزيده در آب دريا بنشيند سود مي بيند و اين علاج پادزهر ساير گزنده هاي كشنده است .

آويشم(به زبان عاميانه آويشن)

گياهي است كه بيشتر مردم آن را مي شناسند .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :گدازنده و قطع كننده است .
آرايش :زگيل ها را از بين مي برد .
ورم و جوش :ضمادش با سركه داروي ورم هاي بلغمي است .
مفاصل :خوردن آن در علاج ناتواني پي ها خوب است .ضمادش با قاوت و آب انگور كهنه علاج عرق النساء مي باشد .نوشيدنش درد انتهاي دنده ها را از بين مي برد .
چشم :اگر آويشم را با غذا همراه كنند قوت چشم را نگه مي دارد و كم سويي را از بين مي برد .
سينه :سينه وشش را مي پالايد و علاج خون بر آوردن است .
آب پزآن مسكن درد انتهاي دنده هاست بشرطي كه با عسل باشد و بليسند . از قوت خشكنده اي كه دارد خون برآوردن را باز مي دارد .
اندام هاي غذا :در هضم كمك است .شربت آن سوء هاضمه را از بين مي برد .كساني كه بسيار كم اشتها هستند به اشتها مي آيند .
اندام هاي دفعي :بول و حيض را راه مي اندازد .كرم را بيرون مي راند

آس

مزه تلخ آميخته با گسي و شيريني دارد و گسي آن سبب سردي آن شده است .
برساقه آن برجستگي هايي است كه به اندازه ي كف دست و همرنگ ساقه است.اين برجستگي ها از بخش ديگر آس قوي تر است .
گسي آن در هنگام مكيدن آنقدر محسوس است كه زبان را نيشگون مي گيرد . اين برجستگي ها داراي گوهر خاكي و كمي گوهر لطيف است .
بهترين نوع آن به منظور استفاده درماني گونه اي است كه رنگش به سياهي مي زند ،به ويژه «آس خسرواني »كه در كوهساران مي روید .
بهترين نوع گل آن از نظر طبي گلهاي سپيد رنگ است .
افشره ي برگ و ميوه آس بهترين ماده درماني است . چنانچه افشره اش كهنه شود ناتوان مي گردد و كفك بر آن مي نشيند .
مزاج :داراي گرمي لطيف و سردي بر آن غالب و گيرندگي آن بيشتر از سردي است .
خاصيت درماني :اسهال ، عرق و هر نوع خونريزي و هر نوع سيلاني را بسوي اندام ها بند مي آورد . اگر تن را در گرمابه با آس مالش دهند تن را توان مي بخشد و رطوبت هاي زياد پوست را بر مي كند .
پخته آن استخوان شكسته را به هم جوش مي دهد .
سوخته آن را مي توان به جاي توتيا در خوشبو كردن بدن بكار برد .
مرهم ،ضماد ، شربت و رب ميوه آس براي جلوگيري از نوع خونريزي ( نزيف )مفيد است .
گيرندگي آس قوي تر از سردي بخشي آن است .
ارزش غذايي آن اندك است .
در بين شربت هاي دارويي جهت بند آوردن شكم ،درد شش و سرفه ، شربتي چون آس وجود ندارد .
آرايش :روغن ،افشره ، پخته شده آس و به ويژه دانه آس ريشه موها را تقويت مي كند ،از ريزش باز مي دارد و سبب بلندي و سياهي مو مي گردد .
دانه آس را اگر در كره بپزند بازدارنده عرق است و خراش ناشي از عرق را اصلاح مي كند .برگ خشكيده آس بوي بد زير بغل و پيچ و خم هاي بدن را از بين مي برد .
خاكستر آس كار توتيا را مي كند و لكه و كك و مك را مي زداید .
ورم و جوش :ورم هاي گرم و باد سرخ و مورچه و جوش و زخمها و هر نوع زخمي كه بر كف دست آيد و انواع سوختگي با آتش چاره شان آس

مخلوط با روغن زيتون است .
مفاصل :اگر ميوه آس را در آب انگور كهنه بپزند و ضماد كنند سستي مفاصل را از بين مي برد .
اندام هاي سر :خون دماغ را بند مي آورد . سبوسه را مي زدايد و زخمهاي سر را مي خشكاند . اگر آب آس را در گوشي كه قرحه دارد يا چركين است بچكانند خوب مي شود . شربت آس سستي لثه را از بين مي برد .
اندام هاي چشم :علاج درد و برآمدگي چشم است .
اندام هاي تنفسي و سينه:قلب را توان مي بخشد و خفقان را از بين مي برد.ميوه آن بوسيله ي شربتي كه دارد علاج سرفه است و اسهال را باز مي دارد. ميوه و رب ميوه اش در خونريزي ها مفيد است .
اندام هاي تغذيه :مانع سوزش در مجراي بول و سوزش مثانه است .
افشره ميوه آن بول را ريزش مي دهد و در جلوگيري از ريزش زياد خون حيض مفيد است .
آب آس شكم را بند مي آورد .
آغشته كردن تن با آب آس مانع اسهال مراري و سودايي مي شود .
اگر ميوه اش پخته شود رطوبت هاي زهدان را از جريان باز مي دارد .
ضماد آن براي علاج بواسير و آماس بيضه ها مفيد است .
آس پخته شده از بيرون آمدن مقعد و زهدان جلوگيري مي كند .
زهرها :آس و ميوه آن را اگر با آب انگور كهنه بنوشند براي علاج نيش كژدم و رتيل مفيد است .

## آزاد درخت

اين درخت معروف است و ثمري دارد كه به (نبق )شبيه است .در ري آن را درخت هليله و كنار نامند و در طبرستان آن را بطاحك خوانند . درختي است بزرگ و تنومند .
مزاج :گرم و خشك .
خواص درماني :شكوفه آن باز كننده انسدادها است .
آرايش :آب برگ و به ويژه برگ آن كه مخلوط با آب انگور كهنه باشد شپش كش است و مو را بلند مي كند .
اندام هاي سر :شكوفه اش انسداد مغز را باز مي كند .
اندام هاي تنفسي :ثمر آن براي سينه بسيار زيان آور و كشنده است .
اندام هاي غذا :ثمر آن براي معده بد است و معده را زحمت مي دهد .
تب ها :گويند اگر الياف آن را با شاه تره و هليله بپزند و بخورند تب هاي بلغمي را بكلي بهبود مي بخشد .
زهرها :اشفره شاخه هاي نازك آن كه با عسل مخلوط بشود پادزهر هر سمي است .ميوه اش شايد سم كشنده بشود .
براي بلند شدن موي سر مي توان به جاي برگ آزاد درخت ،برگ شاهدانه و آس و سدر بكار برد .

آنك

منظور از اين نام تنها سرب سياه است .سرب سياه گوهر آبي بسيار دارد که از سرما بند آمده است .
مزاج :سرد و تر است .
دمل و جوش :آنك را با بعضي از روغنها در ميان دو سنگ مخصوص سائيدن دارو مي سايند چرك و سياهي که از آن بدست مي آيد در مداواي دمل هاي گرم مفيد است آن را سرد مي گرداند .
علاج زخمهاي پليد است که قرحه هاي سرطاني را هم شامل مي شود .
برگه سرب را بر خنازير ،غده و قرحه مفاصل بگذارند و ببندند بسيار خوب است .زيرا در گدازندگي بسيار فعال است .
زخم و قرحه :سائيده آن بطريقه نامبرده و کوبيده سرب به ويژه شسته آن در علاجزخمهاي چرکي پليد ،سرطاني و مفاصل سودمند است .
مفاصل :سائيده و کوبيده سرب قرحه مفاصل را چاره مي کند و اگر بر غده مفاصل ، و مفاصل پيچيده بگذارند و ببندند بهبودي بخش است .
چشم :سوخته سرب و به ويژه شستشو داده آن رمد خشك و قرحه هاي چشم را معالجه مي کند .
اندام هاي تنفسي و سينه :سوخته ،سائيده و کوبيده سرب در مداواي قرحه هاي سينه سودمند است .
اندام هاي دفعي :سائيده نامبرده و کوبيده آن علاج بواسير است . بر کمر بستن برگ هاي آن خواب هاي پريشان را بر طرف مي کند ،شهوت جماع را فرو مي نشاند و در علاج زخمهاي قرحه هاي ذکر و بيضه ها سودمند مي باشد .

آمله

گرماي خون را فرو مي نشاند .ريشه موها را قوي مي گرداند و مو را به رنگ سياه در مي آورد .
مفاصل :براي پي ها و مفاصل مفيد است .
چشم :ديد را تقويت مي كند .
نفس و سينه :قلب را قوت و صفا مي دهد و مايه افزايش هوش و ذكاوت مي شود .
اندام هاي غذا :معده را تقويت و دباغي مي نمايد .قي را باز مي دارد ، تشنگي را فرو مي نشاند و اشتهاانگيز است .
اندام هاي دفعي :معده را نيرو مي بخشد و شهوت انگيز است . برخي برآنند كه بندآورنده ي شكم است .
مرباي آن ملين است، هيچ زحمت نمي دهد و در علاج بواسير مفيد است .

آذريون

مزاج :گرم و خشك كوبيده اش با سركه علاج كم مويي است .
خاكسترش با سركه در عرق النساء مفيد است .
ديسقوريدوس گويد :«اگر زن به آذريون دست بزند يا آن را استعمال كند فوراً سقط جنين مي كند » .
پادزهر همه سم ها است و به ويژه نيش هاي مسموم كننده .

ابرق

دارويي است از ايران و در تقويت عقل و هوش مفيد است .

ابريشم

همان حريراست و از چيزهايي است كه قلب را شاد مي كند .
ابريشم خام تا پيله است بهتر از ابريشم سوخته است و گاهي پخته شده آن را كه رنگ نكرده باشند بكار مي برند .
خاصيت درماني :لطافت مي دهد ، رطوبت را مي مكد و شادي آور است .
اندام هاي غذا :بعلت تلخي و خاصيت دباغي كه در ابريشم هست ماده دباغي دادن موجود است و از آنجا كه لطيف و خشك كننده و بي سوزش است و خشكي معتدل دارد براي بر طرف كردن تصلبات ريوي بسيار سودمند است و هر نوع از ابريشم در اين زمينه بكار مي آيد .
چشم :ابريشم را اگر سرمه كنند براي چشم مفيد است . اشك ريزي را باز مي دارد ، زخمها را خشك مي گرداند و با چشم سازگار است .
ابريشم چاقي آور است و از اعتدال مزاجي كه دارد خشك و معتدل مي نمايد .
ابريشم تقويت روح مي كند و در هضم غذا كمك مي نمايد .

# اردك

نوعي مرغ است .
مزاج :اردك از همه ماكيانها گرم مزاج تر است . سرمازده را گرم مي كند و گرماخورده را به تب گرفتار مي نمايد .
خاصيت :پيه اردك از پيه ساير پرندگان بهتر و براي تسكين درد و احساس سوزش در ژرفاهاي بدن مفيد است .گوشت اردك بادزا و چينه اش بسيار مغذ است .
آرايش :گوشتش فربهي مي آورد و پيه اش رنگ و رو را صفا مي دهد .
اندام هاي تنفسي :صدا را صاف مي كند .
اندام هاي غذا :گوشت اردك در معده زياد مي ماند و سبب سنگين شدن معده مي شود .گوشت غاز از آن سنگين تر است . بهترين و سبك ترين گوشت اردك بر معده بال اردك است .گوشت مرغان شناور اگر هضم شود از گوشت ساير پرندگان مغذي تر است .
اندام هاي دفعي :شهوت انگيز است و آب پشت را فزوني مي دهد .

ارمال

چوبي است خوشبو و رنگش به رنگ قرفه است .
آرايش :دهان را خوشبو مي كند .
دمل و جوش :ضمادش در علاج ورم هاي گرم مفيد است .
زخم و قرحه :از زياد شدن زخم مانع و چرك را از بين مي برد ،مي خشكاند زيرا خشكاننده اي است كه نمي گزد و نمي گذارد اندام ها متعفن شوند.
اندام هاي سر:مغز را توان مي بخشد ،لثه را محكم مي كند و ضد بيماري هاي دهان است .
چشم :خوردن آن در علاج رمد مؤثر است .
نفس كش و سينه :قلب و شايد درون را تقويت مي نمايد .
عموماً شكم را قبوضيت مي دهد .

ارتدبرید

ارتدبريد دارويي است به پياز دو نيمه شده شبيه كه درعلاج بواسيرمفيداست .

اردقباقي

درختي است شبيه كبر (خرنوب شامي ).ميوه اش داخل غلاف است . بويش بسيار تند است و مي كشد .
مزاج :تأثير آن از تاج ريزي و كاكنه قوي تر است .
دمل و جوش :ورم هاي دروني را معالجه مي نمايد و اگر بر ورم هاي گرم خارجي بمالند ورم را در هر حالتي باشد از بين مي برد .
زهرها :برجاي نيش زنبور بمالند فوراً تسكين مي يابد .

استرك

گويند استرك شاداب خود بخود شيره مي تراود و گاهي بوسيله ي پختن صحفش را مي گيرند .آنچه خود به خود زرد رنگ است و هرگاه كهنه شد به رنگ طلايي مي زند و اين نوع ارزش زياد دارد .
خاصيت :گيرنده و خشكاننده
سر:بعضي گفته اند گرم و خشك است و رطوبتهاي مغز را مي كشد و مغز را مي پالايد .
اندام هاي غذا :پيه خشك رطوبت معده را بر مي چيند .استرك خشك شكم را بند آورد .

اسفند

نياز به معرفي ندارد .
خاصيت :تقطيع مي كند و نرمش مي دهد .
مفاصل :محلول آن را برمفاصل بمالند درد مفاصل را از بين مي برد .
چشم :ديسقوريدوس گويد :سائيده آن را با عسل و آب انگور كهنه و زهره كبك يا زهره مرغ خانگي و آب رازيانه مخلوط كنند كم سوئي را ازبين مي برد.
اندام هاي غذا :دل بهم خوردن به دنبال دارد .
اندام هاي دفعي :بخورند يا محلولش را بمالند ادرار بول و حيض مي كند و در علاج قولنج مفيد است .

استوقدوس

گياهي است داراي پرزهاي باريك و سرخ رنگ كه به پرزخوشه جو شبيه است.برگهايش از برگ جو درازتر است و چوبهايش خاكي رنگ و همچون افتيمون بي گل است .مزه اش تند است و به تلخي مي زند .
خاصيت درماني :بوسيله ي تلخي كه در آن وجود دارد گدازنده و لطافت بخش است .
خوردن آن بندآمدگي ها را باز مي كند ، مي زدايد و اندكي قبوضيت دارد كه بدن و درون را توان مي دهد و از عفونت جلوگيري مي نمايد .
مفاصل :آب پز آن دردهاي پي و دنده ها را تسكين مي دهد .
شربت آن در مداواي بيماري هاي سرد عصب بهترين دارو است . پس لازم است كساني كه ضعف اعصاب دارند يا از سرما به بيماري عصب دچارند اين دارو را ادامه دهند .
سر :درعلاج ماليخوليا و صرع سودمند است .
اندام هاي غذا :اين دارو تشنگي آور است .
اندام هاي دفعي :مجاري بول را استحكام مي بخشد .بلغم و سودا را بيرون مي راند .

## اسفناج

نيازبه معرفي ندارد .
مزاج :سرد و تر است .
خاصيت درماني :ملين است و ارزش غذايي آن از سلمه بيشتر است .
دراسفناج قوتي است زداينده ، شوينده و صفرا را بر مي كند .شايد برگ آن معده را خوش نيايد ، پس بهتر آن است كه تصفيه شود و آنگاره بخورند .
اندام هاي تنفسي و سينه :خوردن و اندودن اسفناج براي سينه و ريه گرم و سودمند مي باشد .
مفاصل :علاج دردهاي خونين پشت است .
اندام هاي دفعي :ملين شكم است .

اشه

صمغ گياه طرثوث است و برخي آن را چسبنده طلايي مي نامند ، چه كاغذ و دفتر را با رنگ طلايي آن رنگ آميزي و زينت مي دهند .در باز كردن ، تأثيرش بحدي است كه مي تواند خون از دهانه رگها روان سازد .نيروي نرم كنندگي و خشك كنندگي هم دارد .
دمل و جوش :محلول و ضماداشه كه همراه سركه و بوره سرخ باشد در مداواي خنازير، سخت شدگي ها و تركيدگي مفيد است .
زخم و قرحه :گوشت فاسد را مي خورد ،گوشت سالم مي روياند و در علاج زخم هاي پليد سودمند است .
مفاصل :اشه آميخته با عسل يا با افشره جو مسكن درد بيماري اعصاب(سياتيك) ،پهلو درد و درد مفاصل است .
اگر با عسل و زفت باشد و ضماد كنند سختي مفاصل را از بين مي برد .اگر با سركه و بوره وروغن حنا مخلوط كنند خستگي را بر طرف مي كند .
چشم :زبري و گري پلكها را نرمش و سپيدي و جلا مي دهد .در مورد رطوبت هاي چشم سودمند است .
نفس كش و سينه :درمعالجه «ربو »تنگي نفس و تند نفسي مفيد است و بايد با عسل بليسند يا با افشره جو بخورند .
قرحه حجاب را تنقيه مي نمايد ،ازخفگي ، بلغم و زهره سياه رهايي مي بخشد .
اندام هاي دفعي :در ادرار چندان مؤثر است كه با بول خون مي آيد ، مسهل است .ضد كرم كدو است .حيض را روان مي گرداند .
بيضه ها را كه به سختي دچار شوند با اشه و سركه بمالند نرمش طبيعي را بدست مي آورند .
زهرها :اگر اشه را با مشك زمين و روغن زيتون مخلوط كنند قاتل حشرات است .

## اصطرك ،قره بخور

همان ميعه است و شيره آن را عسل لبني و قره بخور مي گويند كه اين شيره عبارتست از قطره هايي كه از درختي مانند درخت به تراوش مي كند .
بهترين نوع از ميعه سايل آن است كه بدون وسيله روان وسايل است و تراكمش چون عسل بي موم ،خوشبوي و رنگش به زردي مايل است .
اگر سياه رنگ يا خاكستري رنگ باشد نوع خوب نيست .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :رساننده ، بسيار نرم كننده ، گرمي بخش و تحليل برنده است .
دودش همانند دود كندر است و نوعي تخدير هم دارد .درشام روغن از آن مي گيرند كه مليني قوي است .
ورم و جوش :سختي هاي گوشت را نرم مي كند .
زخم و قرحه :برگري تر و خشك ماليده شود داروي بسيار خوبي است .
مفاصل :اندام هاي را توان مي بخشد ،خوردني يا ماليدني باشد ترنجيدن مفاصل را خوب مي كند .يكي از داروهاي رفع خستگي است .
سر:بخار تر و خشك آن نزله ها را قطع مي كند وبهترين علاج زكام است .
درميعه و به ويژه در روغنش نيروي بيهوش كننده (خواب گران )است .
سينه :در سرفه هميشگي و بلغم و گلو درد مفيد است .صداگرفتگي را از بين مي برد و گلو را بسيار نرم مي كند .
اندام هاي غذا :به هضم غذا كمك مي كند .
اندام هاي دفعي :ملين شكم است .خوردن شود يا بردارند بول و حيض را راه مي اندازد و سختي زهدان را نرم مي نمايد .
ميعه خشك و قبض است .

اطراطيقوس

دارويي است كه حالبي نام گرفته است .
مزاج :كمترين سردي ندارد و هيچ قابض نيست .
خاصيت درماني :تحليل برنده و سرد كننده است .
دمل و جوش :ضماد و مرهم آن ورم رگهاي پستان را فرو مي نشاند

اغلاگوني

چوبي است سخت و خالدار ،خوشبو و پوستي دارد پر نقش و نگار.
آرايش :مكيدن و آب پز آن را در دهان گردانيدن ، دهان را خوشبو مي كند.
از اغلاجون گرد مي سازند و بر همه تن مي پاشند ، تن را خوشبو مي كند.
گاهي آن را به جاي كندر مي توان دود كرد .
اندام هاي غذا :خوردن يك مثقال از چوب اغلاجون معده لزج را به اعتدال مي آورد .
مرهمش سودمند است .شيرش مستي آور و درد كبد و درد پهلو را درمان مي كند .
زخمهاي روده ها و درد شكم و روده را از بين مي برد .

# افيون

شيره خشخاش سياه است .بو كردن افيون مصري خواب آور است . گاهي از كاهوي بياباني نيز افيون مي گيرند و آنهم مخدر است ليكن مخدري است ضعيف .افيون را بر آهني سرخ شده در آتش بريان مي كنند تا رنگش سرخ شود .افيون سنگين و تند بو و ترد (زودشكن )كه در آب زودتر حل شود يا گداخته شود ،از تابش خورشيد نرم شود و چون بر شعله بگذارند چراغ را تاريكي ندهد ،بهترين
نوع است .افيون زرد كه آب را رنگ مي كند و زبر و كم بو و رنگ آن روشن است افيوني است ناخالص و از خشخاش تيغي نشاني دارد .
گاهي از كاهوي بياباني بدل افيون مي سازند كه كمتر بو دارد و شايد افيون را با صمغ عربي مخلوط كنند كه افيون اصلي نيست و چنين افيوني بسيار روشن و درخشان است .
مزاج :سرد و خشك
خواص درماني :مخدر است . ماليدن و خوردن آن آرام بخش همه دردها است .مقدار خوراكي افيون اندازه يك دانه عدس درشت است .
دمل و جوش :بازدارنده دمل هاي گرم است .
زخم و قرحه :قرحه را مي خشكاند .
مفاصل : اگر افيون مخلوط با زرده تخم مرغ برشته و به ويژه افيون مخلوط با شير را بر جاي نقرس بمالند مسكن درد است .
اندام هاي سر:خوردن يا برداشتن آن با فتيله يا بدون فتيله خواب آور است .اگر گداخته افيون مخلوط با روغن گل و مر و زعفران را در گوش دردمند بچكانند درد بر طرف مي شود ،اما پيشينيان آن را مداواي رمد بكار نمي بردند ومي گفتند به چشم زيان مي رساند .
اندام هاي تنفسي و سينه :سرفه سخت و شديد را تسكين مي دهد .
اندام هاي غذا :اگر از گرما و رطوبت ، معده سست گردد افيون آن را دباغي مي كند و جمع مي آورد .
اندام هاي دفعي :بند آورنده اسهال است و از خراشيدگي و قرحه روده جلوگيري مي كند .

## افيوس

افيوس حدقي چيزي است كه به كره چشم مي ماند .
مزاج :بنا به گفته ي جالينوس سرد و خشك است .
خاصيت درماني :اگر بر زهار كودك بمالند بر آمدن مو را به تأخير مي اندازد .
اندمان غذا :ميوه آن در مداواي يرقان سودمند است .

افيميدون

خاصيت درماني :بشدت سردي مي دهد و رطوبت آبي زياد با خود دارد .
اندام هاي سينه :برجستگي پستان را حفظ مي كند .
اندام هاي دفعي :گويند هر كس بخورد عقيم مي شود .

اقريطس ،گل جزيره كرت

گوهري هوايي بسيار دارد .با ساير گلها هم كنش و از آنها كم توان تر است. زداينده بي سوزش است .حواس را ناتوان مي كند .
چشم :علاج جوش و سرخي و خارش پلكها است .
اندام هاي دفعي :گويند زايش را آسان مي كند و باردار‌ان اگر بر شكم ببندند نگهدار جنين است .

آككرا

اكثراً بيخش را به منظور دارويي بكار مي برند .
بهترينش رگي است كه به ستبري انگشت و بسيار زبان سوز باشد .
مزاج :كساني كه جاي باور نيستند مي گويند سرد و لطيف است در صورتي كه گرم و خشك است .
خاصيت :بجوند بلغم را جذب مي كند .اگر با روغن زيتون مخلوط باشد و بدن را با آن بمالند از گرمي كه در اوست عرق بدن را ريزش مي دهد .
آرايش :با روغن زيتون عرق ريز است .
مفاصل :تن را با آن يا با آب پز آن يا با روغنش بمالند ،در علاج سست عصبي هميشگي ،كرخي عصب مفيد است و كزاز را باز دارد .
سر :بندآمدني هاي پالايشگاه و بيني را به خوبي باز مي كند ،آب پزش داروي درد دندان و به ويژه علاج درد سرد دندان است .بيخش را در سركه بجوشانند و در دهان بگردانند دندان لق را استوار مي كند .
تب ها :مقبل از آمدن تب لرز بيخ آن را با روغن زيتون مخلوط كنند بر بدن بمالند مانع تب لرزه مي شود و گروهي مي پندارند كه ضد هر لرزشي است .

اوسيه

نوعي نيلوفر هندي است و مزاجي گرم و خشك دارد

## اورمالي ،عسل دارو

روغني است بسيار گرم و پر مايه چون عسل و از عسل غليظ تر .در اصل شيره اي است كه از ساقه درختي كه در تدمر مي روید به دست مي آورند ،از آن شيره روغن مي گيرند ،آن را با روغن گل آن درخت مخلوط مي كنند و آن را اورمالي و روغن عسل هم مي نامند .هر چه صاف تر و پر مايه تر و كهنه تر باشد بهتر است .

مزاج :گرم و تر و گرمي آن بيشتر است .

زخم و قرحه :هم ضماد و هم ماليدن آن گري چركين را درمان مي كند .

مفاصل :درد مفاصل را بر طرف مي كند .

اندام هاي سر:سستي زا و خواب آور است .

چشم :در چشم بكشند تاريكي چشم را از بين مي برد .

اندام هاي دفعي :كسي كه آن را به قصد اسهال مي خورد تا فرجام كار نبايد به خواب رود .

اوبوطيلون

گياهي است كه به كدومي ماند .
زخم و قرحه :گويند در معالجه زخم هاي تر بهترين دارو است . مرحمش زخم ها را بهم مي آورد و جوش مي دهد .

انجدان رومي

مزاج :تخم و بيخش گرم و خشك است .
خاصيت :بازكن و بادشكن و تحليل برنده است .
اندام هاي غذا :رساننده و هاضم است .بادها و به ويژه باد معده را از بين مي برد و معده را تقويت مي كند .
اندامهاي دفعي :كرم و كرم كدو را از بين مي برد .تخمش در ريزش دادن بول و حيض بسيار مؤثر است .
زهرها :پادزهر هر نيشي است .

اندر

دارويي است كرماني ،هوش و ذكاوت را افزايش مي دهد .

اناگير

دو نوع است گل زرد مي دهد و ديگر گلش آسماني رنگ است .
زخم و قرحه :هر دو نوع در مداواي جراحات و باز داشتن از آماسيدن مفيدند .خار و پيكان ها را بيرون مي كشند . از انتشار زخم جلوگيري مي كنند .اگر با آب هر نوعي از آن غرغره كنند يا به بيني بكشند ، بلغم هاي سر سرازير مي شود و درد دندان تسكين مي يابد .
اندام هاي دفعي :با آب انگور كهنه خورده شود درد كليه را بر طرف مي سازد .
به عقيده بعضي آنچه گلش كبود رنگ است برآمدگي هاي اطراف مقعد را معالجه مي نمايد و آنچه گل سرخ مي دهد برآمدگي هاي نامبرده را افزايش مي دهد .
زهرها :با آب انگور كهنه خورده شود پادزهر مار است .

## انگور

انگور سفيد ارزنده تر و انگوري كه چيده شده و دو روز يا سه روز از چيدنش گذشته بهتر است .
مزاج :پوسته انگور سرد و خشك و دير هضم است . مغزش گرم و تر و دانه اش سرد و خشك است .
خاصيت : انگور تازه چيده بادآور است .اگر آن را آويزان كنند تا پوستش خوب پژمرده شود غذاي خوب مي دهد و معده را توان مي بخشد . در تغذيه خوب و در كم زياني با انجير برابر است هر چند غذاي انجير از انگور بيشتر است مويز دوست كبد و معده است .
اندام هاي غذا :انگور و مويز همراه دانه داروي دردهاي روده است .

انار

انار شيرين سرد و تر و انار ترش سرد و خشك است .
خاصيت :انار ترش صفرا را بر مي كند .جريان زائده ها را به درون راه نمي دهد .
ورم :انار دانه و عسل را بر كژدمه بمالند مفيد است .
زخم و قرحه :دانه انار و عسل را بر قرحه پليد و زبر بماليد مفيد است .
كاسبرگ انار و به ويژه سوخته آن و گلنار از گرمي كه دارند زخم را بهم مي چسبانند .
چشم :افشره انار ترش با عسل داروي ناخنه است .
سينه :انار ترش سينه و گلو را زبر مي سازد .هراناري در علاج تپش قلب مفيد است و قلب را جلا مي دهد .
اندام هاي غذا :همه انواع انار كيموس خوب دارند و انار ميخوش براي معده از همه بهتر است و التهاب معده را فرو مي نشاند .انار شيرين با معده سازگار است .
اندام هاي راننده :انار ترش و شيرين هر دو بول را ريزش مي دهند .
تب ها :انار ميخوش در تب ها و التهابات مفيد است . انار شيرين اكثراً تب داران گرم را زيان مي رساند

# انجير

انجير خوب دردرجه اول سفيد و بعد سرخ و بعد سياه است .
انجير خوب رسيده بسيار خوب و كم زيان است .انجير خشك كنش خوب دارد و ليكن خوني كه از آن به وجود مي آِيد خوب نيست و به اين علت است كه تنها خوردنش شپش زياد مي كند . اما اگر با گردو و يا بادام بخورند كيموس خوب مي دهد .
مزاج :انجيرتر گرم و بسيار تر و آبكي است .انجير نارس زداينده و سردي بخش است .
انجير خشك گرم و لطيف است .
خاصيت :انجير خشك و به ويژه تند مزه آن بسيار زداينده ، رساننده و گدازنده است .انجير پر گوشت بيشتر رساننده است و چسبندگي و تكه كنندگي و لطافت بخشي هم دارد .
انجير وحشي از انجير باغي تند مزه تر و قوي تر است .انجيز بادزا است .
آرايش :انجير نارسيده را بر پوست بمالند يا ضماد شود ، در علاج خال ها ، زگيل مانندها و لك و پيس مفيد است .داروي ورم گرم و سست است .
دمل را مي رساند و به ويژه اگر با زنبق و نطرون يا با آهك و پوست انار باشد داروي كژدم است .
ورم و جوش :انجير را با آرد جو بپزند و ضماد كنند ورم سخت را نرم مي كند .
انجير را آب پز كنند و در گلو گردانند (غرغره )ورم گلو را از بين مي برد .
انجير پخته و پوست انار داروي ورم بناگوش است .
انجير و پانيذ علاج كژدمه است . انجير خشك و شيرين براي ورم كبد و طحال زيان آور است .
زخم و قرحه :افشره برگ انجير زخم آور است .آب پز انجير را با كف خردل بر خارش بمالند مفيد است .برگ انجير داروي بيماريها ي ويروسي پوستي و جوش هاي ( شري )را علاج است .
مفاصل :انجير نارسيده و برگ انجير و برگ خشخاش را با هم ضماد كنند و بر پوست استخوان بگذارند مفيد است .
سر :انجير تر و خشك در صرع مفيد است .آب پز انجير را با كف خردل مخلوط كنند و در گوش بچكانند صداهاي گوش را مي خواباند .
افشره شاخه انجير قبل از آنكه برگ از آن سر بزند يا شيره انجير بر دندان كرم خورده سودمند است .
ضماد انجير ورم بناگوش را علاج مي كند .انجير نارسيده خشك شود و بكوبند و گردش را بر قرحه سر پاشند سود بينند .

چشم :شيره انجير مخلوط با عسل در مداواي تيرگي چشم مرطوب ،اول آب به چشم آمدن و كلفت شدن طبقات چشم مفيد است .
ماساژ دادن پلك چشم با برگ انجير زبري و گري پلك را از بين مي برد .
سينه :انجيرتر و خشك زبري گلو را از بين مي برند .انجير شير پستان را ريزش مي دهد ،سرفه مزمن را علاج است و در مداواي ورم شش و نازك ني مفيد است .
اندام هاي غذا :انجير راه بندان هاي كبد و طحال را مي گشايد .
انجير خشك تشنگي آور است.اگر با خاراگوش باشد داروي استسقا است.
خوردن شربت انجير به نفع معده است و اشتهاي خوراك را كاهش مي دهد .
انجير خشك كه زدايندگي دارد براي كبد و طحال آماس كرده زيان دارد .
انجير نمي گذارد مواد ناجور به سوي روده راهي شوند .افشره برگ انجير دهانه رگهاي پيزي را باز مي كند . انجير تر ملين و كمي مسهل است . به ويژه اگربا بادام كوبيده خورند مسهلي ملايم است و سفتي زهدان را نرم مي كند.شيره انجير را با زرده تخم مرغ بردارند زهدان را مي پالايد ، حيض و بول را راه مي اندازد .خوردن انجير يا شنبليله زهدان را تقويت مي كند و جمع مي آورد .با فيجن و انجير و به ويژه با شيرش حقنه كنند پيچ و درد روده را درمان مي كند و ريگ را از گرده بيرون مي آورد .
زهرها :شيرش را بر نيش كژدم و رتيل بمالند مفيد است .
انجير نارسيده يا برگ سبز انجير را بر گزيده سگ هار بگذارند مفيد است .
ضمادش كه با گاودانه باشد پادزهر دندان راسو است .
خاكستر آب مكرر چوب انجير خورده شود يا ماليدني باشد پادزهر نيش رتيل است .

الوا

افشره منعقد شده اي است به رنگ ميانه سرخي و زعفراني و چندين نوع دارد: اسقوطري ،عربي و سمنگاني . بعضي گويند گياهش همچون زنجفيل شامي است كه اشتباه است . بهترينش اسقوطري است كه آبش چون آب زعفران و بوي مر دارد .درخشنده ، زودشكن و بدون ريگ باشد .
مزاج :خشك و گرم .
خاصيت :گيرنده و خشكاننده بدن و خواب آور است .
آرايش :الوا و عسل علاج اثر ضربه و شفا بخش كژدمه چركين است .
الوا و آب انگور كهنه را برسر بمالند از ريزش مو جلوگيري مي كند .
ورم و جوش :اگر با آب انگور كهنه يا عسل باشد در علاج ورم پس و پيش (مقعد و ذكر)و ورم ماهيچه هاي پهلوگير زبان بسيار مفيد است .
زخم و قرحه :قرحه هاي سر سخت را دوا مي كند بيني ،دهان يا ناصور باشند .
مفاصل :داروي درد مفاصل است .
سر :سر را زائده هاي صفرايي مي پالايد .الوا و روغن را بر پيشاني و گيجگاه بمالند سردرد را از بين مي برد .الوا و روغن گل در علاج قرحه بيني و دهان و كوفتگي گوش و آماس ماهيچه هاي پيرامون زبان خوب است . به شرطي كه با آب انگور كهنه يا عسل باشد و بر پوست بمالند .
چشم :الوا در علاج قرحه و گري و درد چشم و خارش گوشه چشم و در خشكانيدن رطوبت چشم بسيار مفيد است .
اندام هاي غذا :خوردن دو قاشق الوا با آب سرد يا ولرم معده را از زائده هاي بلغمي و صفرايي پاك كرده و اشتهاي تباه و دروغين را رد مي كند .
سوزش و التهاب زبان كوچك كه ناشي از گرمي زرداب معده باشد چاره اش با الوا است .
بندآمده هاي كبد را باز مي كند ليكن به زيان كبد است و از اسهالي كه مي دهد داروي يرقان است .
اندام هاي راننده :خوردن آن با آب گرم اسهال مي آورد . اگر با آب عسل بخورند بلغم و صفرا را بيرون مي آورد .الوا با هر داروي مسهلي باشد معده را از زيان حفظ مي كند . بهترين و سالم ترين
مسهل براي معده است .الواي شسته كمتر اسهالي است اما براي معده سودآورتراست با عسل كه باشد از قوتش مي كاهد و اسهالش از جذب كردن نيست بلكه با هر چه برخورد كند بيرون مي آورد .خالص كه خورده شود اثرش از كبد خارج نمي شود و به معده نمي رسد .خوردن الواي عربي افسردگي مي آورد ،درد و پيچ روده و اسهال به دنبال دارد .در

روزهاي سرد خوردن الوا خطرناك است .شايد اسهال خوني بدهد .مخلوط آن را با آب انگور كهنه شيرين بر بواسير برآورده و ترك هاي لبه پيزي بگذارند مفيد است.خونريزي پيزي را قطع مي كند .ورم مقعد را درمان مي كند .شفاي ورم ذكر است به شرطي كه با آب انگور كهنه و عسل باشد و بر ورم بمالند .

الماس

بعضي گويند سرد و خشك است و ديگران بر اين عقيده اند كه گرم و خشك است .
خاصيت درماني :بسيار زداينده است و به عقيده ديسقوريدوس سوزنده و عفونت آور است .
آرايش :در جلا دادن دندان بسيار فعال است .
اندام هاي سر :بعضي عقيده دارند كه گذاشتن الماس در دهان دندانها را مي شكند ، و در اين زمينه دو رأي دارند .گويند خاصيت الماس دندان شكني است ،يا اينكه در جايي كه الماس هست مارهاي سمي بسيار است .
اندام هاي دفعي :بعضي گفته اند : اگر دانه اي از الماس را بر سر پمپي بوسيله ي سقز رومي بچسبانند و پرتاب كنند و به مثانه برسانند سنگ مثانه را خرد مي كند كه نظريه اي بعيد بنظر مي رسد .
زهرها :الماس سم قاتل است

بابونه

گياهي است كه گلهايش به رنگهاي زرد ،سفيد و ارغواني يافت مي شود و گياهي است مشهور و شناخته شده .
ازبرگ و گل بابونه قرص مي سازند و ساقه آن را مي خشكانند و نگاه مي دارند. اكثراً در زمينهاي خشن و نزديك به كناره هاي زمين مي روید .در بهار كنده و جمع آوري مي شود .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت درماني :باز كننده است ، غليظ را لطيف مي نمايد ،سستي مي آورد ، گدازنده است با كمي جذب يا اصلاً جاذب نيست .
دمل و جوش :بوسيله ي قوت سست كنندگي و تحليل كه در آن موجود است ورم هاي گرم را فرو نشاند و تصلبات كم را نرم مي كند.خوردن آن در مداواي ورم سخت داخلي مفيد است .
مفاصل :كشيدگي را سستي مي دهد .همه اندام هاي عصبي را تقويت مي نمايد و براي رفع خستگي از هر دارويي سودمندتر است ، زيرا حرارت بابونه به حرارت جاندار مي ماند .
سر :مغز را تقويت مي كند ،در مداواي سر درد سر ، تخليه سر از مواد ناسازگار مؤثر است .زيرا مي گدازد و جذب نمي كند .زخم هاي دهان را بهبود مي بخشد .
چشم :ضماد آن جوش تركيده چشم (غرب )را شفا مي دهد و در مداواي رمد و تيرگي و جوش و خارش و حرب چشم سودمند است .
سينه :خون را ازسينه پاك مي كند و بر مي آورد .
اندام هاي غذا :يرقان را از بين مي برد .
اندام هاي دفعي :هرنوع از بابونه به ويژه بابونه اي كه گل ارغواني دارد در ادرار بول و بيرون آوردن سنگ مؤثر است .در علاج دردهاي سرد و گرم مثانه بابونه را بر مثانه مي بندند .
تب ها :براي تب هاي سبك و ورم هاي گرم دروني كه هنوز به طور كامل نرسيده باشند سودمند است . اما در تب هاي بسيار شديد و در ورم هاي گرم تمامي رسيده اثري ندارد .
بابونه چشم گاو يا اقحوان
به قول ديسقوريدوس :برخي از مردم ، اقحوان را اماريون ، برخي قورينبون و گروهي ازقسمون مي نامند .
اقحوان دو صفت دارد :زرد مايل به سرخي و سفيد .نوع سفيدش قوي تر است .
گياه آن داراي چوبهاي نازك است ، گل آن سفيد و مدور و وسطش زرد

است . بويي سنگين دارد و مزه اش به تلخي مي زند،گل اقحوان به گل مرو مي ماند. تند مزه و تند بو است .
خاصيت درماني :گرمي بخش ، رساننده علاج انواع انسداد است و نوع سرخ رنگ آن قابض و مانع سيلان است . تحليل مي برد ليكن در گيرندگي و خشكانيدن از گدازندگي قوي تر است .
اقحوان عرق آور است و اگر روغنش را بر اندام بمالند عرق مي آورد .
تحليل برنده و لطافت بخش است و همه رگها را باز مي كند .
اندام هاي سر:خواب آور است و بو كردن تازه آن سبب خوابيدن مي شود.
روغن اقحوان درد گوش رادرمان مي كند .
مفاصل :در مداواي پيچش ، پي ، پارچه پشمي را در اقحوان آب پز شده مي خيسانند و بر جاي دردناك مي گذارند مفيد است .
دمل و جوش :ورم گرم معده و خون بند آمده در معده را از بين مي برد و در علاج ورم هاي سرد نيز مفيد است .
زخم و زخم هاي چركي :در مداواي ناصور و قرحه هاي پليد و بركندن خشك ريشه و علاج زخم هاي پي مفيد است .
اندام هاي تنفس و سينه :اگر خشك شده آن را با سكنجبين و نمك بخورند در علاج «ربو »مفيد است .
اندام هاي غذا :براي فم المعده بد است ليكن چيزهايي را كه با معده سازگار است و بسوي معده مي آيند تحليل مي برد و مي خشكاند و خون بند آمده داخل معده را آب مي كند .
اندام هاي دفعي :شديداً ادرار آور است .اگر با عسل آب باشد خون منعقد در مثانه را حل مي كند . گل اقحوان اگر با عسل آب خورده شود سنگ مثانه را خرد مي نمايد .
شكوفه اقحوان و استعمال روغن آن در نزد زنان بول و حيض را ريزش مي دهد .استعمال روغن اقحوان نيز مدر است و سفتي زهدان را از بين مي برد و آن را باز مي كند .
روغن آن سودا و بلغم را بيرون مي دهد و در علاج ورم هاي گرم لبه مقعد و تركاندن بواسير مفيد است . در علاج ترك هاي آب ريز و قولنج و درد مثانه و سفتي طحال مفيد است .

بار سرو

ضماد آن در علاج فتق و ورم ها سودمند است .

بارزد (قنه )

ديسقوريدوس گويد :قنه انگم گياهي است كه به خيزران مي ماند و در سوريا يعني در شام مي رويد.بعضي آن را (مكانيون )گويند .نوع بهتر متراكم تر است كه به كندرشبيه است و با دست خرد مي شود .
مزاج :گرم و خشكاننده است .
خاصيت :نرمي بخش ، تحليل برنده ، بادشكن ، گرمي بخش و التهابي و جاذب است و از آن داروهاست كه شايد گوشت را تباه سازد .
آرايش :جوش هاي عدسي را قطع مي كند .
ورم :داراي خنازير است .
قرحه :با سركه بر زخمهاي شيري بمالند خوب است .
مفاصل :در علاج خستگي و كزاز و ترنجيدن ماهيچه مفيد است .
سر :داروي سردرد است . صرعي دار آن را بو كند بهوش آيد . علاج گيجي و بيهوشي است . داروي دندان درد و دندان كرم خورده است . درد سرد گوش را درمان مي كند .
اگر با روغن سوسن باشد و نيمه گرم در گوش بچكانند ورم و درد گوش را سودمند مي آيد و هيچ آزاري ندارد .
سينه :علاج برنشيت و سرفه هميشگي است .
اندام هاي راننده :در ريزش دادن حيض بسيار قوي است . اگر بردارند خفگي زهدان را معالجه مي كند .
زهرها :پادزهر تير زهرآلود ، و سم مار و كژدم است . دودش حشرات موذي را تار و مار مي كند .

بادرنگبويه

مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :در علاج همه بيماريهاي بلغمي و سودايي مفيد است .
آرايش :در خوشبو كردن دهان بسيار مؤثر است .
زخم و قرحه :داروي گرمي سودايي است .
سر :بندآمده هاي راه به دماغ را باز مي كند و بوي گند دهان را از بين مي برد .
سينه : شادي آور ، توان بخش قلب ، علاج خفقان است .
اندام هاي غذا : كمك هضم غذا است و داروي سكسكه مي باشد .

بادنجان

نياز به معرفي ندارد . تازه ترش سالم تر است و كهنه اش بد است و مزه و مزاج قليا را دارد .
مزاج :به عقيده ابن ماسرجويه سرد مزاج است . ليكن در حقيقت چون تلخي و تندي دارد گرمي و خشكي در درجه دوم غالب آمده است .
خاصيت :سبب سودا و انسداد مي شود .
آرايش : پوست را بد رنگ و سياه مي كند . رنگ را زرد مي گرداند . بادنجان كوچك همه پوست است و لكه هاي سياه صورت را سبب مي شود .
دمل و جوش :پديد آورنده ورم هاي سرطاني و سخت و جذام است .
اندام هاي سر : انسداد ، سردرد و جوشهاي دهان را بوجود مي آورد .
اندام هاي غذا : گرفتگي هايي براي كبد و طحال در بر دارد . اما اگر آن را با سركه بپزند گرفتگي كبد را باز مي كند .
اندام هاي دفعي : باعث بواسير است ، وليكن اگر دنباله هاي بادنجان را در سايه خشك كنند براي دفع بواسير خوب است . بادنجان به رواني و قبضي شكم كاري ندارد .اما اگر در روغن بپزند روان كننده و اگر با سركه بپزند قابض است .

بادام

نياز به معرفي ندارد .بادام از گردو كم روغن تر است اما گردو از بادام زود هضم تر است .
مزاج :بادام شيرين تقريباً در گرمي و تري معتدل است و كمي سوي تري مي گرايد .
بادام تلخ گرم و خشك است .
خاصيت :انگم درخت بادام تلخ گيرنده و گرمي بخش است . بادام عموماً زداينده و پاك كننده و بادكننده هست . ليكن بادام تلخ لطافت بخش است و زدايندگي بيشتر دارد و از اينرو در باز كردن قوي تر از بادام شيرين است
آرايش :بادام تلخ علاج لكه هاي سياه ،كك و مك ، اثرها و گرمي زدگي ها مي باشد .
ترنجيدگي رخساره را سر حال مي آورد.بيخ بادام تلخ را بپزند و بر لكه هاي سياه بگذارند بسيار مفيد است .خوردن بادام شيرين فربهي مي آورد .
ورم و جوش :بادام تلخ با آب انگور كهنه علاج شري است (آبله ريزهاي سرخ و آزار دهنده ).
قرحه :با عسل بر پوست بمالند مورچگي و ساعيه (ريز تر از مورچگي ) را علاج مي كند .با سركه يا آب انگور كهنه داروي بيماريهاي ويروسي پوستي يا(پوست انداختن ) و تلخ از شيرين كاري تر است .
سر :بادام و به ويژه تلخ كوبيده و سائيده داروي درد گوش و صداها و وزوزگوش است .با بادام و آب انگور كهنه سر را بشويند رطوبت و سپوسه و شوره را از ميان بر مي دارد و خواب مي آورد .
چوب درخت بادام تلخ را بكوبند تا تمام نرم شود، آنگاه با سركه و روغن گل مخلوط كنند و بر پيشاني ببندند سردرد از بين مي رود .روغن بادام تلخ هم داروي سردرد است .
چشم:تقويت ديد مي كند .
سينه :بادام تلخ با نشاسته گندم داروي خون بر آوردن است و در علاج سرفه مزمن و برنشيت و ذات الجنب مفيد است .
روغن بادام شيرين و قاوت بادام در علاج سرفه و خون برآوردن مفيد است .
اندام هاي غذا :بادام و به ويژه بادام تلخ راه بندان هاي كبد و طحال را باز مي كند .
بادام تلخ دهانه رگهاي دهان بسته را باز مي نمايد .
چغاله بادام كه با پوست باشد ديرهضم است ،كم غذاست وخلطش خوب

است .
چغاله را با پوست بخورند رطوبت معده را بر مي چيند .و اگر همراه شكر بخورند زود سرازير مي شود .
قاوت بادام شيرين بر معده گران است و زرداب را بوجود مي آورد .
اندام هاي دفعي :بادام تلخ راه بندان گرده را باز مي كند ،روغن بادام تلخ تنقيه كننده كليه و مثانه است و اگر با زنبق بخورند سنگ را خرد مي كند .
بادام تلخ و روغن زنبق و روغن گل را ضماد كنند براي كليه مفيد است .
بادام تلخ داروي درد ،ورم گرم ،سخت شدن و خفه شدن زهدان است .
علاج بي اختيري ادرار و درد گرده است .بادام تلخ را بردارند حيض را ريزش مي دهد .
بادام شيرين كه زدايندگي دارد و بادام تلخ كه از آن زداينده تر است و هر دو براي قولنج داروي خوبي هستند .
روغن بادام كه از بادام جدا شود لطيف تر و سبك تر مي شود .
زهرها :براي گزيده سگ هار مفيد است .

بارهنگ آبي

مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :گويند هيجان را فرو مي نشاند .
اندام هاي دفعي :گويند در مداواي زخم روده ، پيچش و درد روده ، درد زهدان ، سودمند و ادرار بول و حيض مي كند و در علاج فتق مؤثر است .
زهرها :پادزهر خرگوش آبي و افيون و غيره است

باقلا

باقلاچندين نوع است :آنچه ما مي شناسيم ، باقلاي مصري ، نبطي و هندي است .
باقلاي نبطي از همه قابض تر و مصري از همه رطوبتي تر است .
اگر باقلادير هضم و نفاخ نبود ، از لحاظ غذايي خوب از افشره جو كمتر نمي بود بلكه خوني كه از باقلا پديد مي آيد از خوني كه از افشره جو غليظ مي آيد پر مايه تر و قوي تر است .
بهترينش باقلاي سفيد و چاق است كه كرم زده نباشد .
بدترينش باقلاي تازه و تر است و بهتر آن است كه زياد در آب خيس شود و خوب بپزند و آن را همراه فلفل و نمك و شيره ي انگدان وسعتر و روغن هاي ديگر بخورند .
اما باقلاي هندي در اندازه اي ويژه تنها در داروهاي استفراغ و روان ساختن شكم بكار مي رود .
مزاج :تقريباً معتدل است و گرايش به سوي سردي و خشكي دارد .داراي رطوبتي بيش از لزوم است و بخصوص باقلاي تر بيش از خشك آن تر مزاج است .
باقلاي تربارطوبتي كه دارد و با سردي كه در آن هست مي تواند كشنده باشد . و آنهايي كه مي پندارند سردي باقلا در درجه دوم است زياده روي كرده اند .
خاصيت :اندكي زداينده و بسيار نفاخ است . اگر خوب بپزند ولي نه همچون افشره جو باشد و در وقت پختن چندين بار آب آن را عوض كنند حالت بادزايي را از دست مي دهد .
اگر باقلا را پوست بكنند و مغزش را در ديگ بسايند و حركت ندهند بادزايي آن كاهش مي يابد .
باقلاي در روغن جوشيده كم باد است وليكن دير هضم تر هم هست .
نپخته باقلا با پوست ، بادش بسيار است و شايد آرد آن كم بادتر باشد .
باقلاي نبطي قابض است و پوستش از همه اجزايش قابض تر است و زداينده نيست .
باقلاي مصري از همه انواع باقلها قبض تر و زداينده تر است و گوشت سست ايجاد مي كند و خلط هاي غليظ مي آفريند . ولي بقراط باقلاي مصري را به خوبي تغذيه ستوده و آن را مايه بهبودي مي داند .
اگر باقلا را به دو نيم كنيم و بر جاي نزيف بگذاريم خون بند مي آيد .
اگر مرغي از باقلا تغذيه كند و كسي تخم آن مرغ را بخورد خوابهاي پريشان مي بيند .

باقلاخارش با خود مي آورد به ويژه باقلاي سبز بسيار خارش آور است .
آرايش :پوست باقلا را بر مو بگذارند نرم و نازك مي شود .
باقلا و به ويژه اگر با پوست باشد بهكلك و پيس را از صورت مي زدايد و لكه هاي سياه و نقطه ها را از بين مي برد و رنگ و روي را زيبا مي كند .
دمل و جوش :ضماد باقلا با آب انگور كهنه آماس بيضه را فرو مي نشاند .
زخم و قرحه :درعلاج قرحه ماهيچه مفيد است .
مفاصل :در مداواي ترنجيدن ماهيچه و ضماد آب پزش با پيه خوك در نقرس سودمند است .
سر :سردرد مي آورد و هر كس به سردرد مبتلا است از خوردن باقلا زيان مي بيند .
ماده اي سبز در اندرون باقلاي مصري هست كه تلخ مزه است اگر آن را بكوبند و با روغن گل مخلوط كنند و در گوش دردمند بچكانند درد از بين مي رود .
چشم :باقلا را با عسل و شنبليله ضماد كنند و بر چشم بگذارند براي پژمردگي چشم و نقطه سرخ داخل چشم مفيد است .
باقلا با كندر و گل محمدي خشيكده و سفيده تخم مرغ ضماد شود داروي برآمدگي چشم است و به ويژه اگر كره چشم برآمده باشد .
اندام هاي تنفسي :براي سينه خوب است .داروي خون برآوردن و سرفه است .اگر باقلا را با عسل و آرد شنبليله مخلوط كنند آماس گلو و لوزتين را فرو مي نشاند .
ضمادش براي آماس پستان و پنير شدن شير در پستان داروي خوبي است .
اندام هاي غذا :دير هضم است ، زود سرازير مي شود و زود بيرون مي رود .علاوه بر اين سبب انسداد مي شود .باقلاي پوست نكنده را در سركه بپزند مانع استفراغ مي شود .باقلاي هندي مؤثرترين عامل قي كردن است. اندام هاي دفعي :باقلا را با سركه و آب بپزند اگر با پوست باشد داروي اسهال مزمن است .
در مداواي خراش روده مفيد است و به ويژه باقلاي نبطي بيشتر مؤثر است و قاوت آن هم همين كنش را دارد .قاوت چنانكه هست يا شوربا شود فرقي نمي كند .
ضماد باقلا ورم رگ هاي بيضه را فرومي نشاند و به ويژه اگر با آب انگور كهنه بپزند كمترين مقدار باقلاي هندي خورده شود اسهال مي آورد .

بدل مرجان

مشهور است .سنگي است كه از دريا بيرون مي آورند و به رنگهاي سرخ ، سياه و سفيد يافت مي شود .
مزاج :سرد و خشك است .
خاصيت :گيرنده است و نزيف راباز مي دارد .خشكندگي آن بيشتر از گيرندگي و بسيار خشكاننده است .
زخم و قرحه :گوشت زيادي را از بين مي برد .
چشم :چشم را جلا مي دهد و تقويت مي كند و به ويژه اگر سوخته آن را شستشو دهند مؤثرتر است .رطوبت هاي چشم را بر مي مكد و اثر قرحه هاي چشم را از بين مي برد و در مداواي (دمعه )مفيد است .
اندام هاي تنفسي :در باز داشتن خون بر آوردن و در بيرون راندن خون مؤثر است و در اين باره سيال آن همان تأثير را دارد .و به ويژه سوخته شسته آن كه ازجمله داروهاي تقويت قلب و تسكين خفقان قلب بشمار مي آيد. اندام هاي غذا : محلول آن در علاج آماس طحال مفيد است .
اندام هاي دفعي :داروي زخمهاي روده است .

# بربالہ

اين گياه داراي ساقه بزرگ و گره دار و ناصاف و شبيه فريز است . تخم زيادي دارد .خوشبو است و زبان را مي خارد . اين گياه در ميان برگهايش و نزديك ساقه گل هاي بنفش رنگي توليد مي كند كه شبيه گل بنگ است هرچه خوشبوتر باشد بهتر است .ساقه هاي آن از اجزاي ديگرش مفيدترند .قوت آن با قوت سوسن زرد برابر و از اذخر قوي تر است .

مزاج :اين گياه گرم و خشك است و شهرت دارد كه گرمي آن بيشتر از خشكي است .

خواص درماني :تمامي اجزاي اين گياه در باز كردن و تسكين دردهاي دروني مفيد است به ويژه خيسانده آن .

مفاصل :اسارون و به ويژه خيسانده آن در مورد بيماري اعصاب(سياتيك) درد مزمن سرين بسيار مؤثر است .

چشم :اين گياه در معالجه ستبري قرنيه مفيد است .

اندام هاي تغذيه : بر باله در معالجه بند آمدگي هاي كبد و سخت شدن اين عضو بسيار مفيد و در مداواي يرقان نيز مفيد است .

اندام هاي دفعي : بربالہ با تقويت مثانه و كليه به دفع بول كمك مي كند . داراي خاصيت مسهل است .

برغست (قنابري )

مزاج :گرم است .
خاصيت :لطيف ،زداينده ، تكه كننده
آرايش :لكه هاي سياه و بهك را مي زدايد و بدون شك خوردنش يا ضماد گذاشتنش بهترين برنده وضح (لكه هاي سپيد صورت )است ، كه در ظرف چند روز اين كار را مي كند .اين دارو را عرب ها مي شناسند .
زخم و قرحه :ضماد برگش زخمهاي چركي پستان را علاج است .
سر :آبش را به بيني بكشند رطوبت هاي غليظ را علاج مي كند .
نفس كش :شش را مي پالايد و راه بندان ها را باز مي كند .
اندام هاي غذا :راه بندان هاي كبد و طحال را باز مي نمايد .
اندام هاي راننده :آبش شكم را روان مي سازد ،ضماد برغست بواسير و درد و پيچش روده را باز مي دارد و سفتي زهدان را نرم مي كند و كيموس هاي غليظ را بيرون مي راند .
زهرها :برغست پادزهر همه حشرات موذي است .

برنج

دانه اي است مشهور .
مزاج :گرم و خشك است ، برخي گويند از گندم گرمتر است .
خاصيت درماني :برنج غذاي خوبي است و كمي به خشكي مايل .اگر برنج را با شير و روغن بادام بپزند نيروي غذايي آن بيشتر و بهتر مي گردد و ديگر خشكاننده و بند آورنده نيست به ويژه اگر برنج را شبي در آب سبوس بخيسانند .
برنج به كندي سردي مي دهد و براي جلا دادن خوب است .
اندام هاي دفعي :برنج آب پز تا حدي قبض كننده است .شير برنج آب پشت را زياد مي كند و قبوضيت ندارد .مگر آنكه آن را در پوسته بسيار بجوشانند و آب آن را بخار كنند .اگر برنج را در آب سبوس بخيسانند اين قبوضيت را به كلي از دست مي دهد

برطانيقي

برخي گويند بستان افروز است و قسمي گويند غيرآن است و برگش به برگ ترشك كوهي مي ماند ولي اين از ترشك بهتر است و تقريباً سيه فام است .
خاصيت :برگ آن بسيار قابض است .
زخم و قرحه :زخم و زخم ها را بهم مي آورد.
سر :داروي جوش هاي دروني و زخم هاي كهنه دهان است و بايد در مداواي جوش هاي دهان رب آن استعمال شود كه بسيار سودمند است .

## برگ كابلي

گياه برگ كابلي كه عبارت از دانه اي هندي است دو نوع مي باشد :كوچك و كم شاخه ،بزرگ و پرشاخه .كوچك آن بهتر از بزرگ آن است .
دانه برگ كابلي را از هندوستان يا سند مي آورند .
مفاصل :دربركندن بلغم بسيار خوب است .
اندام هاي دفعي :براي راندن بلغم روده ، كرم كدو و ساير كرم ها بسيار مؤثر است .

بسپايك

بسپايك عبارت از چوبي است باريك ، خاكي رنگ ، گره دار و كمي به سياهي و سرخي مي زند يا مايل به سبز است .
شاخه هايي دارد شبيه به كرم هايي كه پاهاي بسيار دارند . مزه اش تا اندازه اي شيرين و گس است .
برخي گويند :بسپايك روي درختي در مردآب ها مي رويد . و پاره اي مي گويند بر سنگ ها نمو مي كند . بهترينش آن است كه ستبري آن به اندازه ي انگشت كوچك و رنگش مايل به سرخي باشد و در درجه دوم نوع زرد پرمايه و شاداب و ترد كه كمي تلخي و گوارايي همراه گسي دارد و مزه اش به مزه ي ميخك شباهتي دارد ،خوب است .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :گدازنده ، رساننده ، بادشكن و راننده رطوبت است .
مفاصل :ضمادش در پيچش عصب سودمند است .
اندام هاي دفعي :بدون درد دادن شكم را روان مي كند ، بلغم و كيموس آبي را بيرون مي راند . در مداواي قولنج بسپايك را در آبگوشت خروس يا ماهي يا آش حبوبات داخل مي كنند .
بيخ بسپايك را بكوبند و گرد آن را با عسلاب سبك مخلوط كنند و از آن بخورند مراره و بلغم را بيرون مي آورد .

بشام

درختي است مصري ،بو و برگش به برگ و بوي فيجن شبيه است . ليكن برگ بلسان سپيدتر است . تنه درخت بلسان به تنه درخت حضض ( فليزهره )مي ماند .از حيث تأثير درماني روغنش از دانه و دانه اش از چوبش قوي تر است .
روغن :شيره آن را بعد از طلوع ستاره دو خواهر مي گيرند .با نيشتر تنه آن را سوراخ مي كنند و هر شيره اي كه از آن تراوش مي كند بوسيله ي پنبه دانه بر مي دارند و هر ساله بيشتر از چند رطلي جمع نمي شود .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت درماني :انسداد را باز مي كند و در بيماري هاي دروني سودمند است .
زخم و قرحه :بشام و به ويژه اگر با زنبق باشد زخم را تنقيه مي كند و پوسته استخوان را بيرون مي كشد .
مفاصل :خوردنش براي مداواي يماري اعصاب و تناول پخته شده آن در علاج ترنجيدگي مفيد است .
اندام هاي سر :سر و زخم هاي سر را تنقيه مي كند ، در مداواي صرع و سرگيجه سودمند است .
اندام هاي چشم : بشام و شيره اش تم چشم را بر طرف مي كند چشم را جلا مي دهد و ديد را تقويت مي نمايد .
اندام هاي تنفسي و سينه :چوب و دانه اش درمان پهلو درد ، برونشيت شديد ، نفس تنگي ، دردسر و شش هستند .
شيره و دانه آن درمان ذات الريه سرد ، و سرفه مي باشد . همه اجزاء آن براي قسمت دروني بالايي شكم سودمند است .
اندام هاي غذا :در ضعف هاضمه مفيد است . پخته آن سوء هضم را از بين مي برد و معده را تنقيه مي كند و كبد را قوت مي دهد .
اندام هاي دفعي :مدر بول است .
درد وپيچ روده (مغص )را درمان است . بخور آن رطوبت زهدان را دفع مي نمايد و آن را خشك مي كند و چاره ساز سردي زهدان است . اگر دود آن را بركشند كليه دردهاي زهدان را از بين مي برد . پخته اش دهانه رحم را باز مي كند . اگر با روغن گل و موم مرهم شود سردي رحم را برطرف مي كند و در بي اختياري ادرار سودمند است .
تب ها :شيره اش تب لرز را علاج است .
زهرها :ضد سموم و درمان مارگزيده است و اگر شيره آن را با شير حيوان بنوشند پادزهر شوكران و به ويژه هر سموم حشرات موذي است .

## گشنيز

گياهي است شبيه خاراگوش ، ولي اين به رنگ سبز است و رطوبتي چسبنده دارد .نوعي ديگر از آن هست كه شاخه هايش از اين كوتاهتر و برگش پهن تراست. برگ آن ريز و باريك و به رنگ هاي سپيد و زرد در بهارو تابستان پيدا مي شود.
خاصيت :لطافت بخش ، بسيار بازكننده ، ضماد آن فضول را از ريزش به سوي اندام باز مي دارد .
سر :ضمادش سردرد سرد را درمان مي كند .محلول و آب پزش سالمتر است ،از بند آمدن بيني جلوگيري مي كند و علاج زكام مي باشد .
اندام هاي دفعي :سنگ كليه را خرد مي كند .درآب پزش بنشينند حيض را روان مي سازد و قرحه هاي زهدان را پاك مي كند ،خوردن و ضماد آن زهدان بهم آمده را باز مي كند و سختي زهدان را از بين مي برد .

بعل

گياهي است كه در بهاران در آب مي روید و به یونجه و شبدر مي ماند .
شاخه هایش بسیار و تخمش همانند تخم هویچ است .
مزاج :گرم است .
اندام هاي غذا :براي طحال بسیار خوب است .
اندام هاي دفعي :مدر بول است .

بکمون

همان عرفج بیاباني و از رده شیرداران و تخم آن چون سایر شیرداران آتشین و اسهال آور است .

بلوط

معروف است .بلوط قابض است و قبوضيت شاه بلوط كمتر است .
بيشتر قبوضيت بلوط از جفت آن است كه پوسته داخلي بلوط است .
مزاج :سرد و خشك است .شاه بلوط كه از شيريني برخوردار است كمي گرمي در بر دارد .برگ بلوط از بلوط قابض تر و در خشكانيدن كمتر از بلوط است .
خاصيت :در شاه بلوط زدايندگي و در همه انواع بلوط قبوضيت هست .
پايين هاي شكم را پر باد مي كند و نزيف ها را باز مي دارد و در اين زمينه برگش از همه بيشتر كنش دارد .
همه انواعش نيروبخش اندام ها مي باشد .شاه بلوط دير هضم است و نيروي غذايي بيشتر دارد.اگر با شكر آميزند نيروي غذايي آن افزايش مي يابد.
جالينوس فرمايد :بلوط تقريباً از حيث غذايي بودن به گندم مي رسد و از ساير حبوبات مغذي تر است .شاه بلوط كه شيرين است از بلوط مغذي تراست. ليكن عموماً غذايش براي آدميزاد بسيار خوب نيست .
برخي از مردمان به خوردن بلوط عادت كرده اند ولي چون از آن نان مي پزند سالمتر مي شود و زياني نمي رساند .
دمل و جوش :بلوط مخلوط با پيه بزغاله و خوك نمد سود براي گرفتگي عروق مفيد است .
ثمر بلوط در مداواي ورم هاي گرم كه نو پديد باشند مفيد است .
زخم و قرحه :مانع زياد شدن جوش هاي ساري ،(زخم دهان )زخم هاي فراگير (ساعيه )مي باشد ، كه در اين حالت بايد برگ بلوط را بسوزانند و سائيده آن را بر زخم بگذارند يا بر زخم بپاشند كه در بهم آوردن زخم ها بسيار مفيد است .
سر :چون بازدارنده بخار است سردرد مي آورد و در بند آوردن شكم نيز فعال است .
اندام هاي تنفسي :داروي خون بر آوردن است .
اندام هاي غذا :در علاج رطوبت معده مفيد است .
اندام هاي دفعي :قبض است ، در مداواي خراش و قرحه روده و نزيف خون مؤثر است و بول را فزوني مي دهد .
زهرها :پادزهر حشرات موذي است .آب پز پوست بلوط با شير گاو و پادزهر (سهام ارمني )است .مغزشاه بلوط براي هر زهري پادزهر خوبي است

بل

گويند خيار هندي است و به خيار كبر مي ماند .مزه اش تلخ و مانند مزه زنجفيل است .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :قبض است و درون را توان مي بخشد .
اندام هاي غذا :آتش معده را دامن مي زند ،در علاج قي سودمند است و يكي از داروهاي گوارشي است .
اندام هاي دفعي :شكم را بند مي آورد و باد را پراكنده مي كند

بليله

تقريباً هم مزاج آمله و مغزش شيرين و تقريباً چون فندق است .
مزاج :سرد و خشك است .
خاصيت :هم زداينده و نرم كننده است و هم قابض .
اندام هاي غذا :معده را دباغي و جمع مي كند ، سستي و رطوبت معده را از بين مي برد ، هيچ دارويي در دباغي معده به بليله نمي رسد و فوايد بسيار دارد .
اندام هاي دفعي :شايد شكم را بند آورد .بعضي گويند تنها ملين است و بس .
بليله براي روده مستقيم و مقعد بسيار سودمند است .

بنك

چيزي است كه از هند و يمن مي آورند .گويند تراشه خار مغيلان است .
زرد و سبك و خوشبويش خوب است و سفيد و سنگين آن بد است .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :اندام ها را تقويت مي كند .
آرايش :پوست را پاك مي كند .رطوبت هاي زير پوست را مي مكد . بدن را خوشبو مي كند .
اندام هاي غذا :براي معده خوب است .
سر :با عقل و هوش ناسازگار است .
خاصيت :اندام ها را تقويت مي كند .
آرايش :پوست را پاك مي كند .رطوبت هاي زير پوست را مي مكد . بدن را خوشبو مي كند .
اندام هاي غذا :براي معده خوب است .

بورك

بورك درتأثير بخشي مانند نمك است و تفاوت اين است كه بورك قوي تر از نمك است و قابض نيست .
گاهي آن را در سفالييني بر آتش بريان مي كنند .
خاصيت درماني :بسيارزداينده ،شوينده و قشرانداز است ،تنقيه مي نمايد و خلط هاي غليظ را مي برد .
آرايش :بورك را اگر برمو بپاشند مو را نازك مي كند.ضماد بورك خون را به سطح بدن مي كشاند و رنگ رخساره زيبا مي شود .بورك لاغري را علاج مي كند .ليكن اگر زياد بخورند رنگ را سياه مي گرداند .
زخم و قرحه :در زدودن چرك مؤثر و داروي خارش است . بورك و سركه علاج جرب است .
مفاصل :از بورك و داروهاي ديگر مرهم مي سازند كه بيماري فلج را به تأخير مي اندازد و به ويژه فلج سبك را از بين مي برد و داروي پيچش پي ها است .
سر :درعلاج شوره سر مفيد است .كف بورك را با عسل در گوش بچكانند در پاك نمودن و باز كردن گوش مؤثرو براي علاج كري سودمند است.
بورك مخلوط با آب انگوركهنه يا شربت زوفا صداهاي گوش را ازبين مي برد. اندام هاي غذا :براي معده بد است و معده را تباه مي گرداند .ضماد بورك با انجير استسقا را فرو مي نشاند .
اندام هاي دفعي :برداشتن (حقنه )بورك شكم را روان مي سازد . بورك را با آب انگور كهنه و زيره يا پخته فيجن و شبت بخورند درد و پيچش روده (مغص )را از بين مي برد .در رفع درد شكم عموماً از نمك مؤثرتر است .
بورك را با برخي از داروهاي ضد كرم مي نوشند ،كرم ها را بيرون آورد .
همچنين شكم و ناف را با آن مسح كنند و نزديك آتش بنشينند كرم ها را مي كشد و در اين زمينه نيز از نمك بهتر است .
زهرها :هربوركي و به ويژه بورك آفريقايي سوخته و ناسوخته و كف بورك نيز بهترين پادزهر قارچ سمي است .
در علاج گزيده سگ هاربورك را با پيه الاغ و خوك قاطي مي كنند و بر زخم مي گذارند .

بويانس

اكثراً بيخ آن را بكار مي برند . انگم و شيره اي هم دارد كه انگم از شيره قوي تر است .
بويانس را با روغن زيتون ، آبكامه ، كمي آب انگور كهنه مخلوط مي كنند و بهم مي زنند تا غليظ شود و هرچه پرمايه تر شود مفيد تر است .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :تحليل برنده است .
زخم و قرحه :از شدت خشك كنندگي كه در آن است پوسته استخوان فاسد شده را جدا مي كند و چرك زخم را از بين مي برد .
مفاصل :با اعصاب بسيار ناسازگار است .
اندام هاي تنفسي :زائده هاي غليظ را كه در سينه باشند بيرون مي آورد .
براي شش خوب است و خوردن وضماد آن داروي ريه وزخم هاي ريه است. اندام هاي غذا :اگر بويانس را بر طحال بمالند يا آن را در آب گرم حل كنند و بر طحال بمالند سختي طحال را از بين مي برد .

بوزيدان

چوبي است ره آورد هندوستان و تأثيرش به تأثير بهمن نزديك است .
بهترينش سفيد و ستبر و راه راه و زبر است .باريك و هموارش كه سفيدي آن كم باشد خوب نيست .گاهي آن را بوسيله ي (لعبه بربري )غش مي نمايند .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :نرم كننده است و لطافت بخش .
مفاصل :در مداواي درد مفاصل و نقرس مفيد است .
اندام هاي دفعي :شهوت انگيز است .
زهرها :پادزهر است .

بهمن

قطعات چوبي است كه عبارتند از ريشه هاي خشك و ترنجيده و ناهموار و برخي سفيد و برخي سرخ رنگ اند .
مزاج :گرم و خشك .
آرايش :فربه كننده .
اندام هاي سينه :براي قوت قلب بسيار خوب و در علاج خفقان مفيد است .
اندام هاي دفعي :در افزايش آب پشت بسيار مؤثر است .

به

مزاج :سرد و خشك است .
خاصيت :به و گل و رغن به قبضند و به شيرين كمتر قبض است .به دانه قبض نيست و ملين است . به دانه از جريان مواد زائد به درون جلوگيري مي كند .به عموماً توان بخش است .
آرايش :بازدارنده عرق است .روغن به داروي ترك هاي ناشي از سرما است .
ورم و جوش :روغن به بهترين داروي مورچگي است .
قرحه :روغن به در علاج زخم هاي چركي مفيد است .
مفاصل :زياد خوردن به درد اعصاب بدنبال دارد .
چشم :برشته اش را بر آماس گرم چشم بگذارند سودمند است .
سينه :افشره به در علاج نفس بلندي برنشيت و خون برآوردن مفيد است .
به دانه زبري گلو را بر طرف مي كند ،گرفتگي ريه را نرمش مي دهد .
لعاب به نيز خشكي قصبته الريه را تر گرداند .
اندام هاي غذا :از استفراغ جلوگيري مي كند ،خمار را مي زدايد ، تشنگي را تسكين مي دهد .
اگر كسي معده اش براي پذيرش زائده آمادگي دارد از خوردن به كه معده را قوي مي گرداند فايده مي بيند .به كال تقويت معده مي كند و مانع استفراغ بلغي است .
بول را ريزش مي دهد .گويند اين خاصيتش روي آورد است . شكم را بند مي آورد و قبوضيتش بي منفعت نيست .
به را با عسل بپزند بيشتر بول را ريزش مي دهد اما ممكن است بجاي قبوضيت اسهال بياورد .گاهي سبب قولنج و درد و پيچش روده مي شود .
خونريزي حيض را بند مي آورد .افشره به يا روغن به را در ذكر بچكانند سوزش مجراي بول را شفا مي بخشد .
روغن به به نفع گرده و آبدان است .
اگر با غذا به بخورند اسهال مي دهد و اگر زياد بخورند خوراك را قبل از هضم شدن بيرون مي ريزد .
با آب پز به حقنه كنند برآمدگي هاي مقعد و زهدان را بر طرف مي كند .

بیش موش بوحا

بوحا گياهي است كه در زمين هاي رستنگاه بيش مي رويد و هر بيشي نزديك بوحا برويد ثمر نمي دهد .
بوحا بهترين پادزهر بيش است .اما بيش موش جانوري است شبيه موش و سوراخش در نزديكي بيخ بيش مي باشد .
هر فايده كه «بيش »در علاج برص و جذام دارد «بوحا »هم دارد. بيش موش نيز داروي برص است و در مداواي جذام سودمند ،و پادزهر افعي و ساير سم ها است .

بيش

سمي است كشنده
مزاج :در منتهاي گرمي و خشكي است .
آرايش :اگر بر برص بمالند يا با معجون (بزرجلي )بخورند برص را از بين مي برد و در مداواي جذام نيز سودمند است .
زهر:سمي است كشنده ،فوري كه جسم را مي گنداند .پادزهر بيش موش بيشتر است و آن نوعي موش است كه از گياه بيش تغذيه مي نمايد . بلدرچين هم از بيش مي خورد و مي ميرد .
با معجون هايي كه به منظور جلوگيري از سم بيش درست مي كنند مسك هم داخل است .

بیوه زا ـ شش شاخ

مزاج :گرم است .
خاصیت :لطیف و تحلیل برنده .
مفاصل :در علاج کزاز مفید است .
سر :آب پزش را در دهان بگردانند داروي درد دندان و در علاج هر نوع نزله مفید است و ریشه هایش نیز همین کارها را انجام مي دهد .
نفس :در بیرون راندن خون از سینه مفید است .
اندام هاي غذا :بیخش علاج استفراغ پي در پي است .
اندام هاي راننده :بیخش در علاج تراوش رطوبت هاي همیشگي زهدان مفید است .

بيد بياباني

برگش را پاره كنند شيره قوي مي دهد .
خاصيت :ثمر و برگش گيرنده بي آزارند .به حد كافي مي خشكاند . خاكسترش بسيار خشكاننده است .بيد تر را ضماد كنند خونريزي را بند مي آورد .
برگش را پاره كنند شيري مي دهد كه بسيار زداينده و نرم كننده است .
آرايش :خاكسترش را با سركه بر زگيل بمالند آن را بر مي كند .
زخم و قرحه :بيد بياباني و به ويژه ثمر و برگش ضماد شود زخم ميان استخوان را علاج است ،خاكسترش را با سركه بر پوست بمالند مورچگي را از بين مي برد .
سر :شكوفه و آبش مسكن سردرد هستند .افشره برگش در زدودن ريم و چرك گوش بي نظير است .
چشم :ثمرو آبش را بر كاسه چشم ضربه خورده گذارند بسيار مفيد است. شيره اش براي چشم كم سو داروي خوبي است .
اندام هاي غذا :آبش براي علاج بند آمده هاي كبد وبيماري يرقان مفيد است. اندام هاي راننده :ثمرش بهم خوردن خون ماهانه را به اعتدال مي آورد .

شيرين بيان ، جادوي جواني

تهيه كننده : مجيد مكاري
منبع : راسخون
شيرين بيان (Licorice) نوعي گياه با دوام است كه طول آن به 3 تا 7 پا مي‌رسد و سيستم ريشه‌اي پرشاخ و برگي دارد. ريشه‌هاي آن مشتمل بر بخش‌هاي مستقيم چوب چين و چروك دار و اليافي بلند و سيلندري شكل است و به طور افقي در زيرزمين رشد مي‌كند. ريشه‌هاي اين گياه در بيرون از زمين به رنگ قهوه‌اي و در زير خاك به رنگ زرد است.
شيرين بيان اسپانيايي (Glycyrrhiza glabra) به صورت خودرو در برخي از نقاط اروپا و آسيا مي‌روید. "گلي سيريزين" (Glycyrrhizin) به عنوان ماده‌اي فعال در ريشه شيرين بيان پنجاه برابر از شكر شيرينتر است.
اين ماده حاوي تركيبي به نام "اسيد گلي سيريزيك" مخلوط با نمك‌هاي پتاسيم و كلسيم است. گلي سيريزين و اسيد گلي سيريزيك براي درمان زخم‌هاي گوارشي مفيد است. فرآورده‌هاي حاصله از شيرين بيان از ريشه‌ها و ساقه‌هاي زيرزميني گياه فراهم مي‌آيند. گلي سيريزين و اسيد گلي سيريزيك مهمترين مواد موجود در اين گياه هستند.
ريشه‌هاي اين گياه حاوي كومارين، فلاون، روغنهاي فرار و استرول گياهي نيز هست. از شيرين بيان براي درمان انواع سرفه‌ها و نيز به عنوان يك داروي مسكن در پوست، اسپاسم و تورم، برونشيت، روماتيسم و روم مفاصل و به عنوان ملين استفاده مي‌شود. بسياري از پزشكان فرآورده‌هاي تهيه شده از ريشة اين گياه را براي درمان زخم گوارشي و التهاب معده مزمن تجويز مي‌كنند (گاستريت مزمن).
برخي ديگر ريشه اين گياه را براي نارسايي اوليه فوق كليه تجويز مي‌كنند. البته هميشه بايد شيرين بيان را با احتياط مصرف كرد. چون ماده گلي سيريزين و اسيد گلي سيريزيك موجود در آن مي‌تواند به غدد فوق كليه آسيب رساند.
شيرين بيان گياهي است چندساله و از خانواده ي بقولات Fabaceae كه ارتفاع آن گاها به 1 تا 2 متر مي رسد. برگ هاي آن به فرم شانه اي مركب فرد مي باشند كه برگچه هاي آن داراي حالت چسبناكي هستند. گل هاي شيرين بيان به رنگ هاي آبي يا آبي متمايل به ارغواني و گاها زرد ديده مي شوند. ميوه ي اين گياه از نوع نيام است كه معمولا هر ميوه داراي 3 تا 6 عدد دانه ي لوبيايي شكل مي باشد. ريشه ها و ريزوم هاي اين گياه داراي پوستي قهوه اي رنگ هستند كه پس از جدا كردن اين پوسته ي خارجي به ساير قسمت هاي ريشه مي رسيم كه به رنگ زرد

ديده مي شوند و داراي طعم شيريني مي باشند.
زمان ظهور گلها اوايل تابستان است. ريشه شيرين بيان نسبتاً قطور بوده و طويل مي باشد بطوريكه از 30 تا 200 سانتيمتر طول دارد.
شيرين بيان انواع مختلفي دارد كه به شرح زير هستند:
1- واريته اسپانيايي "G. typical" كه ميوه آن صا و بدون كرك و ريزومها قهواه اي و به قطر 6 تا 18 ميليمتر مي باشد.
2- واريته روسي "G. glandulifera" كه پيكره رويشي آن چسبناك و داراي ريشه هاي متعدد به ضخامت 5 سامتي متر، پوست ريشه فلس دار و قهوه اي رنگ و داراي شيريني ملايم مي باشد.
3- واريته تركي "G. pallida" كه ضخامت ريشه آن حدود 8 سانتي متر است.
4- واريته ايراني "G. violacca" كه ريشه هاي آن نيز بسيار ضخيم است.
خواص داروئي:
شيرين بيان از نظر طب قديم ايران معتدل است .
شيرين بيان را بصورت قطعات كوچك به قطر 0/5 سانتيمتر و طول 1/5 سانتيمتر بفروش مي رسانند .
1)مهمترين خاصيت شرين بيان كه جديدا كشف شده است و در آلمان و اروپا و آمريكا ساتفاده مي شود درمان كننده زخم معده و سرطان معده است براي اين منظور شربت شيرين بيان را تهيه كرده و هر روز بمقدر يك قاشق غذا خوري قبل از غذا به مريض بدهيد و اگر اين عمل را تا 4 ماه تكرار كنيد شخص معالجه خواهد شد .
2)براي تقويت عمومي بدن مفيد است
3)خوردن آن از پيري جلوگيري مي كند
4)براي نرم كردن سينه موثر است
5)زخم ها و تاول هاي پوست را با چاي شيرين بيان شستشو دهيد تا زود خوب شود .
6)ملين است و معمولا آنرا با گياهان ديگر مخلوط مي كنند كه انقباضات را كم مي كند
7)مدر و عرق آور است
8)براي برطرف كردن زخم و التهاب دهان ريشه شيرين بيان را بمكيد .
9)سرفه را برطرف مي كند
10)ورم معده را برطرف مي كند
11)تنگي نفس را تسكين مي دهد
12)براي درمان سوء هاضمه مفيد است
13)براي از بين بردن نفخ شكم مفيد است
14)چشم را تقويت كرده و رفع سردرد مي كند براي اين منظو از فرمول

زيراستفاده كنيد :
2 گرم ريشه شيرين بيان را پودر كرده و با يك گرم شكر و يك گرم رازيانه مخلوط كنيد سپس آنرا در آب خيس كرده و هر روز بخوريد.
15)براي درمان موخوره چاي شيرين بيان را به سر بماليد .
16)براي رفع بوي بد زير بغل و پا از برگ هاي شيرين بيان پماد درست كرده و در اين قسمت ها بگذاريد .
طرز استفاده:
دم كرده شيرين بيان : مقدر 50گرم ريشه بدون پوست شيرين بيان را آسياب كرده و در يك ليتر آب جوش بريزيد و بگذاريد مدت 10 دقيقه دم بكشد .
جوشانده شيرين بيان : 20 گرم ريشه شيرين بيان بدون پوست را آسياب كرده و در 100 گرم آب ريخته و آنقدر بجوشانيد كه دو سوم آن باقي بماند .
شربت شيرين بيان : ريشه شيرين بيان بدونپ وست را آسياب كرده و با آب مخلوط كرده و آنقدر بجوشانيد تا غليظ شود
تكه هاي شيرين بيان : مانند آب نبات مي توانيد در دهان گذاشته و بمكيد .
مضرات :
استفاده زياد از شيرين بيان براي طحال مضر است و اگر مي خواهيد از شيرين بيان براي برطرف كردن بيماري و براي مدت طولاني استفاده كنيد بهتر است آنرا با كتيرا بخوريد .
پراكنش و نيازهاي اكولوژيكي
شيرين بيان در اكثر مناطق جهان بخصوص ميان دو عرض جغرافيايي 30 و 45 درجه در نيمكره شمالي زمين مي رويد. اين گياه در كشورمان نيز پراكنش بسيار وسيعي دارد و در استان هايي چون خراسان (شمالي و رضوي)، آذربايجان شرقي و غربي، زنجان، گلستان، كردستان، فارس، اصفهان، تهران و ... مشاهده مي شود. شيرين بيان بطور كلي گياهي نورپسند است كه در طول رويش به هواي گرم و رطوبت متوسط نياز دارد.
كاشت، داشت و برداشت
تكثير رويشي (تقسيم ريزوم و ريشه) روش تجاري تكثير شيرين بيان مي باشد اما اين گياه را بوسيله ي بذر نيز مي توان تكثير نمود كه در اينجا به تكثير رويشي اين گياه مي پردازيم. در فصل پائيز (آبان ماه) ريزوم گياهان 3 تا 4 ساله را پس از خروج از خاك به قطعات 15 تا 25 سانتي متري تقسيم مي كنند. اين قطعات را در رديف هايي با فاصله ي 60 تا 80 سانتي متر و با فاصله ي30 تا 40 سانتي متر از يكديگر كشت مي نمايند. پس از كاشت بايست به سرعت آبياري صورت بگيرد. شيرين بيان يكي از

گياهان دارويي است كه بيشتر بصورت بهره برداري از طبيعت به بازار مصرف مي رسد و كمتر مورد كشت و كار قرار مي گيرد و جالب است كه بدانيم ريشه ي اين گياه بصورت خشك شده يا عصاره، يكي از مهمترين اقلام صادراتي كشورمان در بخش گياهان دارويي است و در بسياري از كشورهاي اروپايي نظير انگليس، بلژيك، فرانسه و ... مورد كشت وسيع قرار مي گيرد.
برداشت ريشه هاي اين گياه در فصل پائيز سال سوم يا چهارم صورت مي گيرد. اين عمل در سطوح كوچك با استفاده از بيل و در سطوح وسيع توسط ماشين هاي مخصوص انجام مي شود.
فرآوري
قسمت مورد استفاده ي اين ريشه هاي اين گياه هستند كه داراي تركيبات مختلفي مي باشند. مهمترين تركيب موجود در ريشه هاي اين گياه اسيد گليسريزيك است كه 50 بار از شكر شيرين تر مي باشد و مقدار آن با توجه به شرايط محيطي و واريته ي گياه بين 5 تا 20 درصد مي باشد.
تعدادي از مقالات مرتبط با اين گياه
بررسي اثر سايتوتوكسيسيتي و بازدارندگي عصاره ريزوم شيرين بيان (Glycyrrhiza glabra) و گل بابونه (Matricaria aurea) بر فعاليت ماتريكس متالوپروتئينازها (MMPs) در مقايسه با تركيبات استروئيدي و غير استروئيدي در كشت سلولي فيبروساكروما
آنزيم هاي ماتريكس متالوپروتئيناز (MMPs)، خانواده بزرگ آنزيم هاي پروتئوليتيك وابسته به كلسيم و روي هستند كه در تجزيه تركيبات مختلف ماتريكس خارج سلولي نقش دارند. نقش اين آنزيم ها در پيشرفت و گسترش بيماري هاي التهابي (آرتريت روماتوئيد)، بيماري هاي قلبي عروقي و تومورهاي سرطاني كاملا شناخته شده است. مطالعات انجام شده دال بر اثر مهاري تركيبات ضد التهاب غير استروئيدي (NSAIDs) و استروئيدي (دگزامتازون) بر روي ماتريكس متالوپروتئينازها است.
مواد و روش كار: در اين تحقيق اثر مهاري و سميت سلولي عصاره هيدروالكلي گياهان شيرين بيان و بابونه در مقايسه با داروهاي استروئيدي و غير استروئيدي با به كارگيري سل لاين فيبروساركوما (Wehi 164) براي بررسي سميت سلولي و روش ژلاتين زايموگرافي براي سنجش ميزان اثر مهاركنندگي بر فعاليت ماتريكس متالوپروتئينازها بررسي شد.
يافته ها: نتايج نشان داد كه اثر مهاركنندگي شيرين بيان و بابونه، به ترتيب، معادل 9500mg/ml و 933.33 و سميت سلولي به دست آمده براي اين گياهان، به ترتيب، معادل 326.67mg/ml و 3450 بود.
نتيجه گيري: گياهان بابونه و شيرين بيان سميت سلولي بسيار كمتري ولي اثر مهاري ضعيف تري نسبت به داروهاي استروئيدي و غير استروئيدي

بكار رفته در اين تحقيق از خود نشان دادند. همچنين مشخص شده است كه سميت سلولي بابونه 0.1 سميت سلولي شيرين بيان است.
بررسي اثر عصاره هيدروالكلي شيرين بيان (Glycyrrhiza glabra L.) بر ايجاد پلاكهاي آترواسكلروتيك در آئورت خرگوشهاي هيپركلسترولميك
آترواسكلروز كه اساسا در سرخرگهاي بزرگ و متوسط اتفاق يكي از عوامل اصلي در ايجاد بيماريهاي قلبي عروقي مي باشد. مطالعات اپيدميولوژيك نشان مي دهند، در جوامعي كه از گياهان دارويي استفاده مي كنند بيماريهاي قلبي عروقي و از جمله آترواسكلروز كمتر ديده مي شود. شيرين بيان (Glycyrrhiza glabra) گياهي از خانواده نخود است كه وجود تركيبهاي هيپوليپيدميك و فلاونوئيدهاي با فعاليت آنتي اكسيدان قوي در اين گياه به اثبات رسيده است. هدف اين تحقيق بررسي اثرات عصاره شيرين بيان بر ليپيدهاي سرم و ايجاد آترواسكلروز در خرگوش هاي تغذيه شده با رژيم پر كلسترول مي باشد. در اين تحقيق 15 سر خرگوش نر به صورت تصادفي به سه گروه تقسيم شدند. گروه رژيم معمولي، كنترل پر كلسترول (1% كلسترول) و گروه پر كلسترول + شيرين بيان (مصرف يك روز در ميان عصاره شيرين بيان با ميزان (50 mg/kg body weight. غلظت كلسترول تام (TC)، تري گليسريد (TG)، LDL كلسترول سرم در زمان شروع آزمايش، پايان ماه اول و پايان ماه دوم در خرگوش ها تعيين شده است. در پايان مطالعه خرگوش ها با ميزان بالاي كلروفرم كشته و آئورت آنها براي تعيين شدت ضايعات آترواسكلروتيك برداشته شد. شيرين بيان به طور معني دار سطح TC، TG و LDL كلسترول را كاهش و سطح HDL كلسترول را افزايش مي دهد و سبب كاهش ضايعات آترواسكلروتيك در آئورت مي شود (p-value<0.05). نتايج بيانگر آن است كه عصاره شيرين بيان براي جلوگيري از پيشرفت بيماري آترواسكلروز در خرگوش موثر مي باشد. بنابراين مطالعات گسترده جهت بررسي اين اثرات در انسان به منظور مصرف شيرين بيان در پيشگيري و درمان آترواسكلروز مورد نياز است.
بررسي اثر عمق كاشت و اندازه ريزوم بر رشد بالاي زميني گياه شيرين بيان (Glycyrrhiza glabra L.)
به منظور بررسي اثرات عمق كاشت و اندازه ريزوم بر رشد قسمت بالاي زميني گياه شيرين بيان آزمايشي در گلخانه تحقيقاتي دانشكده كشاورزي مشهد در سال 1380 انجام شد. آزمايش به صورت فاكتوريل و با دو عامل عمق كاشت در سه سطح (10، 20 و 40 سانتي متر) و اندازه ريزوم در سه سطح (1،2 و 3 جوانه اي) در قالب طرح كاملا تصادفي و با دو تكرار انجام شد. با افزايش عمق كاشت و اندازه ريزوم سطح برگ و وزن خشك آن افزايش يافت. وزن خشك ساقه در عمق هاي پايين كاهش ولي با

افزايش اندازه ريزوم، وزن خشك آن افزايش يافت. بالاترين وزن خشك كل در عمق 20 سانتي متر بدست آمد كه بسيار نزديك به وزن خشك عمق 40 سانتي متر بود و ريزوم سه جوانه اي نسبت به دو ريزوم ديگر، بالاترين وزن خشك كل را توليد نمود اين طور به نظر مي رسد كه قرار گرفتن ريزوم هاي سه جوانه اي در عمق 20 سانتي متري سبب تهييج رشد شيرين بيان مي شود.

بررسي اثر عمق كاشت و اندازه ريزوم بر رشد پايين زميني گياه هرز شيرين بيان (Glycyrrhiza glabra L.)

به منظور بررسي اثر عمق كاشت و اندازه ريزوم بر رشد قسمت پايين زميني گياه شيرين بيان، آزمايشي در گلخانه تحقيقاتي دانشكده كشاورزي مشهد و در سال 1380 انجام شد. آزمايش به صورت فاكتوريل و با دو عامل عمق كاشت در سه سطح (10، 20 و 40 سانتيمتر) و اندازه ريزوم در سه سطح (1، 2 و 3 جوانه اي) در قالب طرح بلوكهاي كاملا تصادفي و با دو تكرار انجام شد. وزن خشك ريشه و ريزوم مادري در طي فصل رشد گياه مورد پايش قرار گرفتند. بيشترين و كمترين وزن خشك به ترتيب در عمق 20 و 40 سانتيمتر مشاهده شد. تا حدود 100 روز پس از كاشت، وزن خشك ريشه از ريشه بسيار كندي برخوردار بود، ولي پس از آن افزايش يافت. ريزوم هاي با اندازه هاي مختلف، وقتي در عمق 20 سانتيمتر قرار گرفتند، بيشترين وزن خشك ريشه را توليد كردند. ريزوم هاي سه جوانه اي، حداكثر و ريزوم هاي تك جوانه اي، كمترين وزن خشك ريشه را توليد كردند. تا حدود 60 روز پس از كاشت، وزن خشك در ريزوم هاي مادري كاهش يافت. بعد از روز هفتاد و پنجم، وزن خشك ريزوم مادري افزايش يافت و كليه بوته ها شروع به پركردن ريزوم هاي مادري نمودند، به نحوي كه ريزوم هاي موجود در عمق 20 سانتيمتري، بالاترين وزن خشك را داشتند. در روز 160ام پس از كاشت، ريزوم ها مجددا شروع به تخليه كردند. ريزوم هاي تك و سه جوانه اي به ترتيب كمترين و بالاترين وزن خشك ريزوم هاي مادري را طي فصل رشد نشان دادند.

بررسي برخي جنبه هاي اكوفيزيولوژيك ريزوم علف هرز شيرين بيان (Glycyrrhiza glabra)

كنترل علف هاي هرز چند ساله بدليل سيستم زيرزميني گسترده بسيار دشوار است. در اين پژوهش كه در سال هاي 83-1381 صورت گرفت، عوامل اكوفيزيولوژيكي موثر بر جوانه زني و كاهش جوانه زني ريزوم علف هرز شيرين بيان بصورت آزمايش هاي جداگانه در خزانه و آزمايشگاه مورد بررسي قرار گرفت. نتايج نشان داد كه ريزوم ها در دماي پايين تر از 6 درجه سانتي گراد جوانه نزدند و ريزوم ها براي جوانه زني به حداقل 154 درجه- روز نياز داشتند. نياز حرارتي كل نيز از 50 درصد جوانه زني تا

برداشت 3549 درجه - روز تعيين شد. نتايج آزمايش كنترل جوانه زني بوسيله يخ آب در چهار سطح دماي انجماد 0، -3، -5 و -10 درجه سانتي گراد و رطوبت خاك در سه سطح ظرفيت زراعي، غرقاب و خشك در 4 تكرار نشان داد كه غرقاب در دماي 5 درجه سانتي گراد منجر به كاهش جوانه زني شد و ريزوم ها در دماي -3 درجه سانتي گراد و پايين تر از آن در تمامي سطوح رطوبت خاك جوانه نزدند. در آزمايش تنش خشك شدگي در شرايط آزمايشگاهي، ريزوم هايي كه 10 روز در دماهاي 25 درجه سانتي گراد و بالاتر قرار گرفتند، جوانه نزدند. در كل نتايج اين پژوهش نشان داد كه امكان كنترل جوانه زني ريزوم شيرين بيان با استفاده از روش هاي فيزيكي بصورت آزمايشگاهي وجود دارد.

جنبه هاي اكوفيزيولوژيكي جوانه زني شيرين بيان (Glycyrrhiza glabra. L) در واكنش به دما

شيرين بيان گياهي صنعتي و دارويي است كه در ايران بعنوان علف هرز عمده مزارع ديم و باغات كشور شناخته مي شود. خصوصيات جوانه زني بذور جمع آوري شده شيرين بيان از كرمانشاه و فارس تحت تيمار دماهاي ثابت (0، 3، 10، 15، 20، 25، 30، 35 و 40 درجه سانتيگراد) مورد بررسي قرار گرفت. بيشترين درصد جوانه زني در بذور كرمانشاه و فارس به ترتيب در دماي 25 و 20 درجه سانتيگراد مشاهده شد و درصد نهايي جوانه زني بذور فارس بيشتر از كرمانشاه بود. در دماي 40 درجه سانتيگراد درصد نهايي جوانه زني در بذور كرمانشاه و فارس به ترتيب 27 و 43 درصد بدست آمد. سرعت جوانه زني نيز روند مشابهي را دارا بود. براي هر دو جمعيت، كوتاه ترين زمان رسيدن به 10، 50 و 90 درصد جوانه زني در محدوده 20 تا 30 سانتيگراد براي هر دو جمعيت كوتاهترين زمان حاصل شد. درجه حرارت كمينه، بهينه و بيشينه جوانه زني به ترتيب 2.2، 29.1، 45.3 سانتيگراد براي بذور جمع آوري شده از كرمانشاه و 2.4، 29.2، 44 درجه سانتيگراد براي بذور جمع آوري شده از فارس بود.

گوارش پذيري تفاله شيرين بيان (Glycyrrhiza glabra L.) فرآوري شده با قارچ Pleurotus sajor-caju

هدف از انجام اين پژوهش، بررسي تاثير فرآوري با قارچ Pleurotus sajor-caju بر گوارش پذيري تفاله شيرين بيان (Glycyrrhiza giabra L.) بود. قارچ P.sajor-caju روي دانه هاي گندم سترون شده، كشت داده شد و پس از دو هفته رشد، به تفاله شيرين بيان سترون درون كيسه هاي پلاستيكي دو كيلويي، افزوده شد. پس از دو هفته، (در دماي 25 درجه سانتي گراد) ميسليوم هاي قارچ، روي تفاله رشد كردند و مورد استفاده قرار گرفتند. ضرايب گوارش پذيري در 12 قوچ قزل اندازه گيري شد.

فرآوري تفاله شيرين بيان با قارچ موجب افزايش ميزان ماده خشك،

پروتيين خام (CP) و عصاره بدون نيتروژن (NFE) شد ولي درصد خاكستر، ديواره سلولي (NDF) و ليگنين (ADL) كاهش يافت. درصد فيبر خام و ديواره سلولي بدون همي سلولز (ADF) تغيير معني داري نشان نداد. كاهش اندكي در درصد چربي خام (سطح 0.08 درصد) ديده شد. ميانگين ماده خشك مصرفي و گوارش پذيري ماده خشك در گروه تغذيه شده با تفاله شيرين بيان فرآوري شده، به گونه معني داري بيشتر از گروه شاهد بود. ضرايب گوارش پذيري پروتئين خام، فيبر خام، ماده آلي، چربي خام، عصاره بدون نيتروژن، ديواره سلولي، ديواره سلولي بدون همي سلولز و ليگنين و مجموع مواد غذايي گوارش پذير (TDN)، براي تفاله فرآوري شده، به طور معني داري بيشتر از گروه شاهد بود. به طور كلي، فرآوري با قارچ P.sajor-caju، كيفيت، ارزش غذايي و گوارش پذيري تفاله شيرين بيان را به طور معني داري افزايش داد ($p<0.05$) ولي، مشكل پرورش قارچ روي تفاله سترون نشده، كاربرد اين روش در سطح گسترده با مشكل مي كند.

مروري بر اثرات ضدويروسي گياه شيرين بيان (Glycyrrhiza glabra L.) و تركيب موثره آن گليسيريزين

گياه شيرين بيان از خانواده لگوميناسه است. تعدادي از مواد موثره اين گياه شامل تري ترپن هاي ساپونيني، فلاونوييدها، چالكون ها و ايزوفلاون ها است. مهم ترين ماده موجود در گياه شيرين بيان، اسيد گليسريزيك است.

هدف: ارايه يك مقاله مروري از بررسي هاي انجام شده در زمينه اثرات ضد ويروسي گياه شيرين بيان و تركيب موثره آن گليسيريزين بود.

روش بررسي: بررسي مقالات ارايه شده در مورد گياه شيرين بيان با استفاده از پايگاه اطلاعاتي اينترنتي نظير MEDLINE و در محدوده سال هاي 2005-1980 صورت گرفت.

نتايج: عصاره هاي ريشه گياه شيرين بيان در برابر طيف وسيعي از ويروس ها مانند هرپس سيمپلكس (HSV-1)، واريسلا زوستر ويروس (VZV)، سايتومگالوويروس (CMV)، ويروس هپاتيت A، B، C، ويروس آنفلوآنزا، سارس و ويروس تضعيف كننده سيستم ايمني انسان (HIV-1)، اثر ضدويروسي فعالي را نشان داده است. به طوري كه امروزه گليسيريزيك اسيد در درمان بيماران مبتلا به هپاتيت فعال مزمن استفاده مي شود. به نظر مي آيد كه اين ماده از تكثير ويروس ها جلوگيري به عمل مي آورد و همچنين مسير پيام رساني داخل سلولي، بيان ژني، نيتريك اكسيد سينتاز القايي و توليد نيتريك اكسيد را در ماكروفاژ تحت تاثير قرار مي دهد.

نتيجه گيري: به نظر مي آيد كه پژوهش هاي وسيع تر باليني به منظور استفاده از اين گياه و ماده موثره آن يعني گليسيريزيك اسيد، در درمان ساير عفونت هاي ويروسي لازم است.

مقايسه فعاليت آنتي اكسيداني عصاره شيرين بيان (Glycyrrhiza glabra L) با آنتي اكسيدان هاي تجاري در كرم هيدروكينون 2 درصد

سابقه و هدف: با توجه به عوارض مختلف گزارش شده از آنتي اكسيدان هاي تجاري، در سال هاي اخير، تحقيقات بر روي دستيابي به آنتي اكسيدان هاي سالمتر و موثرتر از منابع طبيعي، متمركز شده است. هيدروكينون، يك ماده روشن كننده است كه براي روشن نمودن نواحي هيپرپيگمانته در فرآورده هاي آرايشي بكار مي رود. اين ماده شيميايي به سختي پايدار ميشود و بر اثر اكسيداسيون، به سرعت درمعرض هوا قهوه اي رنگ مي گردد. در اين پژوهش اثر آنتي اكسيداني عصاره متانولي شيرين بيان در مقايسه با آنتي اكسيدان هاي تجاري مورد بررسي قرارگرفته است.

مواد و روش ها: پودر ريشه خشك شده شيرين بيان با متانول عصاره گيري شد. فعاليت آنتي اكسيداني عصاره در مقايسه با آنتي اكسيدان هاي تجاري ( سديم متابي سولفيت و بوتيل هيدروكسي تولوثن) در غلظت هاي 0.1، 0.5، 1 و2 درصد (وزني/وزني) در كرم هيدروكينون 2 درصد بررسي گرديد. فرآورده هاي حاويس آنتي اكسيدان ها و عصاره فوق به مدت سه ماه در دماي 25±0.5 درجه سانتيگراد و 45±0.5 درجه سانتيگراد و به دور از نور نگهداري شدند. پايداري فيزيكي و درصد هيدروكينون باقيمانده پس از 2 هفته، 1، 2 و 3 ماه بررسي گرديد. جهت اندازه گيري ميزان هيدروكينون باقيمانده از روش اسپكتروفتومتري UV و طول موج 294 نانومتر استفاده شد.

يافته ها: نتايج مطالعه حاكي از تسريع تخريب هيدروكينون با افزايش دما بود. افزايش غلظت آنتي اكسيدان سبب افزايش درصد هيدروكينون باقيمانده در فرآورده مي گرديد. اما افزايش درصد آنتي اكسيدان هاي تجاري به ويژه در مورد سديم متا بي سولفيت يك درصد و بوتيل هيدروكسي تولوئن دو درصد، سبب كاهش پايداري فيزيكي فراورده گرديد. در ماه سوم، در هر دو دماي 25 و 45 درجه سانتي گراد، عصاره در تمامي غلظت ها فعاليت آنتي اكسيداني بيشتري را در مقايسه با آنتي اكسيدان ها تجاري نشان داد (P<0.001). در دماي سوم، فرآورده هاي حاوي 0.1، 0.5، 1 و 2 درصد عصاره پايداري فيزيكي مناسبي را با مقدار هيدروكينون باقيمانده 72، 76، 78 و 81 درصد (به ترتيب افزايش غلظت) در دماي 25 درجه سانتي گراد و 51، 55، 60 و 63 درصد در دماي 45 درجه سانتي گراد، نشان داد.

استنتاج: با استفاده از اين نتايج مي توان عصاره شيرين بيان را با غلظت هاي 0.5 و 1 درصد، به عنوان يك آنتي اكسيدان طبيعي موثر براي مواد حساس به اكسيداسيون پيشنهاد نمود.

اندازه گيري گليسيريزين در ريشه گياه شيرين بيان (Glycyrrhiza.

glabra L) توسط دستگاه كروماتوگرافي مايع با كارايي بالا (HPLC)
ريشه گياه شيرين بيان (Glycyrrhiza glabra L.) به طور عام ليكوريس ناميده ميشود كه به عنوان عامل شيرين كننده و بيش از دو هزار سال كاربرد دارويي داشته است. ليكوريس داراي پنج حلقه ساپونين تريترپن به نام اسيد گليسيريزينيك است. اين تركيب متعلق به مشتقات بتا - آميرين(b-amyrin) مي باشد. شيرين بيان به خاطر مزه شيرين آن به عنوان عامل ضد التهاب، آلرژي و زخم شناخته شده است. تاكنون جهت ارزيابي مقدار گليسيريزين در ريشه گياه شيرين بيان و عصاره هاي حاصل از آن از روشهاي مختلفي استفاده شده است، كه تماما غير اختصاصي و متكي به روشهاي غير مستقيم مي باشند.
در اين تحقيق جهت تشخيص مقدار گليسيريزين در نمونه هاي ريشه شيرين بيان، از روش (بدون هيدروليز ماده) يعني با استفاده از دستگاه كروماتوگرافي مايع با كارايي بالا (HPLC) صورت گرفته است. در اين روش جداسازي گليسيريزين از ديگر اجزاي موجود در عصاره ريشه گياه با استفاده از مرحله معكوس صورت گرفت، كه نتايج رضايت بخش و قابل تكرار مي باشند. ريشه گياه از مزرعه گياهان دارويي در باغ گياه شناسي ملي ايران، جمع آوري گرديد. سپس اقدام به استخراج عصاره توسط حلال و شناسايي تركيب اسيد گليسيريزينيك توسط دستگاه (HPLC) نموديم. مقدار تركيب در نمونه 1.5 درصد تعيين گرديد. اين روش مشكلات در روشهاي قبلي را دفع كرده است.
گياه شيرين بيان، درمان جديد تومور هاي سرطاني
بررسي هاي اخير دانشمندان نشان داده است نوعي تركيب متشكل از گياه شيرين بيان مي تواند از شيوع سلول هاي سرطاني در بدن جلوگيري كند.
نتايج به دست آمده از محققان دانشگاه نيويورك نشان مي دهد تركيبات گياه شيرين بيان كه حاوي اسيد گليسيرين است، مي تواند از انتشار نوعي سلول عفونت بافت هاي پيوندي بدن را به دنبال دارد جلوگيري كند. اين عفونت ها باعث ايجاد تومور و تورم آن ها در زير پوست مي شود.
كاوش هاي دانشمندان حاكي از آن است افرادي كه سيستم دفاعي بدن آن ها دچار اختلال شده است، بيشتر از ديگران در معرض ابتلا به اين عارضه قرار مي گيرند. نتايج اين بررسي ها در نشريه تحقيقات باليني منتشر شده است.
تجربه نشان داده بسياري از تورم ها كه به صورت تبخال نمايان مي شوند، براي مدت هاي طولاني بدون توجه بيمار در بدن وي وجود دارند.
شيرين بيان موخوره را درمان مي كند
مهمترين ماده موثر شيرين بيان در ريشه گياه موجود است از شكر شيرين

تر است ريشه و ريزوم گياه كه به صورت با پوست يا بدون پوست مصرف دارويي دارد، قسمت مورد استفاده گياه است كه در قطعات استوانه اي در عطاري ها به فروش مي رسد.شيرين بيان كه به عنوان پدربزرگ گياهان دارويي معروف است خواص درماني بسياري دارد از جمله درمان كننده زخم معده و سرطان معده است كه براي اين منظور شربت اين گياه را تهيه و روزانه به مقدار يك قاشق غذاخوري قبل از غذا به مريض داده شود.اين گياه براي تقويت عمومي بدن مفيد است و خوردن آن از پيري جلوگيري مي كند. همچنين براي برطرف كردن زخم و التهاب دهان ريشه شيرين بيان را بمكيد.شيرين بيان سرفه را برطرف مي كند و تنگي نفس را تسكين مي دهد و براي درمان سوء هاضمه مفيد است و چشم را نيز تقويت مي كند.عرق شيرين بيان براي درمان سرفه و گرفتگي صدا، كم خوني، زخم و عفونت هاي لثه، بدبويي دهان و اشتها مفيد است.بالا بردن فشارخون و پايين آوردن پتاسيم خون مضرات اين گياه محسوب مي شود.

منابع :


گياه شيرين بيان، درمان جديد تومور هاي سرطاني http://www.sabziran.ir

شيرين بيان «داروئي» http://daneshnameh.roshd.ir

شيرين بيان http://www.parsiteb.com

شيرين بيان موخوره را درمان مي كند http://aftab.ir

شيرين بيان http://www.centralclubs.com

گياه دارويي شيرين بيان Glycyrrhiza glabra http://www.mdplant.blogfa.com

شيرين بيان http://www.iranmania.com

# گزنه ، درمانگر دردناك

## كليات گياه شناسي

گزنه گياهي است كه از دوران ماقبل تاريخ نيز وجود داشته و مردم آن زمان از آن براي تغذيه استفاده مي‌كردند و از خواص درماني آن اطلاع داشته‌اند. جالينوس حكيم كه در قرن دوم ميلادي زندگي مي‌كرده آنرا براي رفع سرماخوردگي و بيماريهاي دستگاه تنفسي بكار مي‌برده است. گزنه گياهي است علفي و چند ساله كه ساقه آن چهار گوش بوده و بطور قائم تا ارتفاع يك متر بالا مي‌رود.

اين گياه در خرابه‌ها ، باغها و نقاط مرطوب كه چهارپايان از آن عبور مي‌كنند به حالت خودرو مي‌روید ريشه اين گياه خزنده بوده و در ناحيه‌اي كه سبز مي‌شود كم‌كم تمام منطقه را فرا مي‌گيرد. ساقه اين گياه را پرزها و تارهاي مخروطي شكل پوشانده كه در صورت لمس كردن ساقه بدست مي‌چسبد و پوست را مي‌گزد كه توليد خارش و سوزش مي‌كند و شايد به همين دليل آنرا گزنه ناميده‌اند. تخم آن نرم ، ريز و تيره رنگ و مانند تخم كتان است. قسمت مورد استفاده اين گياه برگهاي تازه ، ريشه ، شيره و دانه آن است.

## مشخصات تيره گزنه Urticaeae

گياهان اين تيره عموما علفي ، بندرت به صورت درختچه و درختي هستند. برگهاي آنها گوشوارك دار با رگبرگهاي پري شكل منفرد يا متقابل هستند. معمولا گلها تك جنس و داراي 5 كاسبرگ و 4 پرچم متقابل با كاسبرگها هستند. در تيره گزنه گل آذين به شكل گرزنهاي مجتمعي است كه از مجموع آنها سنبل گرزنهاي متراكم بوجود مي‌آيد. مادگي شامل يك برچه با يك تخمك مستقيم و ايستاده است. ميوه تقريبا هميشه به صورت يك فندقه است.

از اختصاصات تشريحي گياهان اين تيره يكي وجود سيستوليت در ياخته‌هاي بشره و ديگري داشتن يك حلقه فيبر كم و بيش چوبي شده در منطقه دايره محيطيه است. داشتن كركهاي گزنده در سطح برگ يا ساقه نيز يكي ديگر از صفات مهم برخي از جنسهاي اين تيره است. تقريبا فقدان لوله‌هاي شيرابه‌اي در تمام گونه‌ها يكي ديگر از صفات منفي اين تيره است.تيره گزنه داراي 40 جنس و در حدود 500 گونه است كه اكثر آنها در آمريكا ، هند ، مالزي و نواحي حاره‌اي مي‌رويند. در آفريقا و اروپا گونه‌هاي اين تيره بسيار نادر است.

## تيره گزنه در ايران

جنس اورتيكا يا گزنه

در گروه گزنده اين تيره سطح برگ و ساقه آنها از كركهاي گزنده پوشيده شده است و در ايران سه گونه دارد. يكي اورتيكا ديوئيكا يا گزنه دوپايه كه بيشتر در نقاط مرطوب مي‌روید و داراي برگهاي ساده و دندانه‌دار است. ديگري اورتيكا كانابينا كه داراي برگهايي با پهنك تقسيم شده است. از انواع ديگر گزنه يكي اورتيكا پيلولي فرا است كه گل آذين متراكم ، كروي و كلافه مانند آن در دو طرف ساقه قرار دارد.

جنس پاريه تاريا

اين جنس داراي پنج گونه غير گزنده است. يكي از آن دو ، پاريه تاريا ژودايكا است كه مخصوص ارتفاعات و شكاف ديواره‌هاي سنگي كوههاست و ديگري پاريه تاريا افي سينواليس كه مخصوص كف جنگلهاي مناطق مرطوب شمالي است.

جنس فورس كاه له آ

اين جنس در ايران فقط يك گونه دارد. گلهاي آن تك جنس هستند و در پوششي از گريبان كركدار كه شامل 4 تا 6 اندام برگي است به تعداد زياد قرار دارند. گلهاي نر داراي يك پرچم و معمولا در اطراف گريبان قرار دارند. همچنين يك گلپوش برگي شكل دارند كه در قسمت پايين لوله مانند است و در بالا تقريبا شامل يك لبه است. گلهاي ماده برخلاف گلهاي نر در وسط گريبان دو برگي قرار دارند. برگها متناوب و د رطرفين داراي دو گوشوارك آزاد هستند. گونه منحصر به فرد اين جنس فورس كاه له آ تناسيسيا است و در سواحل خليج فارس مي‌روید.

طايفه هاي تيره گزنه

• طايفه اوررە: داراي كركهاي گزنده و يك جنس به نام اورتيكا است.
• طايفه بوهه مريه: فاقد كركهاي گزنده ، در گل ماده گلپوش تقريبا بهم پيوسته و فيبر منطقه پوستي نمو و قطري فوق‌العاده دارد.
• طايفه پاريه تاريه: فاقد كركهاي گزنده ، در گلهاي ماده گلپوش مجزا ، گلهاي نر و ماده در كنار برگهاي گرزنهاي كروي شكل را تشكيل مي‌دهند.

گزنه

برگهاي خشك شد؟ گياه Urtica dioica L. از خانواد؟ گزنه (Urticaceae) است.

نامهاي گياه :

لاتين: Urtica dioica L.

فارسي: گزنه، گزنه دوپايه، گزنه كبير

عربي: قريص، حريق، انجره

انگليسي: Stinging nettle, Great nettle, Large nettle, Common nettle

آلماني: Brennesselkraut, Honfnesselkraut, Haarnesselkraut,

Grosse nessel
فرانسه: Herbed'ortie, ortie mechante, Grand ortie, Ortie dioique
ريخت شناسي: گياهي پايا، دوپايه، علفي، سبز، ايستاده داراي كركهاي گزنده كه ارتفاع آن به 120ـ50 سانتيمتر مي‌رسد ساق؟ متعدد راست، كمي زاويه‌دار، چهار پهلو و تقريباً ضخيم، ساده و يا خيلي كم منشعب، پوشيده از كركهاي گزنده است. برگها دمبرگدار، سبز روشن در دو سطح پوشيده از كرك گزنده، گل تك جنس، بسيار ريز، سبز خام و مجتمع در توده‌هاي كوچك كروي مي‌باشد .
اندام داروئي: برگها بخش داروئي اين گياه را تشكيل مي‌دهند.
زمان جمع‌آوري: بهترين زمان برداشت و جمع‌آوري برگهاي اين گياه از ارديبهشت‌ماه تا شهريورماه مي‌باشد .
دامن؟ انتشار: انتشار عمومي گياه گزنه در نقاط مرطوب ايران، خصوصاً نواحي شمالي، غربي و مركزي مانند اصفهان، شاهرود، بسطام، كوه كاشان و ارتفاعات 3000 متري است .
مواد متشكله: در برگ گزنه، كلروفيل، كاروتن، گزانتوفيل، لوكوآنتوسيانيدين، فلاون، فلاونول به ميزان كمتري از لوكوآنتوسيانيدين در اين گياه است . تري‌ترپن‌ها، استرول‌ها شامل بتاسيتوسترول در گياه موجود است .
اسيد فرميك نيز در برگ گزنه وجود دارد . برگهاي تازه گزنه حاوي سكرتين مي‌باشد، همين‌طور داراي 5/1 درصد كلروفيل خالص است. برگ خشك گزنه 5/7% كلروفيل دارد. مواد فنلي نيز در اين گياه وجود دارد كه شامل كافئيك اسيد، فروليك اسيد، سيناپيك اسيد، اسكولتين و كافئوئيل ماليك اسيد و كلروژنيك اسيد مي‌باشد. تانن، موسيلاژ و نوعي گليكوزيد با اثر قرمزكنندگي پوست و ماد؟ رنگي به نام اورتي‌سين (Urticin) و همچنين آلكالوئيد اسكوپولتين (Scopoletin) نيز در گزنه موجود است. تري‌گليسريد، دي‌گليسريد و فسفوليپيدهاي مختلفي از اين گياه جدا شده است (1). سيتوكين‌هاي عمده گزنه شامل زآتين، زآتين نوكلئوتيد، ايزوپنتيل آدنين، ايزوپنتيل آدنوزين، ايزوپنتيل آدنين نوكلئوتيد و دي‌هيدروزآتين مي‌باشد . همچنين تركيبات ايندولي همراه با هيستامين و 5 ـ هيدروكسي ترپيتامين و اسيدهائي از جمله آسكوربيك اسيد، ساليسينيك اسيد و هورمون‌هاي گياهي و اسيدهاي آمينه ضروري نيز جز تركيبات گزنه است. در برگهاي تاز؟ گزنه عناصري مانند ازت، گوگرد، فسفر، پتاسيم، منيزيوم، كلسيم و عناصر نادر مانند آهن، روي، موليبدن و مس موجود است.
خواص درماني گياه گزنه: گزنه به صورت خوراكي بعنوان مدر، پائين آورند؟ قند و اسيد اوريك و به صورت موضعي در درمان برخي از

بيماريهاي پوست و مو از جمله اگزما، بيماريهاي التهابي و حتي در درمان ريزش مو، مورد استفاده قرار مي‌گيرد .
موارد استعمال در پزشكي گذشته: در طب گذشته از گزنه بعنوان مدر، ضد التهاب و مقوي قوه باه مورد استفاده قرار مي‌گيرد. به طور سنتي گزنه تصفيه‌كنند؟ خون (blood purifier)، مدر (diuretic)، متوقف كنند؟ خونريزي (Styptic) و تونيك محرك در نظر گرفته شده است و براي درمان اسهال ديسانتري و بيماريهاي مزمن كولون و بثورات مزمن پوستي به كار رفته است.
آثار فارماكولوژيكي: تركيبات فنلي موجود در گزنه كه شامل كافئيك اسيد، فروليك اسيد، سيناپيك اسيد (Sinapic acid) فيستين (Fisetin) و ميرستين مي‌باشد. بر روي باكتري‌هائي مثل اشريشياكلي، پروتئوس ولگاريس، كلبسيلا و پسودوموناس اثر دارد و عصار؟ اين گاه بر روي سالمونلا و پروتئوس مقاوم به آنتي‌بيوتيك مؤثر است. همچنين باعث وقفه در رشد چندين مخمر، كپك و قارچ و باكتري شده است . اثرات ضد قارچي بعضي از تركيبات موجود در گزنه نيز تأييد شده است . گزنه داراي اثر مدري است و اثر ديورتيك اين گياه با افزايش دفع كلر و اوره همراه است و ثابت شده است مصرف 14 روز؟ اين گياه موجب كاهش وزن بدن و كاهش فشار سيستوليك مي‌گردد .
برگ گزنه، منجر به كاهش التهاب مي‌گردد. ريشه گزنه پرولیفراسيون سلولي در بافت هايپرپلاستيك خوش‌خيم پروستات و فعاليت اتصالي گلوبولين متصل شونده به هورمون جنسي را مهار مي‌كند. در شرايط in-vitro عصاره قلیايي آبي برگ گزنه فعاليت ضد باكتري نشان داده است. اين عصاره رشد استافيلوكوك‌ها را در غلظت 500 و اسپوروزا را در غلظت 5/62 كاهش مي‌دهد.
مقادير LD50براي دم‌كرد؟ برگ گزنه و جوشاند؟ برگ گزنه كه به صورت داخل وريدي به موش‌ها تزريق گرديد به ترتيب 1.92 g/kgو 1.72 g/kgبود. LD50در آزمايشات مزمن در رت‌هائي كه به آنها از طريق گاواژ، دم‌كرد؟ برگ گزنه داده شد برابر با 1.31 g/kgبود .
تركيبات شيميايي
گزنه داراي تانن ، لسيتين ، اسيد فرميك ، نيترات پتاسيم و كلسيم است، تركيبات آهن دارد و داراي ويتامين c و نوعي گلوكوزيد است كه پوست را قرمز مي‌كند. از سرشاخه‌هاي اين گياه ماده قرمز رنگي به نام اورتي‌سين استخراج مي‌شود.
خواص داروئي
• گزنه مو را تقويت كرده و از ريزش موي سر جلوگيري مي‌كند، حتي در بعضي از موارد موي سر دوباره مي‌رويد. براي استفاده از اين خاصيت 6

گرم سر شاخه‌ها و برگها و ريشه گزنه را بتنهايي و يا با 30 گرم چاي كوهي در يك ليتر آبجوش ريخته و آنقدر بجوشانيد تا حجم مايع به نصف برسد. شبها مقداري از اين مايع را به سر بماليد و صبح بشوئيد.
• براي براق شدن و جلا دادن به موها بعد از شستشوي سر موها را با چاي گزنه ماساژ دهيد. بدين منظور يك قاشق چايخوري برگ گزنه خشك را در يك ليوان آب جوش ريخته و مدت نيم ساعت بگذاريد بماند. ماساژ دادن با اين چاي ، شوره سر را برطرف مي‌كند.
• دستگاه هاضمه را تقويت مي‌كند.
• ادرار را زياد مي‌كند.
• براي درمان بيماري قند مفيد است بدين منظور يك فنجان چاي گزنه را سه بار در روز ميل كنيد.
• ترشح شير را در زنان شيرده زياد مي‌كند.
• اخلاط خوني را برطرف مي‌كند.
• بيماريهاي پوستي را برطرف مي‌كند.
• براي باز كردن عادت ماهيانه از دانه گزنه استفاده كنيد.
• در درمان كم‌خوني موثر است و تعداد گلبولهاي قرمز را زياد مي‌كند.
• اگر در ادرار خون وجود داشته باشد گزنه آنرا برطرف مي‌كند.
• گزنه عرق‌آور است.
• پاك كننده اخلاط سينه ، ريه و معده است.
• نيروي جنسي را تقويت مي‌كند.
• گرفتگيهاي كبدي را رفع مي‌كند.
• براي از بين بردن زگيل ، ضماد برگهاي تازه آنرا روي زگيل بماليد.
• براي پاك كردن مثانه ، رفع عفونت مثانه و دفع سنگ از مثانه ، برگ گزنه را همراه با ريشه شيرين بيان دم كنيد و بنوشيد.
• براي التيام زخمها و زخمهاي سرطاني از ضماد تخم گزنه مخلوط با عسل استفاده كنيد.
• براي برطرف كردن كهير از جوشانده گزنه به مقدار سه فنجان در روز بنوشيد.
• درد نقرس را كاهش مي‌دهد.
• براي برطرف كردن ناراحتيهاي زنانه قبل از عادت ماهيانه از چاي گزنه استفاده كنيد.
• ناراحتيهاي كليه را برطرف مي‌كند.
• ضماد آن درد عضلاني را برطرف مي‌كند.
• كرم معده و روده را مي‌كشد.
• درمان كننده بواسير است.
• براي برطرف كردن درد رماتيسم ، برگهاي تازه آنرا روي پوست بماليد.

طرز استفاده:
• 1- دم کرده گزنه : مقدر 40 گرم برگ گزنه را در يك ليتر آبجوش ريخته و بمدت 10 دقيقه دم کنيد . مقدر مصرف آن سه فنجان در روز بعد از غذاست .
• 2- جوشانده گزنه : مقدر 30 گرم گزنه را در يك ليتر آب ريخته و بمدت 10 دقيقه آنرا بجوشانيد . اين جوشانده براي تصفيه خون مفيد است . مقدر مصرف آن يك فنجان بين غذاها در روز است .
• 3-تنطور گزنه يك قسمت برگ گزنه را با پنج قسمت الكل 50 درجه طبي مخلوط کرده و در داخل شيشه در بسته بريزيد و بمدت 15 روز هر روز آنرا تکان دهيد بعد از اينمدت آنرا صاف کرده و در شيشه دربسته نگاهدري کنيد . مقدر مصرف آن 15-10 قطره سه بار در روز مي باشد .
مضرات :
• گزنه اگر بيش از حد استفاده شود ممکن است براي روده ها و کليه ها مضر باشد بنابراين بهتر است با صمغ عربي و کتيرا خورده شود
• مقدر مصرف بيش از 10 گرم در روز ممکن است باعث بند آمدن ادرار شود . زنان باردار و کودکان بايد از مصرف آن خورددي کنند .
گياهان گزنه از ريزش موي سر جلوگيري مي کند
گزنه از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است و براي براق شدن و جلا دادن به مو مي توان بعد از شست و شوي سر موها را با چاي گزنه ماساژ داد.
اين گياه دستگاه هاضمه را تقويت کرده و براي درمان بيماري قند مفيد است بدين منظور مي توان يك فنجان چاي گزنه را سه بار در روز استفاده کرد.
اين گياه در برطرف کردن بيماريهاي پوستي مفيد است و در درمان کم خوني موثر بوده و تعداد گلبولهاي قرمز را زياد مي کند.
گزنه عرق آور، پاك کننده اخلاط سينه، ريه و معده است و گرفتگي هاي کبدي را رفع مي کند.
اين گياه ناراحتي هاي کليه را برطرف کرده و ضماد آن در درمان دردهاي عضلاني و از بين بردن زگيل مفيد است. همچنين براي برطرف کردن درد رماتيسم، مي توان برگهاي تازه آن را روي پوست ماليد.
گزنه اگر بيش از حد استفاده شود ممکن است براي روده ها و کليه ها مضر باشد.
عصاره برگ گياه گزنه در درمان ديابت موثر است
محققان دانشگاه تبريز در يك مطالعه علمي ثابت کردند که عصاره برگ گياه گزنه در درمان بيماري ديابت موثر است.
به نوشته نشريه خبرنامه دانشگاه تبريز، گروهي از محققان دانشکده دارو-

سازي اين دانشگاه با بررسي تاثير برگ گياه گزنه روي حيوانات آزمايشگاهي دريافتند كه عصاره برگ اين گياه مي‌تواند ميزان قند خون را به صورت قابل توجهي كاهش دهد.
دراين طرح، با استفاده از داروهايي كه لوزالمعده را تخريب مي‌كند به‌صورت مصنوعي در حيوانات آزمايشگاهي، ديابت ايجاد و با بررسي عصاره برگ گياه گزنه در آنها، تاثير مثبت عصاره اين گياه مشخص تر شد.
محققان تبريزي همچنين دريافتند، برخلاف تصور همگان استفاده از گياه گزنه در افرادي كه ديابت ندارند هيچ گونه اثري بر روي ميزان قند خون ندارد.
دانشگاه تبريز با بيش از نيم قرن سابقه و داشتن ? ????نفر عضو هيات علمي و ? ???هزار و ? ????نفر دانشجو پس از دانشگاه تهران بزرگترين و مهمترين مركز علمي و تحقيقاتي كشور به شمار مي‌رود.
اين دانشگاه به دليل توانمندي‌هاي بالاي علمي وپژوهشي در شش رشته و گرايش علمي و تخصصي به عنوان قطب در سطح كشور فعاليت دارد.
نحوه مصرف
براي درمان التهاب جزئي مجراي ادرار و پيشگيري از درمان سنگهاي كليه مي توان از گزنه دوپا و فرآورده هي دارويي تهيه شده از برگ آن استفاده مي كرد. گزنه را اگر توأم با آب كافي مصرف كنيد نقش يك داروي پيشابزا را بازي مي كند. اگر در اثر پروستات بزرگ شده با مشكل اداراري مواجه هستيد، فرآورده دارويي تهيه شده از ريشه گزنه مي تواند در اين زمينه مفيد واقع شود.
براي درمان التهاب جزئي مجراي ادرار و انواع سنگهاي كليه به ميزان 8 تا 12 گرم چاي برگ اين گياه را توأم با آب زياد (روزانه حداقل دو ليتر) مي كنيد. براي درمان پروستات بزرگ شده از تنتور ريشه به مقدار روزانه 4 تا 6 گرم استفاده كنيد. قبل از مصرف ريشه گزنه دو پايه براي درمان BPH با پزشك معالج خود مشورت كنيد.
نكات احتياطي
گزنه دو پايه اگرطبق دستورالعمل مربوط مصرف شود، گياه دارويي بي خطري است. اما در صورت ضرورت جابجايي اين گياه هميشه دقت كنيد. اگر اين گياه با پوست شما تماس گيرد، ممكن است كهير پيدا كنيد كه سبب سورش پوست بدن شما خواهد شد. اما اگر از ريشة گزنه دو پايه استفاده مي كنيد، ممكن است با پاره اي عوارض جانبي نظير ناراحتي معده اي - روده اي خفيف، مايعات اضافي يا دفع كم ادرار مواجه شويد.
اگر باردار هستيد، از مصرف هر نوع فرآورده حاصل از گزنه اجتناب ورزيد.
اگر شير مي دهيد از مصرف اين گياه بپرهيزيد. گزنه دوپايه همچنين مي تواند سيكل دوره قاعدگي را تغيير دهد. همواره سؤالات و نگرانيهاي خود

را در اين باره با پزشك معالج خود در ميان بگذاريد.
تداخل هاي احتمالي
اگر داروي ضد افسردگي سيستم عصبي مركزي يا داروهاي ضد ديابت، ميزان قند خون بالا يا قند خون پايين مصرف مي كنيد، از مصرف ميزان بالاي گزنه دوپايه اجتناب ورزيد.
منابع :
گزنه http://aftab.ir
تيره گزنه http://daneshnameh.roshd.ir
گياهان گزنه از ريزش موي سر جلوگيري مي كند http://aftab.ir
گزنه(انجره) http://www.parsiteb.com
گزنه Nettle http://www.money58.netfirms.com
گــزنه http://www.roham.ws
گزنه Nettle http://www.irteb.com
گزنه «داروئي» http://daneshnameh.roshd.ir

اسطوخودوس ، گياهي جادوئي

اسطوخودوس گياهي است چندين ساله به ارتفاع حدود نيم‌متر با برگ‌هاي متقابل باريك دراز سبز رنگ و پوشيده از كرك‌هاي سفيد پنبه‌اي گل‌هاي آن به رنگ بنفش و به‌صورت سنبله مي‌باشد
اسطوخودوس در بيشتر نقاط دنيا به حالت خودرو مي‌روید مخصوصاً در جنوب فرانسه مناطق مديترانه و در تورنتو به مقدار زياد وجود دارد و بسته به شرايط محيط و خاك به انواع مختلفه ظاهر مي‌شود .اسطوخودوس گياهي است چندين ساله به ارتفاع حدود نيم متر با برگ‌هاي متقابل باريك دراز سبز رنگ و پوشيده از كرك‌هاي سفيد پنبه‌اي گل‌هاي آن به رنگ بنفش و به‌صورت سنبله مي‌باشد قسمت مورد استفاده اين گياه گل‌ها و سرشاخه‌هاي گل‌دار آن است اسطوخودوس بوي بسيار مطبوعي دارد طعم آن تلخ است و به‌علت بوي مطبوع آن در عطرسازي مصرف مي‌شود اسانس اسطوخودوس كه از تقطير گل و سرشاخه‌هاي گل‌دار اين گياه به‌دست مي‌آيد مايعي است زرد رنگ يا زرد مايل به سبز كه داراي بوي مطبوعي است.
گياه اسطوخودوس يكي از معروفترين گياهان طب سنتي است. نام لاتين و نام علمي انواع بسياري از اين گياه به احتمال زياد از واژه لاتين به معناي «شستن» گرفته شده است. يونانيان باستان، روميان و مسلمانان، اسطوخودوس را از بوي معطر آن بخوبي مي‌شناخته‌اند. اين گياه از اوايل قرن دوازدهم به عنوان يك گياه آرايشي و جوشاندني، مورد استفاده عموم قرار مي‌گرفته است. كشت اين گياه در انگلستان بعد از اواسط قرن شانزدهم متداول شده است. گل‌هاي اسطوخودوس حاوي روغن فراري است كه براي رفع سرگيجه، ضعف و دوران سر از بخور آن استفاده مي‌شود و يا در آب رقيق مي‌گردد و بر روي شقيقه يا گيجگاه ماليده مي‌شود .
گياه همچنين آرامش دهنده و مسكن درد است و هنگام سردردهاي عصبي و تنش مصرف مي‌شود. كساني كه بيماران خود را با مواد گياهي مداوا مي‌كنند، براي رفع بي‌خوابي، روغن اسطوخودوس را تجويز مي نمايند. روغن اسطوخودوس همچنين يك ضد ميكروب قوي مي‌باشد و باكتري‌هاي حامل بيماري ديفتري و تيفوس را از بين مي‌برد. لوسيون ضد ميكروب گياه را روي زخم‌ها و بريدگي‌ها مي‌مالند؛ در واقع تا زمان جنگ جهاني اول، براي پيشگيري از عفوني شدن زخمها، از اين لوسيون استفاده مي‌شده است .
اسطوخودوس را به هنگام سوختگي و به خصوص سوختگي با آب‌جوش

تجويز مي‌كنند. اگر خود گياه را به طور مستقيم بر روي سوختگي قرار داده شود، پوست تاول نمي‌زند. هم گل‌ها و هم روغن گياه، دافع حشرات موذي هستند. اروپاييان گل‌هاي اسطوخودوس را در كيسه‌هايي مي‌ريخته و در ميان لباس‌ها و ملحفه‌ها در كمد لباس قرار مي‌داده‌اند تا هم از بيدزدگي آنها جلوگيري شود و هم خشبو شوند. اگر روغن آن را روي پوست بماليد، پشه به انسان نزديك نمي‌شود .

زيستگاه طبيعي :

اسطوخودوس گياه بومي حوزه مديترانه مي‌باشد و در سرتاسر جنوب قاره اروپا پراكنده است؛ البته در جنوب آمريكا زير كشت آن را متداول كرده‌اند. اسطوخودوس در خاك‌هاي مخلوط با شن و ماسه كه بخوبي آبياري بشوند و محل نيز آفتابگير باشد، رشد مي‌نمايد در جنوب فرانسه و بريتانيا اين گياه را به صورت انبوه كشت مي‌كنند. همچنين در باغچه منزل هم مي‌توان اسطوخودوس را به شكل يك گياه تزييني كاشت و از محاسن آن بهره برد .

مشخصات ظاهري :

اسطوخودوس از گياهان بادوام بوته‌اي و معطر است. طول ساقه‌هاي كوتاه آن حداكثر به هشتاد سانتي‌متر مي‌رسد. روي برگ‌هاي باريكو سبز خاكستري يا سبز نقره‌اي اين گياه را كرك‌هاي نرمي پوشانيده است. از اواسط تابستان تا اوايل پاييز شش تا ده حلقه گل قفايي يا بنفش رنگ در يك سنبله در انتهاي هر يك از ساقه‌هاي بلند گياه ظاهر مي‌شوند .

تركيبات شيميايي

اسانس اسطوخودوس داراي حدود 40 درصد استات لينالیل است همچنين در آن تركيباتي نظير اسيد بوتيريك ، اسيد پروپيونيك و اسيد والريك ، لينالول آزاد و ژرامبول وجود دارد.

خصوصيات گياهي :

گونه هاي مختلف اسطوخودوس گياهاني خشبي چند ساله هستند . تا كنون حدود 48 گونه از اسطو خودوس شناسايي شده است . اسطوخودوس فرانسوي ( با گونه هاي اسپيكا ، افيسينواليس و ورا هم نام است ) گياهي است مديترانه اي كه منشأ آن جنوب اروپا گزارش شده است و در جنوب ايتاليا ، جنوب فرانسه و اسپانيا در خاكهاي سبك شني و در ارتفاعات 1700 متري از سطح دريا به طور خودرو مي روید . ارتفاع اين گياه متفاوت و بين 40 تا 60 سانتي متر است . شكل ظاهري آن در گياه چند ساله شبيه نيمكره اي است كه قطر آن به 80 تا 120 سانتي متر مي رسد . برگها به رنگ سبز تيره ، نيزه اي شكل و به طور متقابل روي ساقه قرار مي گيرد . طول اين برگها سه تا پنج و عرض آن 2/0 تا 5/0 سانتي متر است . برگها پوشيده از كرك و حفره هاي حاوي اسانس است . گلها به

صورت خوشه هاي مجتمع در انتهاي ساقه هاي گلدهنده قرار مي گيرند . ساقه هاي گل دهنده اسطو خودوس فرانسوي ، غير منشعب و ارتفاع آنها 20 تا 40 سانتي متر است . گلها به رنگ آبي متمايل به بنفش هستند و ريشه اصلي اين گياه طويل و چوبي است و از انشعابهاي متراكم و فراواني برخوردار است . اين ريشه قادر به جذب رطوبت از اعماق چهار متري زمين است . ميوه اسطوخودوس فندقه و تخم مرغي شكل بوده و طول آن 8/1 تا 2/2 ميلي متر و رنگ آن قهوه اي تيره و براق است . وزن هزار دانه نيز 85/0 تا 1/1 گرم است .
قسمت دارويي :
گلهاي اسطوخودوس و پيكر رويشي آن ( برگها و سرشاخه هاي جوان ) حاوي مواد موثره دارويي مي باشند .
مواد موثر :
گلها و پيكر رويشي اسطو خودوس فرانسوي حاوي اسانس است . اين اسانس در حفره هاي مخصوص ساخته و ذخيره مي شود . اسانس گلهاي اين گياه در مقايسه با اسانس برگها و پيكر رويشي از كيفيت مناسب تري برخوردارند . مقدار اسانس بين 5/0تا 5/1 درصد بوده و مهمترين تركيبات تشكيل دهنده آن لينالیل استات ، لينالیل ، كامفور و گرانيول مي باشد .
خواص داروئي:
اسطوخودوس از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است.
?) براي رفع خستگي و آرامش چند قطره روغن اسطوخودوس را در وان آب گرم ريخته و براي مدت يك‌ربع ساعت در آن دراز بكشيد.
?) گرفتگي‌ها را باز مي‌كند.
?) مقوي معده است.
?) ادرارآور مي‌باشد.
?) معرق است و تب را پائين مي‌آورد.
?) صفرا بر بوده و كبد را به‌كار مي‌اندازد و بيماري‌هاي كبدي را برطرف مي‌كند.
?) ضد تشنج است.
?) براي تقويت عمومي بدن خوب است
?) كرم‌هاي معده و روده را از بين مي‌برد
??) بيماري‌هاي سينه و سرفه را برطرف مي‌كند.
??) در معالجه زكام مؤثر است
??) از آن مي‌توان به‌عنوان مسهل و تميز كننده استفاده كرد.
??) براي رفع بيماري‌هاي مجاري و ادرار مفيد است.
??) براي برطرف كردن رعشه و سرگيجه حدود ? گرم از پودر آن را با عسل مخلوط كرده و هر شب بخوريد.

?? براي رفع فراموشي و تقويت حافظه از دم‌كرده اسطوخودوس استفاده كنيد.
?? براي رفع بي‌خوابي يك قطره از روغن اسطوخودوس را روي يك تكه پنبه بچكانيد و آن را داخل بالش خود قرار دهيد خواب مطبوعي براي شما مي‌آورد.
?? براي برطرف كردن غم و اندوه هر روز دم‌كرده اسطوخودوس بنوشيد.
?? اگر دست و پاي شما خواب مي‌رود از اين گياه استفاده كنيد.
?? براي پيشگيري از آب آوردن بدن دم‌كرده اسطوخودوس بنوشيد.
?? زردي را برطرف مي‌كند.
?? براي رفع حالت تهوع و سرگيجه مفيد است.
?? سردرد و سردردهاي يكطرفه را درمان مي‌كند.
?? براي معالجه ضعف اعصاب مفيد است.
?? طپش قلب را از بين مي‌برد.
?? آسم را برطرف مي‌كند.
?? براي رفع ترشحات زنانه مي‌توانيد از اين گياه استفاده كنيد.
?? براي برطرف كردن سوء هاضمه يك قطره اسانس اسطوخودوس را در يك ليوان آب نيم‌گرم ريخته و يا يك فنجان از دم‌كرده آن را بنوشيد.
?? اسطوخودوس درمان كننده رماتيسم آرتروز و نقرس است براي اين منظور كمپرس آن را بر روي عضو مورد نظر بگذاريد و يا اينكه ? قطره روغن آن را با يك قاشق روغن بادام و يا روغن زيتون مخلوط كرده و عضو دردناك را با آن ماساژ دهيد.
?? زخم‌هاي كهنه را با ماليدن اسانس اسطوخودوس كه در الكل حل كرده‌ايد برطرف كنيد.
?? براي درمان بيماري‌هاي ريوي ? تا ? قطره روغن اسطوخودوس را با يك قاشق غذا خوري روغن بادام و يا روغن زيتون مخلوط كرده و سينه و پشت بيمار را ماساژ دهيد.
?? ماليدن پماد اسطوخودوس زخم‌ها را ضد عفوني كرده و التيام مي‌بخشد.
?? براي برطرف كردن بوهاي نامتناسب در منزل چند قطره روغن اسطوخودوس را در آب ريخته و بگذاريد به آرامي بجوشد عطر مطبوعي را در هوا پخش مي‌كند.
?? براي رفع بي‌خوابي يك قاشق چايخوري پودر اسطوخودوس را با يك قاشق چايخوري پودر سنبل‌الطيب مخلوط كرده و در يك ليوان آبجوش ريخته و به مدت ?? دقيقه دم كنيد. اين دم كرده را يك ساعت قبل از رفتن در ختخواب ميل كنيد تا بي‌خوابي شما برطرف شود.
مواد و عناصر غذايي :

اگر چه اسطوخودوس در زمين هاي فقير مي روید ولي در سطوح وسيع كشت بايد از زمينهاي غني و حاصلخيز استفاده شود . از آنجائيكه اين گياه 15 تا20 سال در يك مكان باقي مي ماند ، از اين رو تمام نيازهاي غذايي آن در اين مدت بايد توسط خاكي كه در آن كشت مي شود تأمين گردد . تحقيقات نشان مي دهد براي توليد هر يكصد كيلوگرم گل ، گياهان 8/0 كيلوگرم ازت ، 2/0 كيلوگرم اكسيد قسقر و 8/0 كيلوگرم اكسيد پتاس از خاك جذب مي كنند . كودهاي كاملاً پوسيده حيواني نقش عمده اي در افزايش عملكرد دارد . از اين رو توصيه مي شود فصل پاييز هنگام آماده ساختن زمين ، 35 تا 50 تن در هكتار كودهاي حيواني كاملاً پوسيده به زمين اضافه شود . همچنين در فصل پاييز بايد 70 تا 80 كيلوگرم در هكتار اكسيد فسفر و 100 تا 120 كيلوگرم در هكتار اكسيد پتاس به عنوان مقادير پايه به خاك اضافه شود .
در سال اول رويش و در اواخر بهار نيز 70 تا 80 كيلوگرم در هكتار ازت بايد به صورت سرك در اختيار گياهان قرار گيرد . با توجه به طولاني بودن دوره رويش اسطوخودوس توصيه مي شود در طول رويش اين گياه ، خاك مورد تجزيه قرار گيرد و با توجه به وضعيت خاك از نظر موتد و عناصر ضروري اقدام به كوددهي زمين نمود .
سازگاري :
اسطوخودوس از گياهان مناطق خشك و نيمه خشك است . در طول رويش به تابش نور فراوان و هواي گرم و رطوبت كم نياز دارد .چنانچه اين گياه در چنين شرايطي رشد كند عملكرد گل ، مقدار اسانس و همچنين كيفيت آن افزايش مي يابد . تحقيقات نشان مي دهد كه مقدار و كيفيت اسانس با نور رابطه مستقيم دارد به طوري كه چنانچه اسطوخودوس در مناطقي كه داراي نور كافي نباشد كشت شود ، نه تنها از نقدار اسانس گلها كاسته شود بلكه تركيبات استري ( لينالیل استات ) آن نيز كاهش مي يابد و گياهاني كه در سايه كشت مي شوند در مقايسه با گياهان كشت شده در آفتاب ، اسانس و تركيبات استري آنها به ترتيب 55 تا 41 درصد كاهش نشان مي دهد . اسطوخودوس فرانسوي در هر نوع خاكي قادر به رويش است . ولي خاكهاي سبك حاوي تركيبات كلسيم و غني از مواد و عناصر غذايي خاكهاي مناسبي براي توليد انبوه اين گياه است . خاكهاي سنگين كه تهويه هوا در آنجا به شختي انجام مي گيرد و همچنين سبب آب ايستايي مي شوند براي كشت اين گياه مناسب نيستند .
آماده سازي خاك :
پس از افزون كودهاي حيواني به زمين مي بايست با شخم مناسبي اين كودها را به عمق 35 تا 40 سانتي متر زمين منتقل كرده كه البته 5/1 تا 2 ماه قبل از كشت نيز بايد اقدام به افزون كودهاي شيميايي مورد نياز گياه

( مانند قسقر و پتاس ) به خاك كرده و با شخم متوسطي آنها را به عمق 18 تا 20 سانتي متري زمين منتقل نمود . اواخر زمستان پس از شكستن سله ها ، جمع آوري سنگها و قلوه سنگها و تسطيح ، زمين براي كاشت كاملاً آماده مي شود .

كاشت :

كاشت اسطوخودوس توسط بذر و از طريق رويشي امكان پذير است . كاشت توسط بذر به روش غير مستقيم انجام مي گيرد و فصل پاييز ( آذر ) يا اوايل بهار ( نيمه دوم اسفند ) زمان مناسبي براي كشت بذر در خزانه هواي آزاد است . در اين صورت فاصله مناسب رديفهاي كاشت از يكديگر در سطح وسيع خزانه 35 تا40 سانتي متر و در سطح كوچك خزانه نيز 15 تا 29 سانتي متر مي باشد . اگر بذرها در فصل پاييز كشت شوند عمق مناسب كاشت بذر 5/0 تا 1 سانتي متر و اگر در فصل بهار كشت شوند 1 تا 5/1 سانتي متر مي باشد . براي هر هكتار زمين به 7 تا 9 كيلوگرم بذر ( با كيفيت مطلو ب) نياز است . اواخر شهريور تا اوايل مهر ماه سال بعد زمان هاي مناسبي براي انتقال نشاء ها به زمين اصلي است و در مدت زمان مذكور ارتفاع گياهان در خزانه به 18 تا 20 سانتي متر مي رسد . هنگام انتقال نشاءها به زمين اصلي ساقه آنها را بايد از فاصله 8 تا 10 سانتي متري سطح زمين هرس كرد . اين عمل سبب توليد شاخه هاي متعدد مي شود . توصيه مي شود در هنگام انتقال نشا به زمين اصلي ، نشاء ها از فاصله پنج سانتي متري بالاي يقه در خاك كشت شوند در ضمن براي هر هكتار زمين به 20 هزار بوته نياز است .

تكثير رويشي :

تكثير رويشي اسطوخودو فرانسوي از طريق ريشه دار كردن ساقه هاي سبز و جوان يا ساقه هاي خشبي و انتقال آنها به زمين اصلي مي باشد . اوايل شهريور از پايه هاي مادري يك ساله ساقه هاي سبز و از پايه هاي مادري چهار تا پنج ساله ساقه هاي خشبي به طول 12 تا 20 سانتي متر جدا كرده سپس اقدام به كاشت آنها در خزانه ( اعم از خزانه هواي آزاد يا زير پلاستيك ) مي نمايند . اين قلمه ها در عمق 4 تا 5 سانتي متري و در رديفهايي به فاصله 6 تا 10 سانتي متر و فاصله دو قلمه از يكديگر 2تا 3 سانتي متر كشت مي شوند . در هر متر مربع از سطح خزانه 600 تا 800 قلمه كشت كرد . ايجاد سايبان روي قلمه ها سبب تسريع در ريشه دار شدن آنها مي شود . بهار ( ارديبهشت ) يا پاييز سال بعد زمان مناسبي است براي انتقال قلمه هاي ريشه دار شده به زمين اصلي بوته ها در رديفهايي به فاصله 100 ساتني متر ( فاصله دو بوته در طول رديف 50 تا 80 سانتي متر ) در زمين اصلي كشت مي شوند .

مراقبت و نگهداري :

رشد اوليه اسطوخودوس در سال اول رويش بسيار كند است و علفهاي هرز مي توانند بدون رقابت و به سرعت توسعه يابند . از اين رو كنترل علفهاي هرز قبل از كاشت و تهيه بستر فاقد علف هرز ضرورت دارد . در سال اول رويش به منظور توليد شاخه هاي متعدد ، بايد قسمت هوايي گياهان را به طول 8 تا10 سانتي متر هرس كرد . اين هرس نه تنها مانع رشد نامناسب طول ساقه مي شود بلكه با توليد شاخه هاي متعدد سبب پرپشت شدن بوته ها مي شود .سال دوم رويش نيز عمل هرس اندام هوايي را از قسنت 15 تا 18 سانتي متر بايد تكرار كرد . در سطوح وسيع كشت ، عمل هرس با دست امكان پذير نيست و بايد با ماشينهاي مخصوص هرس انجام گيرد . هرس گياهاني در سال دوم رويش سبب مي شود تا ساقه هاي گل دهنده از طول يكساني برخوردار شوند . از سال سوم نيازي به هرس نيست زيرا گياهان به شكل ثابت خود كه نيمكره است مي رسند. اواخر سال اول رويش نيز زمان مناسبي براي واكاري و جايگزيني كردن بوته هاي خشك شده است . وجين علفهاي هرز در طول رويش گياهان ضروري است . از آنجائيكه چند سال پس از كشت ، خاك بين رديفها متراكم شده و عمل تهويه هوا به شختي انجام مي گيرد . لذا هر چهار تا شش سال بايد خاك بين رديفها را تا عمق 40 تا 60 سانتي متري برگردان كرد .

برداشت :

گلهاي اسطوخودس از اواخر بهار پديدار شده و گلهاي باز شده از بيشترين مقدار اسانس برخوردارند . از آنجايي كه گياهان معمولاً هفت تا هشت روز در مرحله گلدهي هستند ، در سطوح وسيع كشت امكان برداشت آنها در اين مدت كوتاه وجود ندارد . به همين خاطر از بدو باز شدن گلها مي بايست آنها را برداشت كرد . هنگام برداشت گلها ، ساقه ها از نيمه قطع شوند سبب ناهماهنگي در نمو گلها در سالهاي بعد مي شوند و برداشت گلها ، آنها را در كيسه هاي بزرگ ريخته و بلافاصله جهت استخراج اسانس ، گلها را به كارخانه هاي مربوط منتقل مي كنند . مقدار عملكرد گل متفاوت است و به نوع گياه و شرايط اقيلمي محل رويش گياه بستگي دارد . عملكرد گل تازه در سال اول رويش 4/0 تا 7/0 تن در هكتار ، در سال دوم 5/1 تا 2 تن در هكتار ، در سال سوم 3 تا 5/3 تن در هكتار و از سال چهار به بعد 5/3 تا 4 تن در هكتار مي باشد . معمولاً از هر 8 تا 10 كيلوگرم تازه يك كيلوگرم گل خشك به دست مي آيد . مقدار اسانس نيز متفاوت است به طوري كه در سال دوم رويش سه تا شش كيلوگرم ، سال سوم 8 تا 16 كيلوگرم ، سال چهارم 15 تا 20 كيلوگرم و در سالهاي بعد 20 تا 26 كيلوگرم اسانس از هر هكتار زمين استحصال مي شود .

طرز استفاده:

?) دم کرده اسطوخودوس: حدود ? گرم سرشاخه گل‌دار و یا گل این گیاه را در يك ليتر آبجوش ريخته و به مدت ?? دقيقه دم کنيد. مقدار مصرف این دم‌کرده ?-? فنجان در روز است
?) کمپرس اسطوخودوس ?? گرم گل و یا سرشاخه گل‌دار این گیاه را با يك ليتر آبجوش مخلوط کرده و به مدت ?? دقيقه دم کنيد
?) اسانس و روغن اسطوخودوس را مي‌توانيد از فروشگاه‌هاي گياهان داروئي و یا برخي از داروخانه‌ها تهيه کنيد براي مصرف يك قطره از آن را با يك قاشق روغن بادام و یا روغن زيتون مخلوط کرده و براي ماساژ استفاده کنيد و یا يك قطره آن را روي يك حبه قند و یا يك قاشق عسل مخلوط کرده بخوريد

مضرات

اسطوخودوس گياهي است بي‌ضرر که همه مي‌توانند از آن استفاده کنند فقط براي اشخاص صفراوي مزاج خوب نست و باعث آشفتگي مي‌شود این‌گونه اشخاص بايد آن را با سکنجبين یا کتيرا بخورند

منابع :


اسطوخودوس «داروئي» http://daneshnameh.roshd.ir
اسطوخودوس (لاواندر) Lavander http://aftab.ir
اسطوخودوس ( لاواندر ) Lavander http://www.irteb.com
اسطوخودوس http://www.balashahr.com
فواید گیاه «اسطوخودوس» http://www.ashpazonline.com
اسطوخودوس http://www.sabziran.ir

# مامیران کبیر

دانه هاي آن سياه رنگ هستند. اندام دارويي مامیران قسمت هوايي گياه است که در هنگام گل دادن جمع آوري مي شوند. از مامیران به صورت خوراکي به عنوان صفراآور، ضداسپاسم، مسکن (ضعيف) و مدر و به صورت موضعي در درمان زگيل استفاده مي شود. در طب گذشته از تمام قسمت هاي گياه مامیران به ويژه شيرابه و ريشه آن در درمان ناراحتي هاي پوستي به ويژه برص، درد دندان و نيز به عنوان صفراآور استفاده مي کردند. اين گياه سمي است و مقدار زياد آن در مصارف داخلي ممکن است حتي موجب مرگ شود. مصرف اين گياه در دوران بارداري ممنوع است. سرشاخه هوايي مامیران داراي ?-?/? درصد آلکالوئيد با بيش از ?? آلکالوئيد است. اين گياه در زمين هاي بایر به صورت خودرو رشد مي کند و به صورت وسيعي در اروپا و آسياي شمالي و مرکزي مي رويد.
اندام دارويي مامیران قسمت هوايي گياه است که در هنگام گل دادن جمع آوري مي شوند. از مامیران به صورت خوراکي به عنوان صفراآور، ضداسپاسم، مسکن (ضعيف) و مدر و به صورت موضعي در درمان زگيل استفاده مي شود. در طب گذشته از تمام قسمت هاي گياه مامیران به ويژه شيرابه و ريشه آن در درمان ناراحتي هاي پوستي به ويژه برص، درد دندان و نيز به عنوان صفراآور استفاده مي کردند. اين گياه سمي است و مقدار زياد آن در مصارف داخلي ممکن است حتي موجب مرگ شود. مصرف اين گياه در دوران بارداري ممنوع است. سرشاخه هوايي مامیران داراي ?-?/? درصد آلکالوئيد با بيش از ?? آلکالوئيد است.
ترکيبات شيميايي:
اين گياه سمي است و استفاده زياد از آن باعث تشنج مي شود .
مامیران کبیر داراي آلکالوئيد هاي مختلفي مانند چليدونين ، هيموچليدونين ، کلريتين ، پروتوپين ، آليکري توپين ، هربرين و اسپارتئين مي باشد . در مامیران کبیر همچنين نمك هاي کلسيم ، منيزيوم و آلمينويم ، مواد رزيني و موسيلاژ موجود است .
خواص داروئي:
تمام قسمت هاي اين گياه و شيره آن مصرف دارويي دارند البته ريشه آن قوي تر از بقيه قسمت هاي آن است
1)جوشانده و يا دم کرده مامیران براي درمان سرطان معده بکار مي رود
2 )در معالجه آسم اثر مفيد درد
3) تشنج را برطرف مي کند
4)فشار خون را پائين مي آورد

5)ادرار آور و ملين است
6)درمان كننده تصلب شرائين است
7)دردهاي سرطاني را ساكت مي كند
8)براي معالجه آنژين دپواترين از آن استفاده مي كنند
9)براي درمان آب آوردن بدن مفيد است
10)سنگ كليه را خرد كرده و دفع مي كند
11)براي معالجه نقرس مفيد است
12)داروي خوبي براي برطرف كردن بيماريهاي كبدي است
13) براي درمان زخم ها ي چركين ، ريشه له شده ماميران را مانند ضماد روي اينگونه زخم ها بگذاريد
14)شيره ماميران داروي موثري براي از بين بردن زگيل و يا ميخچه است
. اين شيره را با گليسرين به سنبت مساوي مخلوط 0
ديگر خواص اين گياه :
ماميران يا "ماميزان كبير" گياهي داروئي از تيره "خشخاش Papaveraceae" است كه نام علمي آن"Chelidonium Majus"مي باشد
.ماميران ،" گياه پرستو " ميز ناميده ميشود. ماميران،داراي خاصيت درماني به شرح زير مي باشد:
اختلالات قلبي وعروقي
جوشانده ريشه ماميران ،تصلب شرائين وفشار خون را درمان نموده و از بروز سكته قلبي جلوگيري مي نمايد.
اختلالات عصبي
جوشانده ريشه ماميران،تسكين دهنده دردهاي عصبي ،خواب آور وآرام بخش است.
اختلالات پوستي
عصاره ماميران ،زخمها ،زوائد گوشتي و زگيل و ديگر اختلالات پوستي را برطرف مي سازد.
اختلالات كليوي
جوشانده ماميران،محرك كليه،فزوني دهنده حجم ادرار،دفع كننده سموم بدن و درمان كننده عفونتهاي كليه و مثانه ومجاري ادرار است.
اختلالات چشمي
شست و شوي چشم با عرق ماميران ،درد و ورم و عفونتهاي چشم را التيام ميبخشد
خلاصه آنكه ماميران،گياهي مدر و مخدر و درمان كننده اختلالات قلبي و عروقي،عصبيريالپ.ستي كليوي و چشمي است.ماميران تصفيه كننده خون درمان كننده عفونتهاي سفيليسي ،تنگي نفس ،آسم و بواسير است
بايد دانست كه مصرفماميران،بدون تجويز پزشك ممنوع است.

طرز استفاده:
جوشانده :
مقدر 20 گرم برگ خشك و يا ريشه ماميران را در يك ليتر آب حل كنيد . مقدر مصرف آن يك فنجان سه بار در روز است .
دم كرده ماميران :
30 گرم برگ خشك ماميران را در يك ليتر آب جوش ريخته و بگذاريد براي مدت ده دقيقه دم بكشد . سپس صاف كرده و مصرف كنيد .
تنطور ماميران :
اين تنطور را مي توانيد از فروشگاههاي گياهان دارويي و يا برخي از داروخانه ها خريدري كنيد و يا اينكه مقدر 100 گرم برگ خشك يا ريشه ماميران را در 500 گرم الكل سفيد خيس كرده بگذاريد براي مدت دو هفته بماند . البته هر روز آنرا تكان دهيد پس از اين مدت آنرا صاف كرده و در شيشه دربست نگاهدري كنيد . مقدر مصرف آن 10-15 قطره سه بار در روز است .
شيره ماميران :
براي استفاده از شيره ماميران آنرا با عسل مخلوط كرده و استفاده كنيد .
مضرات :
همانطور كه گفته شد مصرف زياد ماميران كبير توليد مسموميت مي كند و حتي استفاده زياد آن
بصورت له شده روي رخم ها نيز همين خطر را د ارد زيرا از راه پوست جذب بدن مي شود .
بنابراين بايد مصرف آن در حد گفته شده باشد و تحت نظر متخصص مصرف شود.
پرورش گياه
پرورش اين گياه از طريق دانه صورت مي گيرد و زمين زراعتي بايد سايه دار و نسبتاً مرطوب, ماسه اي و نرم با خاك پوسيده باشد. بذر آنرا در گلخانه در اويل اسفند و يا مستقيماً در زمين شخم خورده در رديفهايي به عرض 50 سانتي متر در طول فروردين ماه مي كارند ميزان بذر مورد نياز گلخانه هر هكتار 200 گرم و ميزان آن در زمين اصلي 2 كيلو گرم د رهكتار مي باشد.
ماههاي ارديبهشت و خرداد نهالها را در كرتهاي 20*50 سانتي متر نشاء مي كنند.جهت تقويت زمين مقدار 150 تا 75 كيلو گرم كود ازت خالص ( نيترات آمونيوم و كلسيم سيانيد ) در هر هكتار اضافه مي كنند. براي مبارزه با علفهاي هرز يك تا دوبار چنگك با ديسك ماشيني زده مي شود.
برداشت
قسمت هوايي گياه را در فروردين تا شهريور و ريشه ها را از مهر تا آبان

يا اسفند تا فروردين قبل از جوانه زدن محصول برداري مي كنند ( از دومين سال كشت چين اول گياه را در ماه اسفند و فروردين و چين دوم آنرا در شهريور يا مهر با علف چين و ريشه ها را در مهر و آبان و اسفند و يا فروردين برداشت مي نمايند).پس از برداشت محصول و تميز كردن آن قسمت هوايي را در حرارت 50 تا 60 درجه سانتي گراد و ريشه را در حرارت 60تا 80 درجه سانتي گراد خشك مي نمايند. با شرايط فوق الذكر بازدهي هر هكتار 6/3 تن محصول خشك به صورت گياه كامل و 8/2 تن ريشه است.

دامنه انتشار

نواحي شمال ايران مانند گيلان: اطراف رشت, رودبار, عمارلو ( كبوتر چاك و زرد چين ) , گرگان: بندر گز, مازندران.

منابع :


ماميران http://aftab.ir

ماميران Greater celandine http://www.farstak.com

ماميران كبير Greater celandine http://www.golestantalk.com

گياه ماميران http://daneshnameh.roshd.ir

ماميران Greater celandine http://www.aghlam.com

خواص دارويي ماميران http://www.mprn.ir

## گل راعي و خواص دارويي آن

گفته مي شود كه گياه گل راعي نام انگليسي خودرااز نام شواليه هاي سنت جان گرفته است كه ازآن درميادين جنگ هاي صليبي براي مداواي زخم استفاده مي كردند.اين باور وجود داشت كه اين گياه دافع ارواح خبيث است وبه همين دليل ديوانگان را وادارىه خوردن دمكرده آن مي كردند.به دليل رنگ زرد آن را موافق مزاج صفراوي مي دانستند وبراي درمان يرقان وهيستري به كار مي بردند.

اين گياه علاوه بر اين كه از نظر خواص دارويي بسيار غني است ،سر شاخه هاي گل دار آن نيز داراي اسانس نافذي است.

نام علمي: Hypericum perforatum

نام انگليسي: St Johns Wort

نام فارسي: علف چاي،گل راعي،هوفاريقون،گل شهناز

ريخت شناسي گياه:

گياهي است پايا ،فاقدكرك،پايه چوبي،با ساقه ايستاده، در پايين چوبي، ارتفاع گياه بسته به شرايط محيطي تعيين مي شود.برگهاي تخم مرغي،دراز،پهن، در سطح زيرين كم رنگ،شامل نقاط شفاف سوراخ مانندبا حاشيه اي سياه وبه تعداد فراوان كه درواقع كيسه هايترشحي مملو ازاسانس هستند.

گل ها به رنگ زرددرخشان ،نسبتاً بزرگ و مجتمع در گل آذين وسيع پانيكولي، داراي پنج گلبرگ مي باشد.در گلبرگها نقاط ريز يا خطوط تيره كه عبارتند از غده هاي ترشحي محتوي شيره قرمز مايل به قهوه اي ديده مي شود.

ميوه به صورت كپسول به ابعاد1-/5 ميلي متر وريشه به طول 70سانتي متر مي باشد.(1)

محل رويش:

اين گياه در نقاط خشك،مرغزارهاومراتع آفتاب گير مي رويد.در بريتانيا به وفور به خصوص بر روي خاك هاي آهكي مي رويد.

گل راعي اگر چه در زمين هاي بليرو حاشيه جاده ها مي رويدولي علف هرز اختصاصي مزارع چايي است.

ايران: اين گياه در نواحي مختلف البرز،كرج،راه چالوس،شمال ايران،گيلان،لاهيجان،طالش،خراسان،مغرب ايران،بروجرد،كوه الوند ونهاوند مي رويد.(2)

زمان گلدهي:

اواخر ارديبهشت تا اواخر مهرماه

زمان برداشت سر شاخه ها: خرداد تا تير ماه
قسمت مورد استفاده:
سرشاخه هاي گلدار تازه يا خشك شده گياه
سرشاخه ها را بايددر زمان گلدهي از گياه چيد.در اين هنگام طعم آن تلخ ،كمي قابض وبه طورملايم شور است.
اگر در بين انگشتان فشرده وله شود ،بوي معطر ورزيني ازآن استشمام مي شود.براي منظورهاي درماني گل رابايدزماني ازگياه جداكردكه در حال طراوت يعني قبل ازپلاسيده شدن باشند.(1)
تركيب هاي شيميايي :
داراي اسانس روغني فرار و در حدود 7./-.5./ درصد از يك نوع گلوكوزيد بنام هايپرين و يك ماده قرمز بنام هايپرسين بخصوص در بذرآن مشخص شده بعلاوه مقدار قابل ملاحظه اي از يك نوع تانن شبيه به تانن چاي در برگهاي آن وجود دارد در برگها در حدود 2./ روتين وجود دارد . در گلها 95 /.روتين و1./ كوئرستين وجود دارد مقدار تانن در ساقه هاي جوان گياه 8/3 درصد ،دربرگها4/12درصد ودرگلها 16/ درصد ميباشد اثر
فيزيولوژيكي گياه مربوط به وجود اسانس،هايپرسين،كولين،تانن،و نيكوتينيك اسيد مي باشد.(10)
گونه هاي ديگر اين تيره : Hypericum androsaemum.1
داراي اثر درماني مسهل است ودر بيماري هاي كليه و مثانه استفاده مي شود. Hypericum lanceolatum.2
به عنوان يك گياه دارويي التيام دهنده با اثر مقوي استفاده مي شود.از پوست ساقه اين گياه نوعي گم رزين به رنگ زرد مايل به سبز به دست مي آيد.اين ماده با نام Baumeda fleursjaunes و با بويي نا مطبوع مي باشد.
Vismia guianensis.3
درخت خون كه از آن نوعي شيره رزيني به دست مي آيد كه اثر مسهل است.
Vismia acuminate.4
در آمريكاي جنوبي مي روید .
Harongama dagascariensis.5
نوعي ماده رزيني از آن به دست مي آيد كه از آن در نواحي محل رويش جهت درمان عفونت هاي زايماني استفاده مي شود.
Vismia guianensis.3
درخت خون كه از آن نوعي شيره رزيني به دست مي آيد كه اثر مسهل است.
Vismia acuminate.4

در آمريكاي جنوبي مي روید .
Harongama dagascariensis.5
نوعي ماده رزيني از آن به دست مي آيد كه از آن در نواحي محل رويش جهت درمان عفونت هاي زايماني استفاده مي شود.(1)
رقم توپاز يكي از معروفترين ارقام گل راعي در اروپا است كه جهت توليد دارو در مقياس صنعتي از آن استفاده مي شود.در ايران نيز شركت دارويي زردبند با تهيه بذر رقم توپاز و مطالعات متعددي كه بر روي سازگاري و همچنين اثر شرايط اقليمي كشورمان بر روي آن انجام داده و به اين نتيجه رسيده كه رقم توپاز را مي توان در مقياس وسيع جهت توليد دارو مورد استفاده قرار داد.(13)
گل راعي به عنوان داروي ضد افسردگي:
مشكلات ومسائل دنياي ماشيني باعث شده كه روز به روز افسردگي در ميان افراد بيشتر شود.متاسفانه
اين پديده به صورت خفيف،متوسط ويا شديد در افراد مسن وميان سال ودر بسياري از جوانان نيز ديده مي شود.افسردگي مي تواند بسياري از عوامل زندگي از جمله فعاليت هاي روزانه ،خوراك،لذت هاي زندگي تفكرات خوب ،تحرك،سلامت جسم وروان،تحصيلات و...را تحت تاثير قرار دهد ودرنتيجه فرد افسرده نمي تواند به خوبي از زندگي خود بهره مند شود،به طوري كه افسردگي مي تواند از طريق اختلالات هورموني باعث يائسگي زود رس،مشكلات قاعدگي ،چاقي،لاغري،مشكلات پوست،ريزش مو و... شود.خوشبختانه افسردگي قابل درمان بوده و شخص مي تواند با درمان هاي دارويي و غير دارويي درمان شده وبه صورت فردي طبيعي،فعال وخوش بخت درآيد.
براي درمان انواع افسردگي ،ساليان درازي است كه از انواع دارو هاي ضد افسردگي شيميايي استفاده مي شود ولي چون درمان افسردگي گاهي چندين ماه ويا چندين سال طول مي كشد،بنابراين مصرف كنندگان اين داروها هميشه از عوارض آن ناراضي ونگران هستند؛به همين دليل در دو سه دهه گذشته تحقيقات وسيعي بر روي گياهان دارويي ضد افسردگي ،آرام بخش وضد دردصورت گرفته وتعدادي داروي موثر وداراي حد اقل اثرات جانبي به بازار هاي جهاني عرضه شده است كه مي تواند در بسياري از موارد،جايگزين دارو هاي شيميايي ضد افسردگي شود.(12)
در حال حاضر يكي از بهترين دارو هاي گياهي ضد افسردگي كه داراي خاصيت دارويي و خواص ارزنده ديگري نيز مي باشد دارويي است كه از عصاره گياه گل راعي به دست مي آيد.
قدمت مصرف اين گياه ،بيش از دو هزار سال پيش است و نزد بيشتر اقوام وملل جهان به عنوان بهترين داروي بيماري هاي عصبي مورد استفاده

بوده تا اينكه در حدود يك قرن پيش ،براي اولين بار در آلمان از آن فراورده صنعتي تهيه شده وسپس در حدود سه دهه قبل از بيشتر كشورهاي اروپايي وامريكا محصولات زيادي از آن به بازار آمد.در حال حاضر بيش از50 كار خانه دارو سازي جهان از گياه علف چاي،دارو هاي مختلف د افسردگي تهيه مي كنند.
در ايران نيز براي اولين بار در سال 1378 از عصاره اين گياه دارويي به شكل قطره و با نام هايپيران،منطبق با استاندارد جهاني و با كيفيتي برابر با انواع خارجي تهيه و به عنوان داروي رسمي ايران شناخته شد.
با توجه به اين كه به طور اساسي و به علت شرايط آب و هوايي،گياهان دارويي ايران داراي مرغوبيت خاصي مي باشند،لذا گل راعي ايران داراي بهترين كيفيت بوده و داروي ساخته شده از آن نيز از كيفيت و استاندارد بالايي بر خوردار است.(12)
مكانيسم اثر اين گياه در درمان افسردگي:
وجود آنزيم مونو آمينو اكسيداز سبب تجزيه هورمونهاي آدرنالين و نور آدر نالين در محل سيناپيس هاي عصبي مي شود.تجزيه هورمون هاي مذكورسبب ايجاد افسردگي(Depression) در افراد مي شود.هيپرسين سبب مهار اين آنزيم مي شود وبه اين وسيله افسردگي را درمان مي كند.
در اكثر مراجع علمي معتبر نظير Basic and clinical, Martindale, PDR, وكميسيونE اثر ضد افسردگي اين گياه مورد تائيد قرار گرفته است.(13)
تحقيقات نشان مي دهد كه ماده شيميايي هايپرسين موجود در گل راعي ممكن است در ابعاد فعاليت مادهاي به نام MAO (Monoamine Oxidase) دخالت كرده و آن را به مهار كننده هاي MAOتبديل كند.
مهار كننده هاي MAO گروه مهمي از داروهاي ضد افسردگي مي باشند .در يك پژوهش كوچك در آلمان كه پانزده نفر زن به منظور درمان افسردگي تحت معالجه قرار گر فته اند ،پس از اين كه به آن ها گل راعي داده شد به طور محسوس بهبود يافتند ،اشتهاي آن ها زياد شد،به زندگي بسيار علاقه مند شدند ،اعتماد به نفس خود را باز يافتند و خواب آن ها خوب شد.
اما بايد توجه داشت كه اين گياه درمان فوري براي افسردگي نيست و شايد 2-3 ماه طول بكشد.(6)
گل راعي براي درمان ايدز:
از اوايل دهه 90 آزمايشات باليني در خصوص تاثير هيپرسين در درمان بيماري هاي ايجاد شده توسط ويروس ها
صورت پذيرفت ودر نتيجه از اين گياه به عنوان يك كانديداي مناسب براي كنترل بيماري ايدز ياد شده است.

آزمايشات در اين زمينه نشان مي دهد كه گياه با سميت كم ،آثار قابل ملاحظه اي بر ضد ويروس هاي مشابه HIV دارد.دراين آزمايش ابتدا موش هاي آزمايشگاهي با ويروس هايي كه ايجاد بيماري لوكيما مي كنند تزريق شده و سپس يك تزريق از عصاره گل رهعي انجام شد و اين تزريق صد در صد از بروز بيماري در موش جلو گيري كرد.
همچنين در آزمايش هايي كه عصاره از راه دهان به موش داده شد نيز همين آثار جالب ديده شد.
پژوهش ها نشان مي دهد كه عصاره گياه از سد خوني مغز عبور مي كند كه اين خاصيت براي درمان ايدز بسيار مهم است.زيرا ويروس ايدز اغلب به مغز حمله مي كند.
اين روش بر روي انسان هاي مبتلا به ايدز نيز استفاده شده است ونتايج اوليه پژوهش ها كه در نشريه اخبار درمان ايدز منتشر شده نشان مي دهد كه تا به حال آثار مثبتي بر ضد ويروس ايدز ديده شده و بيماران بهبودي محسوسي يافته اند؛به اين معني كه فعاليت سيستم دفاعي آن ها افزايش يافته ،وزن آن ها زياد شده وانرژي بيشتري يافته اند.(6)
بررسي تاثير گل راعي در درمان سندرم پيش از قاعدگي:
در تحقيقي كه بر روي 70 نفر از دانشجويان دانشگاه تهران كه مبتلا به سندرم پيش از قاعدگي بودند انجام شد،شركت كنندگان براي دو سيكل متوالي فرم ثبت وضعيت روزانه را تكميل كردند وپس از تائيد سلامت جسمي ورواني به طور تصادفي به دو گروه 35 نفري تقسيم شدند وبه مدت دو سيكل متوالي با 30 قطره هايپيران دو بار در روز حداقل هفت روز قبل از قاعدگي تحت درمان قرار گرفتند.
ميزان كاهش شدت علايم سندرم پيش از قاعدگي بعد از مصرف هايپيران 45/46 درصد بود.(17)
بهداشت پوست:
اثر قابض وضد عفوني كننده گياه موجب گرديده كه از آن در درمان عوارض پوست هاي چرب استفاده شود.
معمولاًپوست صورت اگر چرب باشد،پس از پاك كردن از مواد آرايشي بقاياي آن در منافذ پوست كه حالت باز شده دارند،باقي مي ماند وآن ها را مسدود مي كند.براي نظافت كامل اين گونه پوست ها ،جوشانده 50 گرم سر شاخه ها ي گياه رادر يك ليتر آب تهيه كرده و بر روي پوست صورت اثر مي دهندو آن را پاك مي كنند.
جوشانده مذكور از پيدايش چين در پوست صورت جلوگيري مي نمايدوباعث طراوت آن مي شود.(1)
دارو هاي تهيه شده از گل راعي:
1.قرص پرفوران:Perforan coated tablet

قرص روكش دار كه هر قرص حاوي حدود 160 ميلي گرم عصاره خشك گياه علف چاي يا هوفاريقون و معادل 300 ميكرو گرم هايپريسين مي باشد.
مواد موثره: مهمترين ماده موثره آن هيپريسين پسودو هيپريسين است.ساير مواد موجود در آن عبارتند از :فلاونوئيد،گزانتون ها ،اسيد هاي كربو كسيليك،فنوليك.
آثار فارما كولوژي:
در مطالعات اوليه نشان داده شده است كه عصاره گياه علف چاي انواع ايزو آنزيم A,B آنزيم مونو آمينو اكسيداز(MAO) را مهار مي نمايد.در نتيجه اين اثر ميزان واسطه هاي شيميايي سروتنين،نوراپي نفرينو دوپامين در هسته هاي مغزي افزايش يافته ،موجب بهتر شدن خلق و بر طرف شدن افسردگي مي شود.
حداقل دو مكانيسم براي اثر ضد افسردگي گل راعي پيشنهاد شده است كه عبارتند از :تعديل فعاليت اينتر لوكين و وقفه برگشت سروتونين به عصب.
مطالعات باليني:
در يك مطالعه باليني بر روي شش زن افسرده 55-65 سال عصاره علف چاي كه ميزان 14/.% استاندارد شده بود به كار گرفته شد و معلوم شد كه اين عصاره ميزان متابوليت هاي نور آدرنالين و دوپامين ادرار بيماران تحت درمان را افزايش مي دهد.
همچنين محققان دريافته اند كه افزايش قابل ملاحظه اي در ميزان متابوليت هاي كاتكو لا مين ها ،متوكسي
هيدروكسي فنيل گليكول كه عامل مشخص كننده اثر بخشي در درمان ضد افسردگي است در ادرار اين بيماران يافت شده است.
مطالعات ادامه دار همين محققين بر روي 22 بيمار ديگر نشان داد كه عصاره علف چاي به طور قابل ملاحظه اي
علائم اضطراب،بي تفاوتي ،خواب زباد،بي خوابي،بي اشتهايي،كندي فعاليت حركتيوافسردگي را بر طرف مي كند وضمناًآثار جانبي مشاهده نگرديد.
موارد منع مصرف ونكات قابل توصيه:
در بيماران حساس به گياهان دارويي توصيه نمي شود.
عوارض جانبي:
عوارض آلرژيك وفتو درماتيت در بعضي بيماران گزارش شده است.
مقدار مصرف ونحوه استعمال:
روزي سه مرتبه هر بار يك قرص با يك ليوان آب ميل شود.
مصرف در حاملگي و شير دهي:

در موارد حاملگي وشير دهي توصيه نمي شود.(7)
2. قطره هايپيران:
اين فرآورده از عصاره هيدرو الكلي گياه علف چاي به دست مي آيد و به شكل قطره در دارو خانه ها موجود است.
اثرات درماني:
آرام بخش،مسكن،ضد اضطراب، مفيد دربيماري هاي ميگرن،پرخوابي،مشكلات و دردهاي دوران قاعدگي،ترس ودلهره،شب ادراري كودكان مي باشد.عصاره اين گياه مي تواند ميزان اكسيژن سلولي را افزايش مي دهد.
در دوران قبل از قاعدگي به دليل بروز تغييرات هورموني،نوساناتي چون خلق وخو،دردهاي ناحيه كمر،دل درد،اسپاسم وسردرد بروز مي كند.استرس و اضطراب از جمله عوامل تشديد كننده اين عوارض است.
شربت گياهي هايپيران داروي مناسبي براي كاهش هيجانات روحي و تغييرات خلق و خوست.
نكاتي كه در مورد اثرات ايده آل اين دارو واكثر دارو هاي گياهي بايد در نظر داشت اين است كه حداقل 2-3 هفته پس از مصرف نبايد انتظار اثر داشت چون دارو هاي گياهي دير اثر بوده و اثر آن ها به طور اصولي پس از يك ماه ظاهر مي شودوبه تدريج به حداكثر مي رسد،به علاوه مقادير مصرف نوشته شده در راهنماي داروهاي گياهي ،بايد به دقت رعايت شودوهمچنين داروهاي گياهي را بايد به طور منظم و مرتب مصرف كرد،چرا كه
مسئله مقدار،مدت مصرف و نظم در مصرف دارو از شرايط اصلي اثر بخشي داروهاي گياهي است.
آمارهاي تحقيقات كلينيكي نشان داده كه رعايت مصرف صحيح هايپيران ،بيش از 90 درصد اثرات ايده آل ومثبت به جاي گذاشته است.با توجه به بي ضرري هايپيران وداروهاي مشابه آن اين دارو در ليست داروهاي OTC(بدون احتياج به نسخه) قرار گرفته ودر همه جاي دنيا مي توان آن را از داروخانه ها خريداري كرد.
همچنين مصرف طولاني هايپيران بدون مشكل است.(16)
3. پماد و كرم هيپريكوم پرفوراتوم:
عصاره گياه گل راعي از سرشاخه گل خشك شده و پودر شده وبا استفاده از دستگاه سوكسله وحلال متانول
تهيه مي شود.
براي بررسي اثر اين پماد به عنوان ضد التهاب والتيام بخش ،پمادهايي باذ غلظت عصاره 5-3 درصد انتخاب وپس از مشخص نمودن روش تعيين مقدار عصاره در فرآورده ها جهت بررسي اثر آن تعداد 20 موش ماده

با محدوده وزني 250-200 گرم انتخاب شد .دو روز پيش از ايجاد سوختگي موي ناحيه پشت نمونه ها تراشيده شد.اين نمونه ها به چهار گروه پنج عضوي تقسيم شدند.
گروه اول تحت درمان با پماد 3 درصد گروه دوم پماد 5 درصد گروه سوم به عنوان شاهد تحت درمان با پلاسيبور گروه چهارم به عنوان مقايسه استاندارد تحت درمان با كرم فني توئين 1درصد قرار گرفتند.جهت ايجاد سوختگي پس از بيهوشي ناحيه تراشيده شده پنج ثانيه در آب جوش 965 درجه به صورت معلق قرار گرفت كه باعث ايجاد سوختگي درجه سه شد.درمان در دو دوره وهر يك در يك هفته صورت گرفت.
در هفته نخست هر روز نمونه ها در دو نوبت ودر هفته دوم در يك نوبت دارو دريافت كردند.نمونه هاي شاهد داراي افزايش تدريجي شدت التهاب ،نكروز،لاغر شدن شديد،عطش فراوان،بي حركتي،گسترده شدن مناطق آسيب ديده وعفونتبودند.درنهايت به مرگ ان ها در روز دوازدهم منجر شد.
ساير نمونه ها به تدريج با كاهش التهاب والتيام مناطق آسيب ديده ،سير بهبودي را طي كردند.در اين پژوهش نشان داده شد كه پماد گل راعي با غلظت 3درصد تا حدودي بهتر از غلظت 5 درصد عمل مي كند؛كه اين امر از نظر اقتصادي داراي اهميت بسيار است.
همچنين اختلاف معني داري بين اثرات التيام بخش پماد 3 درصد وكرم 1 درصد فني توئين ديده نشد.(14)
4.هايپر فورات :
اثرهايپرسين تغليظ شده در دي كلرو متان ومتانول در كاهش زخم معده تجربي حاصل از استيل سالسيليك اسيد واتيل الكل 96 درجه در معده موش صحرايي.
هايپريسين با مقادير مختلف به صورت وابسته به دوز جلوي ايجاد زخم توسط ايندو متاسين را مي گيرد ودر ثاني
در حيواناتي كه قبلاًتوسط اين ماده پيش مداوا شدند وسپس در آن ها اقدام به ايجاد زخم گوارشي توسط ايندو متاسين مي شد تا حد قابل توجهي در برابر زخم گوارشي مقاومت نشان مي دادند.
پس اين ماده جلوي زخم زايي ايندو متاسين را مي گيردو اين كار را با افزايش ترشح موكوس معدي انجام مي دهد.همچنين ممكن است اين دارو روي سنتز پروستا گلاتوسين ها و ميكروسيركولاسيون مخاط معده تاثيراتي داشته باشد.(14)
فرآوري:
اسانس گل راعي:
در نقطه هاي روشن برگ غده هايي وجود دارد كه مملو از شيره قرمز رنگ مايل به قهوه اي است.

در اروپا از اين شيره به عنوان موثرترين دارو براي التيام زخم ها ،سوختگي ومماليدن به قسمت هايي كه از بدن كه پوست آن ها كنده شده است استفاده مي شود.( 15)
روغن گل راعي:
روغن گل راعي كه يك روغن قرمز رنگ مي باشد از قرار دادن گل در در روغن آفتاب گردان،روغن گردو و يا روغن زيتون وبا قرار دادن در برابر آفتاب به مدت چند هفته به دست مي آيد.
اين روغن را مي توان روي سوختگي،التهابات پوستي،عضلاني وبافت همبند ماليد و براي درمان نورالژي به كار برد. (8)
خشك كردن:
براي خشك كردن گياه بايد آن ها را به صورت دسته هاي مجزا در آورد وسپس بر روي طناب آويخت.يا اينكه سر شاخه ها را به صورت قشر نازكي بر روي سطح زمين در محل خشكي گستراند تا بدون فاسد شدن خشك شوند.اگر عمل خشك كردن با دقت وسرعت انجام شود ،گل ها،رنگ زيبا وطعم خود را حفظ مي كنند. (11)
خشك كردن صنعتي گل راعي در دماي حداكثر 55 درجه ودر تاريكي كامل انجام مي شود.(حتي چند ساعت نور مي تواند مقدار ماده شيميايي فعال را كاهش مي دهد.(3)
مقدار مصرف :
براي التيام زخم پس از اين كه محل زخم با آب و صابون كاملاً تميز شد برگ ها وگل هاي تازه له شده گياه را روي زخم بگذاريد.
براي تهيه دمكرده براي معالجه افسردگي و احتمالاً تحريك سيستم دفاعي بدن يك تا دو قاشق مربا خوري گياه خشك را در يك ليوان آب جوش 15-10 دقيقه خيس كنيدوتا سه پيمانه در روز بخوريد.طعم آن ابتدا كمي شيرين وسپس تلخ وقابض است.
براي كودكان وافراد بالاي 65 سال بايد از مقدار كم شروع كردو به تدريج اضافه كرد.
فاكتور هاي ايمني :
مهار كننده هاي MAO در تريك با بعضي خوراكي ها ممكن است در ابعاد خطرناكي فشار خون را بالا ببرد وعلائم آن سردرد،سفتي گردن،آشفتگي وقي سردي پوست بدن مي باشد.البته قدرت تاثير گياه در مقدار مجاز به قدرت مهار كننده هاي دارويي تجاري نيست ولي توصيه مي شود اشخاصي كه از اين گياه استفاده مي كنند نبايد از دارو هاي Amphetaminesو مخدرها،واز اسيدهاي آمينهTryptophan,Tyrosine وقرص هاي ضد بار داري بخور هاي ضد آسم،داروهاي سرما خوردگي استفاده نكنند.
در مواردي كه چاي كوهي به به عنوان علوفه دارويي به دام ها داده مي

شود ماده شيميايي هايپريسين زير پوست دام جمع مي شودوزير تابش اشعه آفتاب ايجاد سوختگي وتاول مي نمايد.حتي در مواردي كه به جانوران آزمايشگاهي به مقدار زياد ماده شيميايي هايپيريسين تزريق شده وزير تابش اشعه آفتاب قرار داده شده اند ،
مرده اند. ولي تحقيقات دانشمندان نشان مي دهد مصرف اين گياه براي انسان در صورتيكه در حد مجاز توصيه شده ،مصرف شود ايجاد عوارض پوستي نمي كند،مگر در افرادي كه داراي پوست هاي حساس باشند.به همين دليل اشخاصي كه از اين گياه استفاده مي كنند،شبه به اشخاصي كه از آنتي بيوتيك تترا سايكلين استفاده مي كنند بايد حتي الامكان دور از تابش اشعه آفتاب باشند. (6)
احتياط مصرف:
قرار گرفتن پوست در معرض آفتاب پس از مصرف خوراكي اين گياه ،ممكن است منجر به درماتيت شود.
در هواي مرطوب و آفتابي هرس كردن گياه و چيدن برگ وگل باعث در ماتيت تماسي مي شود.
تداخلات دارويي:
استفاده طولاني مدت اين گياه مي تواند فعاليت دارو هاي حياتي مانند مهار كننده هاي پروتئاز براي HIV و دارو هاي ضد وازنش پيوند را كه بعد از پيوند اعضا مورد استفاده قرار مي گيرد ،بلوك نمايد.
در يك مطالعه بر روي 86 بيمار ،بعد از در يافت گل راعي ،در برخي از بيماران وازنش پيوند رخ داد و ساير بيماران مجبور شدند دوز اين داروي گران قيمت را افزايش دهند.(9)
تركيب هاي موجود در گل راعي:

| تركيبات | شماره |
| --- | --- |
| a-mujene | 1 |
| a-pinen | 2 |
| sammene | 3 |
| B-pomene | 4 |
| myrsen | 5 |
| a-terpenin | |

6
Limonene
7
ocimene
8
y-terpinene
9
terpinene
10
B-curpinene
11
منابع:
1.زرگري.ع،1362،گياهان دارويي.جلد اول،انتشارات دانشگاه تهران.
2.اميد بيگي.ر،1374، رهيافتهاي توليد وفرآوري گياهان دارويي،انتشارات فكرروز
3. يزداني.د،138، كاشت داشت وبرداشت گياهان دارويي،جهاد دانشگاهي
4.لباسچي.م،شريفي.ا،1380،تحقيقات گياهان دارويي ومعطرايران،جلد11،انتشارات موسسه تحقيقات جنگل ها ومراتع
5.نقد آبادي.ح،ضيايي.ع،1383،فصلنامه گياهان دارويي،شماره11،پژوهشكده گياهان دارويي وفرآورده هاي طبيعي جهاد كشاورزي
6.مير حيدر.ح،1375،معارف گياهي،جلد سوم،انتشارات نشر اسلامي
7.لابراتور داروسازي گل دارو
8.ولاگ.ژ،استودولا.و،ترجمه زمان.س،1374،انتشارات ققنوس
9.واحد تحقيق وتوسعه باريج اسانس،1381،شماره 6
10.سفيد كن.ف،ميرزا.م،1377،تحقيقات گياهان دارويي ومعطر،جلد اول، انتشارات جنگل ها ومراتع
11.صمصام شريعت.ه،1382،پرورش وتكثير گياهان دارويي،انتشارات ماني
www.zard band.html.12
www.doc.ir. 13
14سايت دانشگاه آزاد جويبار
www.sabziran.ir.15
www.Medicinal plant.com.16

# علف هفت‌بند

علف هفت‌بند (polygonome) گياهي است يكساله و داراي ساقه خوابيده كه طول آن به 50 سانتيمتر مي‌رسد. برگهاي آن ريز ، نوك تيز و گلهاي آن ريز و كوچك و به رنگ صورتي است. اين گياه در اكثر نواحي آسيا ، اروپا و آفريقا و آمريكا مي‌روید و در مقابل عوامل خارجي بسيار مقاوم است. بطوري كه حتي اگر لگدمال شود باز هم از بين نمي‌رود. علف هفت بند در چمنزارها ، كنار جاده‌ها ، اراضي متروك و خرابه‌ها ، مناطق سايه در و بين تخته سنگها مي‌روید. اين گياه در اكثر نقاط ايران نيز وجود دارد.

راسته علف هفت بند Polyganales فقط داراي يك تيره به نام تيره پلي گوناسه يا علف هفت بند است. اختصاص گياهان اين راسته در مادگي آنهاست كه از تخمدان سه برچه‌اي ولي يك خانه درست شده و محتوي يك تخمك ايستاده است. ميوه گياهان اين راسته به صورت فندقه‌اي مثلثي ، سه گوش و محتوي دانه‌اي با آلبومن حجيم نشاسته‌اي است.

مشخصات تيره علف هفت بند

گياهاني داراي برگهاي متناوب با گوشوارك و غلاف يا نيامي غشايي هستند. گل داراي گلپوش كاسبرگي يا گلبرگ مانند در چرخه‌هاي سه يا پنج تايي است. نافه در اصل شامل 6 پرچم در دو چرخه سه‌تايي است كه به علت مضاعف شدن يا تحليل رفتن برخي از پرچمها ممكن است تغيير پيدا كند. مادگي داراي دو يا سه برچه به صورت تخمداني يك خانه با يك تخمك راست و ايستاده است. دانه شامل آلبومن نشاسته‌اي است.

تيره پلي گوناسه داراي 30 جنس و در حدود 600 گونه است كه 100 گونه آن در جنس ترشك ، 180 جنس در جنس پلي گونوم در حدود 12 گونه در جنس اريوگونوم و 125 گونه در جنس كوكولوبا قرار دارند. انتشار كلي اين تيره در مناطق معتدل سرد و سرد نيمكره شمالي است. از اين تيره 9 جنس و بيش از 77 گونه تقريبا در تمامي فلات ايران بطور پراكنده انتشار دارند.

تركيبات شيميايي:

علف هفت بند دريا اسيد پوگيلونيك ، اسيد اگزاليك ، آرابينوسيد ، اسانس ، مواد رزيني ، مواد قندي و موسيلاژ مي باشد .

خواص داروئي:

گياه هفت بند از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است

1) قابض است و براي رفع اسهال و اسهال خوني بكار مي رود

2)در بند آوردن خونريزي مفيد است

3)آسم و برونشيت را درمان مي كند
4)تب را پائين مي آورد
5)براي برطرف كردن اگزما بكار مي رود
6)ورم روده بزرگ را برطرف مي كند
7)براي رفع ترشحات زنانه فميد است
8)آنهائيكه به بيماري قند مبتلا هستند با استفاده از اين گياه مي توانند قند خون خود را كنترل كنند
9)سنگ كليه و مثانه را خارج مي سازد
10)براي رفع دردهاي معده مفيد است
11)براي درمان استسقاء مفيد است
12)در معالجه ميگرن موثر است
13)درد سياتيك و درد كمر را برطرف مي كند
14)نفخ را برطرف كرده و هضم غذا را تسهيل مي كند
15)تاول و سوختگي را با كمپرس اين گياه معالجه كنيد
16)براي تسكين دردهاي نقرس و رماتسم از كمپرس اين گياه استفاده كنيد
17)براي درمان زخم هاي چركي ، گرد اين گياه را روي زخم ها بريزيد
طرز استفاده:
جوشانده : مقدر 30 گرم گياه خشك را در يك ليتر آب جوش ريخته و بمدت 10 دقيقه بگذاريد بجوشد سپس آنرا صاف كرده باشكر و يا عسل مخلوط كنيد . مقدر مصرف اين جوشانده يك فنجان سه بار در روز است .
شراب : مقدر 40 گرم گياه خشك را در يك ليتر شراب ريخته و بگذاريد بآرامي بجوشد و سپس آنرا صاف كنيد . مقدر مصرف آن نصف فنجان سه بار در روز است .
صفات دستگاه رويشي
گياهان تيره پلي گوناسه غالبا علفهايي ايستاده هستند و به علت داشتن اندام زير زميني و غده مانند معمولا پايا ولي عده‌اي از آنها نيز يكساله هستند و غالبا با از دست دادن ريشه اصلي داراي ريشه نابجا مي‌شوند.
صفات دستگاه زايشي يا گل
گل آذينها به صورت گرزنهاي دوجانبي يا يك طرفه كم گل و گاهي مانند ترشك در كنار برگها تشكيل چرخه‌هاي كاذبي را مي‌دهند يا ممكن است به صورت پانيكول يا خوشه يا به صورت سنبله‌هاي انتهايي و گاهي نيز همراه با پوششي از منشا گريباني مانند گل آذين اريگونوم باشد. گلها نر ماده ، منظم ، هميشه داراي مادگي ولي گلپوش و نافه در آنها داراي دو تيپ متفاوت است. ميوه به صورت فندقه ، سه گوش با گوشه‌ها يا داراي زاويه‌هاي غالبا بسيار برجسته و مشخص است. گرده افشاني در غالب

گياهان اين تيره غير مستقيم و بوسيله باد يا حشرات انجام مي‌شود.
شرح جنسهاي پلي گوناسه در ايران
جنس كاليگونوم يا اسكنبيل
گياهاني چوبي ، داراي ساقه‌هاي فراوان محكم و شاخه‌هاي درهم و انبوه با تقسيمات ثانوي به صورت شاخكهاي نرم ، نازك و بند بندي هستند. گلها اندك ، داراي دمگل مفصلي ، نرماده ، گلپوش گلبرگ مانند ، چرخي ، مسطح يا مقعر است. در ايران اين جنس داراي 8 گونه است و در نواحي بياباني و خشك مي‌روید.
جنس پتروپيروم يا كاروانكش
درختچه‌هايي با ساقه‌هاي فراوان ، فاقد خار ، ايستاده و با انشعابات يا شاخه‌هاي فراوان هستند. برگها متناوب يا تقريبا دسته‌اي ، خطي و باريك هستند. گلها كناري ، به صورت دسته‌اي مجتمع داراي دمگل باريك و نازك و در وسط مفصل دار است. گلها نرماده ، گلپوش چرخي و تقريبا گلبرگ مانند است. اين جنس در ايران داراي 3 گونه است.
جنس ريواس
گياهان پايا ، داراي ريشه ضخيم با برگهاي پهن و رگبرگهاي پنجه‌اي هستند. گلها نرماده ، كاسه سبز رنگ و تقسيمات خشك شده آن روي ميوه باقي مي‌ماند. پرچمها 9 عدد ، تخمدان آزاد ، سه گوش با سه خامه كوتاه و كلاله‌هاي ديسك مانند و صفحه‌اي است. ميوه فندقه داراي سه پهلو يا زاويه برجسته و باله مانند است. اين جنس در ايران داراي 2 گونه است.
جنس اوكسي ريا
گياهاني پايا ، كوهستاني هستند. گلها نر ماده ، كاسه آن داراي 4 تقسيم سبز رنگ است. پرچمها 6 عدد و در مقابل تقسيمات كاسبرگ قرار دارند. تخمدان فشرده داراي 2 كلاله بدون ميله است. فندقه عدسي شكل است. اين جنس فقط داراي گونه اوكسي رياديژينا است كه در ارتفاعات البرز و ارتفاعات سهند آذربايجان مي‌روید.
جنس اومكس
گياهاني علفي ، يكساله ، ظريف داراي انشعابات تقريبا دوشاخه‌اي و داراي بريدگيهاي فراوان هستند. برگها متناوب ، علفي و كامل هستند. گل سبز رنگ و كناري يا محوري يا تقريبا به صورت چرخه‌اي قرار دارند. گلها پلي گام و يك پايه هستند. اين جنس فقط يك گونه امكس اسپينوسوس در ايران دارد كه در نواحي جنوبي ايران مانند بوشهر مي‌روید.
جنس ترشك يا رومكس
گياهان يكساله ، دوساله ، يا چند ساله و پايا با برگهاي متناوب و گلهاي مجتمع در خوشه يا پانيكول هستند. گلها نرماده ، پلي گام يا دوپايه است. اين جنس در ايران بيش از 24 گونه دارد كه در نواحي غربي ، ارتفاعات

البرز و زاگرس و آذربایجان و جاهاي ديگر ديده مي‌شود.
جنس پلي گونوم يا علف هفت بند
گياهان يكساله يا پايا ، بندرت چوبي با ساقه كم و بيش برگ‌دار و غالبا نازك و ضعيف هستند. برگها كامل يا خيلي كم داراي دندانه‌هاي اره‌اي هستند. گلها نرماده و بندرت پلي گام هستند. اين جنس در ايران داراي 33 گونه است كه برخي از آنها آبزي و برخي ديگر در كنار جويبارها مي‌رويند و عده‌اي نيز با خشكي سازش يافته و تقريبا در تمام نقاط ايران انتشار دارند.
مضرات
اين گياه محرك سلسله اعصاب بوده و ممكن است استفاده زياد از آن باعث تشنج شود.
منابع :

علف هفت بند «داروئي» http://daneshnameh.roshd.ir
علف هفت بند http://www.babylon.com
علف هفت بند Knotgrass http://www.irteb.com
تيره علف هفت بند http://daneshnameh.roshd.ir
علف هفت بند Knotgrass http://www.farstak.com

# بادیان رومي

در كتابهاي طب سنتي و در بازار با نامهاي انيس سبز،«انيسون»،«زنبان»،»«زنيان»،«زيره رومي» و به عربي« الرازيانج رومي» ،«رازيانج شامي»، حب الحلوه نام برده مي شود.گياهي الست از خانوادهUmbelliferae از جنس Pimpinellaكه به فرانسويAnis و Anise vert و به انگليسيSpanish و Aniseو anise True و تخم آن را Anise seed مي نامند.نام علمي Pimpinella anisum L.آن مي باشد.

مشخصات

اين گياه يكساله به بلندي يك متر ،بر گهاي ان باريك و خوشبو و ساقه آن چهار گوش و گلهاي آن سفيد و تخم آن در غلافي ظريف و طويل به ابعاد 5/1-4 ميلي متر و از تخم رازيانه كوچكتر و سبز تر و مايل به سفيدي و كمي مثلثي شكل كه روي پوست ان 5 خط طولي تيره وجود دارد.ممكن است با تخم شود اشتباه شود.

تكثير بادیان رومي از طريق كاشت تخم آن است كه در اوايل بهار مستقيما در زمين اصلي مي كارند. در حدود 12-10 كيلو بذر در هر هكتار كافي است پس از حدود 3 ماه شكوفه هاي سفيد ان ظاهر مي شود و حدود يك ماه بعد نيز ميوه آن رسيده و آماده برداشت خواهد بود .تخمها را در سايه خشك نموده برجاري و بسته بندي و در انبار خشكي نگه داري مي نمايند. معمولا از هر هكتار 800-500 كيلو گرم تخم بادیان رومي برداشت مي شود. زمين مزرعه انيس سبز بايد آفتابگير باشد و در معرض باد نباشد و خاك ان خوب بايد شخم خورده و آماده شده باشد. تخم انيس سبز چون خيلي سريع قوه ناميه اش از دست مي رود بايد در محل خشك نگهداري شود.انيس سبز بومي ايران و آسياي صغير و مصر و جزاير يونان است.در ايران در مناطق غرب ايران در كردستان و آدر بايجان مي رويد و در حال حاضر در مكزيك ،اسپانيا،شوروي،آلمان،تركيه،ايتاليا،ايران و ساير كشور هاي مناطق معتدل دنيا حتي در هند و آمريكاي جنوبي نظر به وجود بازار فروش به صورت وسيع كاشته و توليد مي شود.

تركيبات شيميايي

از نظر تركيبات شيميايي و از تخم بادیان رومي يا انيس پس از تقطير اسانس روغني فرار بسيار معطري در حدود 3-2 درصد وزن تخم به دست مي آيد.اين اسانس داراي ماده عاملي به نام آنتول است كه به اسانس ،رنگ زرد كمرنگ مي دهد.آنتول ماده اي است با فرمول شيميايي$C_1$ $H_{12}$ O. خام وبيش از 90-50درصد اسانس بادیان رومي را تشكيل مي دهد و بقيه اسانس شامل پي-متوكسي فنيل ،آستون و چاويكول مي باشد.

ماده عامل آنتول در انيس سبز و رازيانه موجود است .اسانس سبز و تخم آن داراي بويي معطر تند شبيه بوي عصاره شيرين بيان است در حالي كه هيچ گونه ارتباط خانوادگي با شيرين بيان ندارد.در انگلستان در قرن سيزدهم در دوران سلطنت ادوارد چهارم مصرف باديان رومي چنان رواج داشت كه دولت انگليس عوارضي براي فروش آن وضع نموده و از محل دريافتي آن عوارض در سال 1305 ميلادي پل معروف لندن تعمير شده است.

خواص و كاربرد

انيس سبز براي تقويت معده مفيد است[ليو]،به عنوان بادشكن [بووالدا]،معرق و محرك معطر [اپهوف] و افزايش دهنده ترشح شير زنان در چين مصارف وسيعي دارد [مادوس].در شبه جزيره مالاياانيس سبز در تركيبي با ساير داروها براي رفع دل درد و قولنج داده مي شود [بركيل و هانيف] و به عنوان تونيك مادران پس از تولد بچه مي دهند[فايد بركيل و ريدلي].

در كتابي كه آقاي [بووالدا] دانشمند معروف درباره گياهان خانواده چتريان نوشته اظهار عقيده مي كند كه انيس سبز از ايران از راه هندوستان به چين وارد مي شود.[مادوس] در كتابش موارد مصرف خيلي وسيعي براي انيس سبز را ارائه مي دهد،ولي ظاهرا انيس سبز مورد نظر او ،از انيس وارده از اروپا بوده است ،به طور كلي اسانس انيس سبز به عنوان داروي ضد نفخ و براي تهيه قطره آرام كننده سرفه و همچنين به عنوان داروي خلط آور و بلغم آور كاربرد دارد.مصرف انيس سبز به صورت گرد در كپسولهاي تا 2 گرم در هر كپسول به طور خالص يا مخلوط عسل و همچنين به صورت دم كرده به نسبت 15-10 گرم در هزار گرم آب براي تسكين دل پيچه و دردهايي كه با منشا عصبي باعث انقباض معده و روده مي شوند و به طور كلي براي تقويت هاضمه مورد توجه است . خوردن انيس سبز توسط مادران شيرده موجب ازدياد ترشح شير مي شود و ضمنا ناراحتي هاي كودك از نظر درد و دل پيچه را نيز از طريق اثري كه در شير مي گذارد رفع مي كند.

و اما از نظر طبيعت طبق نظر حكماي طب سنتي باديان رومي گرم و خشك است و از نظر خواص معتقدند كه دم كرده آن به عنوان مسكن دردهاي معدي و سردرد و زياد كردن ترشح ادرار و حيض وشير و عرق بدن و روشن ساختن رنگ رخسار مفيد و موثر است اگر باديان رومي را كوبيده به صورت گرد در آورند و گرد آن را با گل قند بخورند و يا گرد آن را جوشانيده و بخورند براي ماليخوليا بسيار مفيد است . اگر دم كرده آن را با عسل بياشامند براي كابوس نافع است واگرگرد آن را با مسواك به دندانها بمالند براي جلاي دندان و رفع بد بويي دهان مفيد است . جويدن

انيس سبز براي سردردهاي سرد و باز كردن گرفتگي مجاري تنفسي و رفع درد سينه و تنگي نفس و تقويت دهانه معده مفيد است . اگرآب دم كرده آن را با ريشه شيرينم بيان تهيه و بياشامند براي بيماري هاي سينه و باز كردن گرفتگي هاي كبد،طحال،كليه ،مثانه،رحم، و رفع استقسا و خرد كردن سنگ مثانه و تقويت نيروي جنسي مفيد است و اگر با گردآن مخلوط با روغن گل سرخ قطره اي درست شود و در گوش چكانيده شود براي تسكين درد گوش و رفع كري و سنگيني شنوايي كه از ضربه حادث شده باشد مفيد است.
براي ازدياد شير ،دم كرده 30-20 گرم تخم مرغ انيس سبز در 100گرم آب توصيه مي شود كه روزانه 20-15 قاشق بزرگ خورده شود.براي جلوگيري از قي كردن و تقويت معده مفيد است ،براي اين كار يك قاشق قهوه خوري تخم باديان رومي را در دم كرده رازيانه مي ريزند.براي تهيه دم كرده رازيانه 10-5 گرم تخم رازيانه در يك ليتر آب جوش دم مي شود.براي رفع قي روزي 3-2 فنجان از اين محلوط مي خورند.
با انيس سبز نوشابه اي درست مي شود كه آن را گويند،براي كمك به هاضمه و اختلالات هضم غذا خيلي موثر است
روش تهيه گرد انيس سبز :تخم انيس سبز را به مقدار مورد نظر گرفته و كاملا تميز و پاك نموده و اجسام خارجي آن را جدا مي نمايند و در گرم خانه در 25 درجه سانتي گراد حرارت مي خشكانند و در هاون نرم كوبيده وازالكنمره1داروسازي بدون نخاله بيرون مي كنند. از اين گرد به مقدار 2-2/0گرم براي تقويت معده و هاضمه استغمال مي شود.
جوشانده انيس سبز:انيسون 10 گرم،آب1000گرم جوشانده و صاف نمايند. اين جوشانده محرك مطبوعي است.
دم كرده انيس سبز:5 گرم تخم انيس سبز و 10 گرم ريشه شيرين بيان را با يك ليتر آب جوش مخلوط كرده و دم كرده و بگذارند سرد شود و صاف كنند به جاي ريشه شيرين بيان ممكن است 50 گرم شربت ساده مصرف شود و در عرض روز آن را بتدريج مصرف نمايند.
تنطور انيسون:انيسونيك واحد كه نيم كوب شود،الكل 80 درجه 5 واحد، مدت ده روز انيسون نيم كوب را در الكل بخيسانندو گاه گاه به بزنند و از پارچه گذرانيده و با كاغذ صاف كنند. خوردن 20-2 گرم بتدريج از اين نتطور براي تحريك و تقويت معده ورفع قولنجهاي باد و نفخ موثر است.
نتطور تخم گشنيز و تخم رازيانه و زيره كرماني و زيره سبز را نيز به همين روش درست مي كنند.
شربت انيسون: عرقانيسون 100واحد،قند سفيد خرد شده 180.احد،قند را در حالت سدي در عرق حل مي كنند و با كاغذ صاف مي نمايند150-60 گرم از اين شربت در تحريك و تقويت معده موثر است.

عرق انيسون:يك واحد انيسون را با مقداري آب مخلوط و در حماما ماريه با وسيله ديگري تقطير كنند تا جمعا4 واحد به دست آيد و مصرف كنند.
پوسيون بادشكن انيسون:12 قطره اسانس انيسون،4 گرم قند سفيد ،8 گرم تنطور زنجبيل ،250 گرم عرق نعنا فلفي را مخلوط كنند60-15 گرم از اين پوسيون براي رفع قولنجهاي نفخ موثر است.
مشخصات
گياهي است پايا با ريشه اي قوي دو كي شكل.برگهاي آن مركب و سبز است.برگهاي پايين ساقه داراي 9 برگچه دندانه دار و برگهاي بالاي ساقه با بريدگي زياد به صورت نوار درآمده است .ريشه گياه بوي نامطبوعي داردو طعم آن تند و تيز است.
اين گياه در چمنزارهاي مرطوب و حاشيه جنگلها به طور خودرومي رويد. در ايران در آذربايجان افشار و بين قطور سو و زاراشو و در گيلان در داماش ديده مي شود.از نظر تركيبات شيميايي داراي اسانس و ماده تلخ است.درريشه آن وجود ماده تلخ پيم پي نلين تاييد شده است.
خواص و كاربرد
ريشه گياه تلخ و گس گزنده و در اروپا به عنوان ليتون تري پتيك براي حل كردن سنگهايي كه در اعضاي مختلف بدن تشكيل مي شود.به كار مي رود ، در ضمن اشتها آور و مقوي و تونيك و قاعده آور نيز مي باشد. ريشه و سرشاخه هاي گياه معطر و بادشكن و تونيك معده است[ليو]جوشانده گياه براي نفخ و گازهايي كه در اثر سوهاضمه ايجاد مي گردد ،خورده مي شود. در استعمال خارجي از جوشانده گياه آن به طور غرغره براي رفع گلو درد و ضد عفوني دهان استفاده مي شود
مقدار خوراك آن از گرد ريشه تا يك گرم و براي تهيه جوشانده سر شاخه گلدار با ريشه آن مصرف مي شود و 40 گرم گياه با ريشه را در 1000 گرم آب مي جوشانند و صاف كرده و با شكر بتدريج مي خورند،جوشانده ان براي انقباض رحم در زنان حامله مفيد است .
گونه ديگري از اين جنس كه در بلوچستان مي روسد نام علمي آن مي باشد. گياه خيلي كوچكي است (15-10 سانتي متر)علفي يكساله.گلهاي آن سفيد و داراي ميوه تخم مرغي پوشيده از تار سفيد است.
از نظر خواص در هندوستان دانه هاي آن را له كرده با آب مخلوط و براي تسكين دل درد مي خورند.
منبع: www.taamasrar.com

قطره و قرص گياهي آفروديت

آفروديت محتوي چندين گياه شامل دارچين خارخاسك زعفران و زنجبيل مي باشد مطالعات وسيعي روي اثر اين گياهان براي رفع اختلالات جنسي در سطح جهان انجام شده است مواد موثره گياهي بخصوص ساپونين و اسانسها و استروييدهاي موجود در اين گياهان در برطرف نمودن ناتواني جنسي موثر مي باشد و با اتساع عروق آلت تجمع خون را در اين عضو زياد كرده و موجب نعوظ مي گردد همچنين تمايلات جنسي را افزايش مي دهد و از انزالهاي زودرس وناقص جلوگيري نموده و موجب ظهور يك عمل جنسي رضايت بخش مي شوند .
مطالعات باليني نشان مي دهند كه آفروديت موجب افزايش تعداد اسپرم شده و مي تواند در بيماراني كه بعلت كمبود اسپرم دچار درجاتي از عقيمي هستند موثر واقع شود ، درمطالعات باليني اثر ساپونين جداشده از خارخاسك روي اختلالات ناشي از ناتواني هاي جنسي مورد ارزيابي قرار گرفته است و اثر بخشي آن به اثبات رسيده است .
اثربخشي آفروديت در افراد تحت مطالعه برسي شده و معلوم گرديده كه حداقل در هشتاد درصد اين افراد نعوظ بادوامي ايجاد مي گردد همچنين نشان داده شده است كه آفروديت تعداد اسپرم را افزايش ميدهد جالب توجه است كه ساپونين مجزا شده از خارخاسك توليد فوليكول استيموليت هورمون از هيپوفيز را زياد مي كند كه خود باعث افزايش تعداد اسپرم مي شود ساپونين پيوند رسپتورهاي استروژن در هيپوتالاموس شده و از طريق واكنش پس نورد منفي توليد فوليكول استيموليت هورمون را زياد مي كند .
در بعضي افراد اختلالات جنسي همراه با اضطراب ناشي از ناتواني انجام دهي عمل جنسي است آفروديت قادر به برطرف كردن اين اضطراب بوده موجب آرامش و اعتماد به نفس مي شود
موارد احتياط ومنع مصرف :
بيماران قلبي بيماراني كه اخيرا مبتلا به سكته قلبي شده اند در مصرف اين دارو بايد احتياط كنند .
عوارض جانبي :
بيماراني كه نسبت به اسانس هاي گياهي حساسيت دارند بايد اين دارو را با احتياط مصرف كنند در كمتر از يك درصد بيماران عدم تحمل گوارشي سردرد مختصر و برافروختگي صورت گزارش شده است
مقدار مصرف قطره به ميزان ?? تا?? قطره ? بار در روز در يك فنجان آب قند بعد از غذا ميل شود ، قرص به ميزان يك قرص ? بار در روز بعد از

غذا ميل شود آفروديت را مي توان براي حصول نتيجه بهتر مستمر مصرف نمود
منبع:http://www.academist.ir

# سماق معمولي

در كتب طب سنتي با نامهاي «سماق»،«سماقيل»،«تمتم»و«سماق الدباغين»آمده است.به فرانسوي Corroyereوبه انگليسي Currier s sumaachگفته مي شود.درختچه اي است از خانواده Anacardiaceaeو نام علمي Rhus coriaria L. آن ميباشد.

مشخصات

درختي است كوچك به ارتفاع 4-3 متر.شاخه هاي جوان و دمبرگهاي آن را موهاي زبرپوشانيده است.برگ سماق شانه اي است و طول آن تا 15 سانتي متر و معمولا داراي 15 برگچه مي باشد.برگچه ها دندانه دار به ظول 6-4 سانتي متر بيضي و مخملي است،روي برگ سبز مات يزر برگ روشن و در اپييز سرخ رنگ و حنايي مي شود.

گلهاي آن خوشه اي متراكم و حنايي رنگ است و در حدود 10 سانتي متر طول دارد.ميوه آن شفت كركدار قهواهاي مايل به ارغواني است و گوشت ميوه ترش و قابض است.

سماق بومي مناطق مديترانهاي بخصوص سواحل سيسيل است.در ايران د رمناطق استپي كوههاي البرز و زاگرس ةدر آذربايجان و خراسان و فارس و دامنه هاي جنوبي البرز ،در دره كرج و هراز در 1700-1000 متر ارتفاع و اطراف تهران شميرانات ،قم ،تبريز، تفرش و تقريبا در اغلب مناطق ايران مي رويد.

تكثير از طريق كشت بذر آن در نهالستان و يا از طريق پاجوشهاي آن انجام مي شود و پس از 2-1 ساله شدن به زمين اصلي منتقل ميشود ،مراقبت خاصي احتياج ندارد.

خواص و كاربرد

از نظر تركيبات شيميايي در ميوه و در برگهاي سماق تانن فراواني موجوداست .در برگهاي خشك ان بين 30-15 درصد تانن وجود دارد به علاوه يك ماده رنگين زرد به نام ميريستين يافت مي شود.در ميوه ان علاوه بر تانن مقدار قابل ملاحضهاي سيتريك اسيد ،وينيك اسيد ،ماليك اسيدو...كه مزه ترش و قابض را به آن مي دهد.

سماق قابض است و بند آورنده خونروي مي باشد و به عنوان مقوي وتونيك و مدر و براي رفع اسهال خوني و جلوگيري از خونروي و اخلاط خوني از ريه همراه با سرفه مفيد است.

از نظر طبيعت طبق نظر حكماي طب سنتي سرد و خشك است و سردي برگ آن كمتر از ميوه آن است.

به عقيده اطباي سنتي پوست روي سماق ترش و قابض است و اصولا اين

پوست روي ميوه است كه نقش اصلي خواص ان دارا مي باشد.
از نظرخواص معتقدند كه قابض است و مقوي معده و آلات داخل شكم مي باشد.از قي و اشفتگي و اسهال صفراوي ومزمن و اسهال خوني و آمدن خلط خوني از سينه جلوگيري مي نمايدو خونريزي را بند مي آورد و از ترشح زياد ادرار جلوگير يمي كند.خوردن ساييده ان با آب سرد جريان و سيلان خون را قطع مي كندو جلوگيري ميكند خوردن ساييده آن با آب سرد جريان سيلان خون را قطع مي كندو نيم كوفته ان با زيره و آب سرد براي كسي كه هميشه قي مي كند و طعام در معده اش نمي ماند مفيد است.اشتها را تحريك مي كند،بخصوص در اشخاص گرم مزاج و با زرده تخم مرغ وگشنيز خشك اسهال را بند مي آورد و حتي زرده تخم مرغي كه در ان شخته شود،نيز قابض و مانع اسهال مي شود و با سركه رقيق ،قابض و بريا اسهال و خونروي از رحم و كاهش ترشخ زياد و غير معمول ادرا نافع است.اگر سماق ،بريان و سرخ شود،بيشتر قابض است.سماق مضر معده و كبد سرد است و از اين نظر اشخاص سرد مزاج بايد با مصطكي و انيسون بخورند.مقدار خوراك آن تا 20 گرم ،جانشين آن سركه است.
خوردن گردي كه روي ميوه است و آن را خاك سماق مي نامند ،بسيار قابض استو كمي تلخ،و براي قطع اسهالمزمن و جريان رطوبتهاي سفيد رحم مفيد است.ماليدن سماق به دندان براي تقويت و استحكام لثه و زخمهاي بد و درد دندان ركم خورده نافع استو مضمضه خيس كرده سماق را در آب نيز براي زخم دهان و تقويت لثه ها مفيد است.اگر گرد سماق را درآب بخيسانندو با كمي كتيرا در زمان شروع چشم درد در چشم بچكانند نافع است واگر 30 گرم سماق را در 200 گرم آب بجوشانند و سپس خرفه را با ان تر كرده برچشم اندازند،براي جرب و تسكين شدت ناراحتي هاي پلك مفيد است واگر از آن به پيشاني بيندازند خونريزي از بيني قطع مي شود و خارش پلك رفع مي شود.ريختن چند قطره آن در گوش از جريان چرك گوش جلوگيري بعمل مي آوردو كمپرس با آب دم كرده آن از ورم عضو ضربه خورده جلوگيري مي نمايد.دم كرده برگ آن براي سياه كردن موي سر و حقنه ،اماله يا تنقيه دم كرده برگ آن براي زخم روده ها و اسهال خوني و دل درد مفيد است ومالیدن محلول برگ پخته آن با آب بارهنگ براي زخم هاي بد و ضماد ان روي ستون فقرات ودر بخ آلت تناسلي مرد براي جلوگيري از سلس البول و سستي اعضا مفيد است.ضماد برگ آن بر معده اطفال اسهال را قطع مي كند و آلات داخل شكم ارا تقويت مي نمايد.
صمغ درخت سماق خيلي يابس ،و خشك كننده و محلل است و براي به هم آوردن جراحات و تسكين درد دندان كرم خورده از طريق گذاردن روي

دندان مفید است.میوه سماق نباید تازه مصرف شود زیرا ایجاد مسمومیت مي كند و هميشه بايد خشك آن ساييده و مصرف شود.
منبع:www.taamasrar.com

# زيره كوهي

نويسنده: ميرحيدر
در كتب طب سنتي با نامهاي «زيره كوهي»،«كاشن»،«كاشم» و«انجداد رومي»آمده است و درمصر تخم آن را كرفس جبلي نامند.به فرانسوي Lkevistique officinale به انگليسي Lovageگفته مي شود.گياهي است از خانواده Umberlliferaeنام علمي انLevisticum و مترادف آن Ligusticum levisticum L.ميباشد.

مشخصات

گياهي است چند ساله علفي داراي ساقه ضخيم به قطر 3-2 سانتي متر،استوانهاي به بلندي تا 2 متر است.برگهاي آن ضخيم ،گوشتي داراي چند برگچه به رنگ سبز تيره و براق مي باشد.گلهاي آن كوچك زرد رنگ به صورت چتر مركب است.ميوه آن تخم مرغي به طول كمتر از يك سانتي متر به رنگ زرد مايل به قهوه اي بسيار معطر،بوي ان نشير بوي گل پر مي باشد و به ظوري كه در مخزن آمده است تخم آن همان گل پر است در صورتي كه گل نبات ديگري است.

اين گياه در مناطق مختلف آسيا مي رويد و در بعضي منابع ،ايران نيز به عنوان رويشگاه اين گياه ذكر شده ولي تاكنون گزارشي از گياه شناسان درباره تاييد وجود و شناسايي اين گياه درايران ديده نشده است.

فقط يك گونه از اين گياه به نام علمي Levisticum persicum Fregn.et Bornm.دركرمان در كوه هزاربين كرمان وبند عباس در 3400متر ارتفاع شناسايي شده است.

تركيبات شيميايي

از نظر تركيبات شيميايي درريشه اين گياه رزين،اسانس و انواعي از قندها Malic acid وجود دارد.درميوه و دانه اين گياه اسانسي با تركيب شيميايي مانند اسانس ريشه يافت مي شود.در طب سنتي ريشه و تخم آن مورد استفاده است.

خواص و كاربرد

درباره خواص آن در كتب طب سنتي قديم ايراني چنين آمده است كه ازنظر طبيغت خيلي گرم و خشك است و خوردن ان موجب باز شدن گرفتگي هاي كبد و ضد نفخ است.براي سرفه سرد و تنگي نفس مفيد است،مقوي معده مي باشد و كمك به هضم غذا ميكند و ترشح ادرار را زياد كرده ومدر و قاعده آور استوخوردن آن براي رفع اثر سموم سرد و گزش جانوران سمي مفيد است.

ماليدن آن به موضع در استعمال خارجي براي فلج و در پشت و سياتيك و

ساير بيماريهاي سرد نافع است و چون مدر است درمورد استسقا نيز مفيداست.مقدار خوراك آن در دم كرده يا جوشانده 20-15 گرم ريشه گياه در هزار گرم آب است كه به عنوان مدر و قاعده آور خورده مي شود واگر 15 گرم تخم آن را در 400گرم آب دم كرده و بعد از هر غذا بخورند بادشكن است.
در استعمال خارج به عناون ضد درد به صورت كمپرس از جوشانده 50 گرم ريشه در هزار گرم آب استفاده مي شود.
اين گياه براي اشخاص گرم مزاج مضر است و اين قبيل اشخاص مي توانند از خيسانده ريشه در سركه استفاده كنند و يا اينكه پس از خوردن دارو كمي سركه روي آن بياشامند.به علاوه براي مثانه مضر است و در اين قبيل موارد بايد با رازيانه و تخم خيار خورده ود.قدرت دارويي بي ريشه حداكثر تا 3 سال مي ماند.در اروپا اين گياه را به علوفه دامهاي شيري اضافه مي كنند،عطر خوبي به شير مي دهد.
منبع:www.taamasrar.com

بسباسه (ميس)

در مورد خواص بسباسه ،حكماي طب سنتي معتقدند كه بسباسه از نظر طبيعت گرم و خشك است و نيروي قابضه دارد.از نظر خواص معتقدند فرح آور است ،مقوي معده و كبد است و منعظ است،اسپرم را زياد مي كند .خصوصا در سرد مزاجان در هضم غذا كمك مي كند دهان را خوشبو مي نمايد و باز كننده گرفتگي ها و انسداد عروق است .رطوبتها را خشك مي كند و گازها و نفخ را تحليل مي برد .در مورد تكرر ادرار كه در اثر رطوبت و بوردت حاصل مي شود و درد معده و خونروي از سينه و زخم روده ها و خشك كردن رطوبتهاي سينه و ريه و بند آوردن اسهال كهنه و خوشبويي رحم نافع است. اگر مخلوط آن با عسل در حمام به پشت زن وضع حمل كرده ماليده شود ،براي تسكين درد پشت زن نافع است و شياف آن در مهبل قبل از نزديكي براي حامله شدن كمك مي نمايد. معمولادر حال حاضر جوز بويا اعم از مغزش نات مگ و يا قسمت جدار دومي آن يعني بسباسه در مغرب زمين به عنوان ادويه و به مقدار محدود در غذا مصرف مي شود و در بازار به طور وسيع فروش مي رود و براي خوشبو كردن به غذا هاي گوشتي و شيريني جات زده مي شود.مثلا براي تهيه يك پودينگ ليمو در حد(100گرم) كه با سه فنجان شير و سه عدد گلابي پخته و ساير مواد درست مي شود،در حدود نصف قاشق چايخوذري نات مگ كوبيده مصرف مي شود.

منبع:www.taamasrar.com

بادیان کوهي

گیاهي است از خانواده چتریان Umbelliferae،نام علمي Prangos pubularia Lindl.آن مي باشد.به هندي و پشتو «فطر اسالیون» گفته مي شود و «فطر اسالیون» نامي است در کتب طب سنتي ایران براي نوعي از کرفس معروف به «کرفس صخري»،«مخزن»ویا «کرفس جبلي»،«تحفه»گفته مي شود.

مشخصات

گیاهي است علفي بلندي آن1/5-1/20متر. برگهاي آن بزرگ به طول 50-30 سانتي متر که داراي تقسیمات مکرر است به تقسیمات باریك منتهي مي شود.گلهاي آن زرد رنگ،میوه آن خمیده کوتاه داراي بالهاي کوچك و موجدار که در آن تخمهاي آن قرار دارند.

این گیاه در هندوستان، کشمیر،افغانستان و ایران مي روید.در ایران در جاهاي سایه دار بادقیس دیده مي شود.

ترکیبات شیمیایي

از نظر ترکیبات شیمیایي در میوه گیاه معطر و آلکالوئید و والریك اسید استر یافت مي شود. در گیاه تازه در حدود 2 درصد وجود دارد که این اسانس شامل 48 درصد میرسن ،4 درصدآلفاپینن،مقدار کمي کامفن و بورنئول،5/17 درصد باقي مانده دي هایدروکومینول به شکل آزاد یا به شکل استات ،مقدار کمي آلدئید و 28 درصد باقي مانده مواد رزیني مي باشد.

در گزارش دیگري آمده است که از ریشه آن کومارین گرفته مي شود که شامل 1 درصد آوي پرین و 4/0 درصد کومالین است.

در جتر گلهاي آن 18/0 درصد اوستول،20/0 درصد ایزوایمپراتورین،50/0 درصد ایمپوراتورین،32/0 درصد برگاپتن و 18/0 درصد هرکلنین وجود دارد.

خواص و کاربرد

میوه گیاه محرج،بادشکن ،مقوي معده،مدر و قاعده آور است. خروج جنین را تحریك و تسریع مي کند.دانه هاي گیاه مقوي معده و محرك نیروي جنسي است. ریشه آن را براي رفع خارش و به عنوان مدر و قاعده آور مصرف مي شود. از نظر طبیعت گرم کننده مي باشد.

گونه هاي متعدد دیگري از این گیاه در مناطق از این گیاه در مناطق مختلف ایران مي رویند که چون در لیست گیاهان دارویي جاي ندارند از ذکر آنها خود داري مي شود.

منبع: www.taamasrar.com

# چاي جاوه

در ايران چاي نمسه و چاي آلماني گفته مي شود.برگ درختچه اي است كه به فرانسويthe de java و به انگليسي java tea گفته مي شود.اين نامها براي برگ و براي درختچه استعمال مي شود.گياهي است از خانواده labiatae،نام علمي آن orthosiphon grandiflorus Boldingh.و مترادف orthosiphon stamineus Benth. آن مي باشد.
در مدارك آمريكايي نام گياه را orthosiphon aristatus (BI.) Miq در دوگونه بالا را مترادفهاي آن ذكر مي كنند.

مشخصات

درخچه اي است كه بلندي آن حدود يك متراست.برگهاي آنبزرگ و هردو طرف آن پوشيده از كرك دندانه دار معطر و بوي آن شبيه بوي چاي معمولي است.گلهاي آن ابتدا سفيد . پس از چندي آبي رنگ مي شود.
اين گياه در جاهاي مرطوب وكنار استخر هامي رويد.ب.مي مناطق حاره و آمريكا و استراليا است.

تركيبات شيميايي

از نظر تركيبات شيميايي برگهاي آن دارا روغني فرار و گلوكوزيدي به نامorthosiphonin است.بررسي ديگري نشان مي دهد كه برگها يك گلو كوزيد و 65/0 درصد اسانس و Tannin , phytosterol , saponinاست.در اسانس آن يك ماده متبلورمشخص شده است.در قسمت غير فرار عصاره برگ موادLinoleic acid , linoleic acid , sito-sterol و يك آلكالوئيد يافت مي شودوبه علاوه درگياه املاح پتاسيم وجود دارد.
در گزارش تجزيه شيميايي ديگري آمده است كه درگياه يك گلوكوزيد به نام و در برگهاي سرشاخهآن مقدار زيادي پتاسيم ووجود دارد.[G.I.M.P]

خواص و كاربرد

در تايوان از دم كرده برگهاي درختچه به عناون مدر استفاده مي شود.Van der sleeseinمي گويدكه تفريبا در تمام مناطق اندونزي و كمتر در فليپين مانند چاي دم مي كنند و مصرف مي نمايند.
در شبه جزيره ملايا از آن در موارد نزله مثانه استفاده مي شود[بركيل].وبراي بيماريهاي مختلفي نظير التهاب كليه يا نفريتيس و وجود سنگ در كليه يا نفزولي تيازيس و تجمع اورين يا ادرار در كليه به علت انسداد مجاري آن وسنگ مثانه و تصلب شرايين يا ضخيم شدن و سفت شدن شريانها و نقرس و سرانجام روماتيسم بسيار مفيد است[اوكابه].براي سنگ كيسه صفرا و بيماري قند نيز مفيد است [كلوپن برگ-ورستيغ].مصرف برگهاي تازه معمولا تهوع آور است [آتندولي].

علت اينكه آن را چاي آلماني نيز مي گويند شايد به اين دليل باشد كه سابقا اين چاي در آلمان بسته بندي شده و به ايران وارد مي شده است.ولي در حال حاضر در مواقعي كه واردات آن آزاد باشد ،مستقيما از بندي با تاويا به ايران وارد مي شود.
منبع:www.taamasrar.com

# پونه كوهي

نويسنده:استاد مير حيدر
به فارسي «پونه كوهي» و در كتب طب سنتي با نام «فودنج جبلي»نام برده مي شود.
شليمر اين گياه را با نام «آويشن شيرازي» نام برده است.به فرانسوي origan وorigan vulgaire وorigan commun وmarjolaine وبه انگليسيoregano , wild marjoram گفته مي شود. گياهي است از خانواده labiatae واو نام علمي آنoriganum vulgare L.. و origanum نامهاي علمي مترادف آن origanum loureiroi kostel. مي باشد.
توضيح:
به طور كلي در اصطلاح ادويه و در فرهنگ ادويه و در فرهنگ ادويه و گياهان دارويي ، oregano , marjoramدو گياه متفاوت هستند كه گاهي از نطر اسم يكي را به جاي ديگري كفته مي شود . مرزنگوش يا sweet marjoramيك ادويه برگي نسبتا ملايمي است ،وليoregano يك ادويه تيز و تند مخصوص پيتزا مي باشد كه با نام pizza herbناميده مي شود.
از نظر گياه شناسي طي قرون متمادي ابهامي از نظر نامگذاري اين دو گياه وجود داشته است و طي سالهاي و شايد چندين قرن گياه شناسان هر دو نام را مربوط به يك گياه به نام علميorganum marjoronal يا مرزنگوش مي دانستند.در حال حاظر عده اي از گياه شناسان باز هم هر دو نام يادشده را يعني marjoram , oregano را مربوط به يك گياه به نام علمي majorana hortensis moench.مي دانند،ولي عده ديگري عقيده دارند كه: majorana مربوط به نوع شيرين و گره دار آن يعني sweet marjoramاست كه گياهي است از خانواده labiatae و بومي مناطق مديترانه اي و در ايران به نام مرزنگوش معروف مي باشد و oregano كه به نام organy يا wild marjoramمعروف بوده است در حال حاضر دو نوع آن يعني نوع اروپايي و نوع مكزيكي مورد توجه مي باشد.
نوع مكزيكي تند و تيز آن كه بومي مناطق گرم نيمكره غربي است ،گياهي است از خانواده verbenaceae جنس lippia واو نام علمي آنlippia graveolens HBK مي باشد.نوع مكزيكي تند ،گياهي معطر و بوته اي مي شود. اين گياه ادويه در بازار بين المللي به نام Mexican oregano معروف است.
نوع ملايم اروپايي يا oreganoگياهي است از خانواده labiatae واو نام علمي oreganum vulgare L. آن ميباشد و همان گياهي است كه در اين بخش با نام فودنج جبلي يا پونه كوهي مطرح شده ودر ايران مي رويد.

قسمتي از اين گياه كه در جزيره كرت در دامنه هاي كوه ديكت مي روید به نام علميL origanum dictamus. كه آن را origanum cretium L.نيز مي گويند مي باشد كه مشخصات › عينا مانند مشخصات O.vuglre است.

مشخصات

فودنج جبلي يا پونه كوهي گياهي است چند ساله با شاخه و ساقه هاي سخت پوشيده از كرك به رنگ سبز مايل به قرمز به ارتفاع در حدود 70 سانتي متر و لي به هر حال ارتفاع آن بيشتر از مرزنگوش است. برگهاي آن پوشيده از كرك و به رنگ سبز تيره وپهتتر و يزگتر از مرز نگوش است .شكل برگها بيضي نوك تيز و بدون دمبرگ است. گلهاي آن ارغواني ككه در اوايل تا اواسط تابستان درانتهاي شاخه هاي گل دهنده به طور مجتمع و گروهي ظاهر مي شود. فودنج جبلي در مقابل سرما مقاومتر و متحملتراز مرزنگوش مي باشد.

تكثير پونه كوهي از طريق كاشت بذر آن در بهار و يا از طريق قلمه آن انجام مي گيرد. اولين برداشت برگها و سرشاخه هاي جوان سبز پونه كوهي در آغاز ظهور گلها يعني اواخر بهار شروع مي شود و گياه از 8-7 سانتي متري زمين قطع مي شود.پايه باقي مانده گياه به رشد خود ادامه مي دهد به طوري كه ممكن است يك برداشت ديگر نيز در يك سال انجام شود. مزرعه پونه كوهي ممكن است 5-4 سال با محصول كافي مورد بهره برداري قرار گيرد ،ولي پس از آن بايد مزرعه تجديد شود. پس از برداشت ،برگهاي بايد با دقت تميز شده و پهن و خشك شود.پونه كوهي داراي پويي معطر است و در سواحل درياها و دامنه كوهها و جنگلهاي مناطق مختلف اروپا وآسيا و ايران مي روید و پرورش داده مي شود.

در ايران در مناطق شمال ايران لاهيجان ،زالش و آستارا به طور خودرو ديده مي شود.

تركيبات شيميايي

از نظر تركيبات شيميايي وجود اسانس روغني فرار به مقدار 525/0-45/0 درصد در فودنج جبلي تاييد شده است . بررسي هاي ديگري نشان مي دهد كه اسانس روغني موجود در فودنج جبلي در حدود 50 درصد شامل تيمول است به علاوه تركيب اسانس روغني فرار آن داراي دي ال-پينن دي پنتن ،لينالول ،مقداري بي سيكليك سسكي ترپن و تري سيكليك سسكي ترپن مي باشد.

خواص – كاربرد

طبيعت آن طبق نظر حكماي طب سنتي گرم و خشك است. جوشانده گرم آن قاعده آور است و در مواقعي كه جريان حيض در اثر سرما بطئي و ناچيز شده باشد ،براي طبيعي ساختن و ازدياد آن بسيار موثر است

اسانس آن معطر محرك و مقوي و براي قطع اسهال و تسكين درد هاي حاد و پشت سر هم شكم نافع است دم كرده آن براي زكام ،يرقان، سرفه،درد گلو و استسقا اثر مفيد دارد زيرا مدر است.
در آمريكا در حال حاضر از اسانس پونه كوهي براي معطر كردن سوسيس و انواع غذاها در سطح وسيعي استفاده مي شود و ضمنا از اين اسانس زرد مايل به سبز معطر و مطبوع براي معطر كردن انواعي از صابونها و بعضي ليكورها استفاده مي گردد و از برگهاي خشك آن به عناون ادويه در انواع غذاهاي گوشتي و سوپ ها مصرف مي گردد مقدار خوراك پونه كوهي به صورت دم كرده 20-10 گرم سرشاخه گل دار گياه براي تهيه 4-3 فنجان دم كرده كافي است نوع ديگر آن اين است كه در حدود 50 گرم از پونه كوهي در 1000 گرم يركه انگور قرمز مدت يك هفته خيس مي كنند و پس از آن بعد از هر غذا يك ليون كوجك از آن را مي خورند از اسانس پونه كوهي به صورت پماد براي ضد عفوني كردن زخم ها استفاده مي شود بعلاوه براي تسكين روماتيسم و دندان درد و گوش درد نيز استعمال موضعي آن مصرف دارد در چين جوشانده گياه را كه با گياه بار هنگ پخته شده باشد براي معالجه آفتاب زدگي مي خورند[هو]. در هند و چين از گياه به عناون تنيك و مهيج [فوكود و دلانسان]،و براي معالجه سل و ناراحتي هاي كبد ضعف مفرط و عقيم بودن مصرف مي شود.[دراگن درف].
منبع:www.taamasrar.com

# ترب وحشي

نويسنده:مير حيدر
به فارسي «ريشه خردل»،«ترب وحشي»،«ترب كوهي» و در كتب طب سنتي با نام 3ترب دشتي»و«فجل بري»نام برده شده است،به فرانسوي raifort , rave sauvageدر اصطلاح هاي محلي فرانسوي و moutarde des capucinsبه انگليسي Horse radish ناميده مي شود.گياهي از خانواده cruciferae نام علمي آن cochlearia armoracia و مترادف آن Armoracia lappatifolia Gibb.وسط گياه شناسان مختلف نامگذاري شده است.

مشخصات

ترب كوهي گياهي است چند ساله داراي ريشه بسيار بلند حجيم كه گوشت مغز آن سفيد و اليافي است آنرا رنده كرده و به عناون ادويه تند مانند خردل در آشپزخانه بكار مي برند . برگهاي آن دراز ، براق بيضي باريك ،دو سر آن نوك تيز و كناره آن دنده دار . ساقه آن قايم مجوف و شيار دار است ارتفاع آن 60/0-75/0 متر ،گلهاي ان سفيد به طور گروهي خوشه اي در انتهاي شاخه گل دهنده هستند ميوه آن خورجين و اغلب عقيم بسيار كوجك است .تكثير اين گياه از طريق كاشت قطعه اي از ريشه آن است براي اين كار قسمت هايي از ريشه به طول 10 سانتي متر يعني قطعاتي به طول 10 سانتي متر از عضو زير زميني قطور گياه را بريده روي خطوطي به فاصله70 سانتي متر كه فاطله بوته ها روي خطوط 25-سانتي متر باشد،مي كارند.برداشت ريشه درقسمت زير زميني گياه به منظور استفاده دارويي از سال سوم كه ريشه به حجم يك مشت دست رسيده باشد انجام مي گيرد و از طريق كاشت ريشكهاي گياه نيز خاك پوك و تازه ،تكثير آن انجام مي شود.

ترب وحشي يا ترب كوهي در كوهستانهاي مرطوب ،گودالها،كنار جريانهاي آب ،دامنه هاي رو به شمال كوهشتانهاي اروپا و اسيا و در هندوستان مي رويد. از وجود اين گياه در ايران تا به حال گزارشي نشده است . ولي پرورش آن امكان دارد.

ريشه ترب وحشي ترد و شكننده به طول تا 1 متر هم ممكن است برسد كه ان را بشكنند بوي گزنده بسيار تندي از آن متصاعد مي شود كه بيني و چشم را تحريك مي كند و معمولا در مصارف طبي از ريشه تازه آن استفاده مي شود. چون ريشه ترب وحشي حداكثر رويش را در فصل پاييز دارد و به علاوه حداكثر تندي ان نيز با بر خورد با سرما ايجاد مي شود، لذا برداشت ريشه از نظر ادويه بايد در اواخر پاييز انجام گيرد.

تركيبات شيميايي
از نظر تركيبات شيميايي در ريشه گياه يك اسانس روغني فرار بابوي تند و تيز و خراش دهنده وجود دارد.تندي و گزندگي آن در اثر وجود گليكوزيد سينيگرين و آنزيم مايروزين در آن است له شده گياه در اثر داشتن ماده ايزو تيو سيانات تاثير ياز دارنده روي رشد ميكرو ارگانيسمها دارد .ريشه گياه منبع غني ويتامينC است.
در گزارش ديگري آمده است كه گياه خاصيت بازدارنده رشد روي جرمهاي گرام منفي گروه حصبه و شبه حصبه روده را دارد.
در هريك صد گرم ريشه ترب وحشي خام مواد زير وجود دارد:
آب 74 گرمةپروتئين 2/3 گرم،انرژي 87 كالري،مواد چرب 3/0 گرم، هيدراتهاي كربن 19 گرم،كلسيم 14 ميلي گرم ،فسفر 64 ميلي گرم،آهن4/1 ميلي گرم ،سديم 8 ميلي گرم ،پتاسيم 564 ميلي گرم ،تيامين 07/0 ميلي گرم ،و ويتامين C81 ميلي گرم.
خواص و كار برد:
ترب وحشي طبق نظر حكماي طب سنتي گرم و خشك است برگها و ساقه هاي جوان گياه به طور كلي محرك ،معرق ومدر مي باشد و به هاضمه مكم مي كند و در استعمال خارجي به عناون داروي موثر در لومباگو استعمال مي شود. ريشه گياه در موارد ناراحتي هاي حاصل از كمبود ويتامينC مصرف مي شود و از دم كرده 30-15 گرم در هزار گرم آب آن و يا خيس كرده 30-15 گرم رنده شده آن در هزار گرم سركه رقيق به عنوان مدر و معالج استسقا ،ورم كليه ،سنگ كليه ،روماتيسم مزمن،نقرس،آب آوردن ريه ها ،آسم مرطوب ،ضعف ،زردي و يرقان استفاده مي شود.
ريشه رنده شده گياه شبيه خردل اثر قرمز كننده دارد و ضماد ريشه له شده آن روي پوست پس از چند دقيقه پوست را گرم و قرمز مي كند و پس از 30-20 دقيقه ،سوزش و سوختگي و تاول در پوست ايجاد مي كند ،بنابراين از ضماد ريشه آن براي درد هاي عصبي ،سياتيك ،گرفتن عضلات ،دردهاي روماتيسمي ،فلج هاي موضعي و لومباگو استفاده مي شود.
اگر رنده شده ريشه آن را روي پارچه نازك تميزي پهن كرده روي آن شكر بريزند مايع شيريني مخلوط با عصاره ريشه پارچه خارج مي شود كه ان را شربت ريشه ترب وحشي گويند و اگر روزي 2-1 قاشق سوپ خوري از اين شربت خورده شود براي كمي ويتامينC مجرب و نافع است.
روغن ترب وحشي بسيار گرم است و در اكثر امراض جانشين روغن زيتون كهنه و روغن بلسان است و محلل بسيار قوي است ،خوردن آن براي فلج ،لقوه،رفع ناراحتي سم گزش وعقرب و ساير گزندگان نافع است و قطره آن در گوش براي تحليل بادهاي گوش و رفع درد آن مفيد است ومماليدن آن

به عضو نيز براي فلج ،لقوه و سستي اعضا نافع است.
براي تهيه روغن ترب وحشي به اين ترتيب عمل مي شود كه برگ ترب وحشي را در آغاز تخم بستن و تبديل گل به تخم چيده وآب آن برگ را باآب تخم ترب گرفته و با دو برابر وزنش روغن زيتون يا روغن كنجد تازه با آتش ملايم بپزند تا اب آن برود و روغن بماند ،البته بايد دقت كرد كه نسوزد.
در حال حاضر مهمترين مصرف ريشه ترب وحشي در اروپا وآمريكا ،مصرف آن به عنوان ادويه تند است و مرسوم كه از ريشه تازه رنده كرده آن با غذاهاي گوشتي نظير گوشت قرمز ،ماهي و زبان مصرف مي نمايند و يا از ترشي سركه آن استفاده مي شود و مخلوط با خردل بوي مطبوع خاصي به خردل مي دهد. درفرانسه معمول است ريشه ترب وحشي را گرفته رنده كرده با كمي سركه مخلوط مي كنند و شير جوشيده روي آن مي ريزند. همين كه شير منعقد شد آب جدا شده از قسمت منعقد شده شير را جدا مي كنند و روزي 2-1 ليوان از آن مي خورند كه مدر است و براي تسكين درد روماتيسم بسيار نافع مي باشد.
در انگليس مرسوم است كه از شربت ترب وحشي به عنوان داروي سينه و براي معالجه خشونت صدا و قطع سرفه هاي بعد از آنفلوانزا تجويز مي شود.
منبع:www.taamasrar.com

سنبل ختايي

در كتب طب سنتي با نامهاي »سنبل ختايي» و «حشيشه الملائك» آمده است.به فرانسوي Angelique و به انگليسيAngelica گفته مي شود. گياهي است از خانوادهUmbelliferae نام علمي آن L. archangelica Angelicaو مترادف آنArchangelica officinalis Hoffmمي باشد.
مشخصات:
آنژليك گياهي است علفي دو ساله بلند ،ارتفاع آن متجاوز از يك متر است.معطر با برگهاي بزرگ داراي بريدگي و تقسيم بندي شده ،هر يك از تفسيمات برگ نوك تيز دندانه دار مي باشد. ساقه آن شيار دار استوانه اي به رنگ سبز مايل به قرمز . گلهاي آن سفيد به صورت چتر در انتهاي شاخه گل دهنده ظاهر مي شود.از برگ و ساقه و ريشه آن در طب استفاده مي شود.
اين گياه در مناطق شمالي اروپا ،شبه جزيره اسكانديناوي و كوهستانهاي مركزي اروپا تاروسيه ميانه انتشار دارد. در هندوستان در كشمير مي رويد.در شمال اروپا به عنوان گياه سبزي خوراكي مورد استفاده و توجه است و كاشته مي شود و ريشه هاي آن را به صورت خام يا پخته مي خورند .در ساير مناطق اروپا علاوه بر خوراكي بودن از خاصيت خوشبو بودن آن نيز در قنادي استفاده مي شود و از ميوه آن براي تهيه يك نوع نوشابه به نامRatafia d,Angelique استفاده مي شود.به علاوه خواص طبي آن در سطح وسيعي مورد توجه است و كاربرددارد.
تكثير آنژليك از طريق كشت بذر آن صورت مي گيردبه اين ترتيب كه بذر آن را در بهار در هواي آزاد و يا در پاييز در پناه شاسي مي كارند و پس از آن نهال هاي جوان را به مزرعه منتقل كرده و مي كارند.معمولا چند ماه پس از كاشت نهالها آماده انتقال مي شوند بنابراين كشت بهاره در پاييز به مزرعه منتقل مي شود و كشت پاييزه در بهار منتقل مي گردد.
تركيبات شيميايي
از نظر تركيبات شيميايي و مواد عامله ،ريشه و قسمت زير زميني خشك آنژليك در حدود 35/0درصد اسانس روغني فرار دارد و در ميوه آن (3/1-2/1)درصد اسانس يافت مي شود. مواد عمده موجود در اسانس آنژليك عبارتند از بتا فلاندرن و به علاوه در اسانس ريشه آنژليك كه در هوا خشك شده باشد مواد د-الفا-فلاندرن،آلفا-پينن و هايدروكسي پنتادكانوئيك اسيد و آلفا-متيل بوتيريك اسيد يافت مي شود.
در ريشه ها و ثمر آنژليك چند فروكامارين نظير آنژليسين،برگاپتن،كزانتوتوكسين و...وجود دارد و به علاوه اومبلي پرنين و

چند فنل نيز در آن مشخص شده است (G.I.M.P).
بررسي هاي شيمايي جديدتري نشان مي دهد كه كيفيت اسانس آنژليك با شرايط اقليمي محل رويش طبيعي آن ارتباط داردهر چقدر ارتفاع از سطح درياي محل رويش طبيعي آن بيشتر باشد ،عطر بيشتر و با كيفيت بهتري مي دهد.
از گياه آنژليك 9 نوع ماده كومارين جداشده است از جمله يك كومارين جديد به نام آركي سين در آن مشخص شده است.(S.G.I.M.P).
خواص و كاربرد
آنژليك معمولا در سال اول گل مي دهد ولي چون ريشه آن رشد كافي نكرده برداشت ريشه در سال دوم انجام مي گيرد و در آغاز سال دوم ساقه هاي فرعي سال اول را قطع مي كنند و فقط ساقه اصلي باقي مي ماند كه رشد كافش بنمايد و از ساقه هاي قطع شده و برگهايي كه در خلال سال اول قطع شده نيز پس از خشك كردن استفاده مي شود. ميوه گياه وقتي كاملا رسيد كه معمولا در اوخر تابستان است ،آماده برداشت مي شود.
از نظرخواص ريشه آنژليك و ميوه آن محرك و نرم كننده سينه و معرق است و ريشه آن بخصوص مقوي ،ضد تشنج،بادشكن،خلط آور،قاعده آور و معرق مي باشد.
در فرانسه در مراجع طب سنتي آن ديار مرسوم بوده است كه از دم كرده ريشه آنژليك به نسبت10-2 گرم ريشه خشك در يك ليتر آب جوش و با از تنطور الكلي ريشه آنژليك10-2گرم به عنوان نيرو دهنده و. هاضم استفاده مي كنند و از دم كرده ميوه آن نيز به عنوان مفرح و نيرو دهنده خيلي استقبال مي شود.
گونهAngelica sylvestris L. را نيز در بعضي اسناد به نام سنيل ختايي مي نامند. گياهي است پايا به بلندي تا 150سانتي متر و معطر اين گياه در اروپا و از جنوب غربي چين تا نپال در آسيا مي رويد.
قسمت نرم ريشه اين گياه به عنوان دارو مصرف مي شود ،جوشانده ان براي رفع بي حسي اعصاب ،رفع گرفتگي در اعضاي بدن ،روماتيسم و [چيو] ،سردرد،سرگيجه ناشي از سرماخوردگي و تورم در پاها به كار مي رود.
منبع:www.taamasrar.com

## چاي شبت(كاهش دهنده چربي خون)

اين چاي شامل برگ و دانه گياه شويد(شبت)است كه در اكثر منابع معتبر علمي دنيا خواص آن به تأييد رسيده است.
اين گياه داراي خواص متعددي از جمله كاهش چربي خون(تري گليسريد وكلسترول)،درد معده، بادشكن و افزاينده ترشح شير مادران بوده و در درمان قولنج معده نوزادان نيز به كار مي رود.
عوارض جانبي:عوارض جانبي خاصي براي اين گياه گزارش نشده است،با اين حال مصرف بيش از حد آن توصيه نمي شود.
نحوه و ميزان مصرف:نصف قاشق چايخوري از پودر دانه خشك اين گياه را در يك فنجان آبجوش به مدت 10 تا 15 دقيقه دم كرده و روزانه در دو وعده ميل كنيد.
منبع:ساناز سانيا،شماره 15 /س

## چاي ترخون(ضد نفخ و اشتهاء آور)

اين چاي شامل برگ و سرشاخه هاي گلدار گياه ترخون است كه در اكثر منابع معتبر علمي دنيا ،خواص آن به تأييد رسيده است.
اين گياه داراي خواص متعددي از جمله مقوي معده، بادشكن و اشتهاءآور بوده و در درمان قاعدگي هاي دردناك نيز از آن استفاده مي شود.
عوارض جانبي:عوارض جانبي خاص براي اين گياه ذكر نشده است با اين حال مصرف بيش از حد آن توصيه نمي شود.
نحوه و ميزان مصرف :يك قاشق چايخوري از پودر خشك شده گياه را در يك فنجان آبجوش به مدت 10 تا 15 دقيقه دم كرده و روزانه دو تا سه وعده ميل كنيد.
منبع:ساناز سانيا،شماره 15 /س

## گوجه فرنگي منبع سرشار ويتامين سي

گوجه فرنگي به علت دارا بودن ويتامين هاي كا، سي، بي، آ و مواد معدني نظير كلسيم، فسفر و آهن در تامين انرژي و تقويت بدن نقش موثري ايفاء مي كند.
به گزارش (ايسنا) منطقه مركزي، گوجه فرنگي يكي از مهم ترين منابع ويتامين است. لذا در تقويت بينايي، تقويت و سلامتي پوست و مخاط ها (دهان و بيني)، رشد و نمو استخوان ها است. گوجه فرنگي سرشار از ويتامين هاي بي يك و دو است از اين رو در تسكين دردهاي عصبي، رفع بي اشتهايي و درمان يبوست، نقصان ترشح شير مادر و تورم دهان تجويز مي شود. گوجه فرنگي، بدن را در برابر امراض و بيماري هاي عفوني حفظ مي كند و مصرف آن نيرو و نشاط مي بخشد. پوست و دانه هاي آن نيز به هضم غذا كمك كرده و روده ها را پاك مي كند. آب گوجه فرنگي مدر و مفيد است. براي تميز كردن خون بايد از آب گوجه فرنگي و كرفس به نسبت مساوي و به مقدار سه فنجان در روز، قبل از غذا و به مدت سه هفته استفاده كرد.
گوجه فرنگي هضم مواد نشاسته اي را آسان مي كند. به همين جهت از آن سس درست و با حبوبات پخته مصرف مي كنند.
مصرف گوجه فرنگي براي اشخاصي كه مبتلا به سنگ كليه و مثانه و كبد هستند، تجويز مي شود. گوجه فرنگي بعد از ليموترش، بيش از ساير ميوه ها ويتامين سي و مقدار زيادي فسفر، آهن، سيليس و كلسيم دارد.

# گوجه فرنگي تأمين كننده انرژي بدن

منبع:روزنامه كيهان
گوجه فرنگي به علت دارا بودن ويتامين هايA.B.C.K و مواد معدني مانند كلسيم، فسفر و آهن در تأمين انرژي و تقويت بدن نقش موثري ايفا مي كند.
گوجه فرنگي يكي از مهمترين منابع ويتامين A مي باشد، لذا در تقويت بينايي، تقويت و سلامتي پوست و مخاط ها (دهان و بيني) رشد و نمو استخوان ها ضروري است.گوجه فرنگي سرشار از ويتامين هاي B1 و B2 مي باشد؛ از اين رو درتسكين دردهاي عصبي، رفع بي اشتهايي و درمان يبوست، نقصان ترشح شيرمادر و تورم دهان تجويز مي شود.اين ميوه بدن را در برابر امراض و بيماري هاي عفوني حفظ كرده و مصرف آن نيرو و نشاط مي بخشد. پوست و دانه هاي آن نيز به هضم غذا كمك كرده و روده ها را پاك مي كند.
آب گوجه فرنگي ادارآور و مفيد است. براي تميز كردن خون بايد از آب گوجه فرنگي و كرفس به نسبت مساوي و به مقدار 3 فنجان در روز، قبل از غذا و به مدت 3 هفته استفاده كرد.گوجه فرنگي هضم مواد نشاسته اي را آسان مي كند. به همين جهت از آن سس درست شده، و با حبوبات پخته مصرف مي كنند.مصرف آن براي اشخاصي كه مبتلا به سنگ كليه و مثانه و كبد هستند، تجويز مي شود.گوجه فرنگي بعداز ليموترش، بيش از ساير ميوه ها ويتامين C و مقدار زيادي فسفر، آهن، سيليس و كلسيم دارد.
بررسي تركيبات و مواد موجود درگوجه فرنگي نشان مي دهد كه درميوه گوجه فرنگي رسيده، گلوكز، فروكتوز، ساكاروز و تقريبا تمام آمينواسيدهاي اصلي به استثناي ترپتوفان وجود دارد.اسيد آلي اصلي و عمده موجود در گوجه فرنگي، اسيد سيتريك است. اسيديته ميوه به تدريج از مرحله سبزي به طرف قرمز شدن افزايش و حداكثر آن، موقعي است كه قرمزشدن و رنگ عوض كردن آن آغاز مي شود و پس از آن رو به كاهش مي گذارد. ماده رنگي اصلي و عمده گوجه فرنگي كاروتنوئيد، بتاكاروتن و ليكوپن مي باشد. حداكثر مقدار كاروتنوئيدها در حالتي است كه گوجه فرنگي در زير تابش مستقيم نور رشد مي كند.ماده اي سمي به نام سولانين در گوجه فرنگي سبز و نارس وجود دارد كه خوردن آن موجب مسموميت شده و دل پيچه، اسهال وبازشدن مردمك چشم را ايجاد مي كند. به علاوه خوردن برگ آن كه به عنوان دارو در مواردي تجويز مي شود، بايد درحد اعتدال و به مقدار مجاز و محدود، درحدي كه پزشك تعيين كرده مصرف شود، زيرا برگ آن هم سمي است.

در هند و چين از ميوه گوجه فرنگي به عنوان ملين استفاده مي شود و براي تقويت مسلولين (ميتلايان به بيماري سل)، تب هاي حصبه اي، رفع ورم ملتحمه چشم، آماس گوش (اوتيت) و دفع سنگ كليه تجويز مي شود.مصرف گوجه فرنگي براي مبتلايان به درد مفاصل تجويز شده و براي مبتلايان به نقرس و روماتيسم مفيد است.گوجه فرنگي، خنك و اشتهاآور است و آب آن براي رشد و نمو بهتر اطفال موثر است.اگر درمحل مورچه ها چند عدد برگ گوجه فرنگي بگذاريد، بوي اين گياه مورچه ها را فراري مي دهد.

براي تميزكردن لكه هاي جوهر بر روي لباس، يك تكه پنبه را در آب گوجه فرنگي فروبرده و روي لكه جوهر بماليد. سپس آن را بشوييد.

نسخه پيچي گياهي

نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1
دارو : ريشه و ريزم ريوند چيني ( Rheum officinale )
مقدر مصرف : 1 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده است در يك فنجان آب جوش ريخته مدت يك ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده صبح و شب هر بار يك فنجان يك ساعت بعد از غذا ميل كنيد .
توجه : اين دارو در زنان حامله و در افراديكه سنگ در مثانه يا دستگاه ادراري دارند نبايد مصرف شود .
نسخه شماره 2
دارو : شيرابه خشك شده برگهاي صبر زرد (چداروا) ( Aleo species )
مقدر مصرف : 60 تا 200 ميلي گرم بعنوان مسهل ملايم ، 300 تا 1000 ميلي گرم بعنوان مسهل .
طرز تهيه : با كمي شربت قند ميل كنيد .
توجه : اين دارو در دوران حاملگي ، زمان قاعدگي و در هنگام وجود ناراحتي گوارشي مصرف نگردد .
نسخه شماره 3
دارو : برگ سنا ( Cassia angustifolia )
مقدر مصرف : 0/5 تا 1 گرم بعنوان ملين
1 تا 3 گرم بعنوان مسهل ملايم
4 تا 8 گرم بعنوان مسهل قوي
طرز تهيه : مقادير مورد نظر از برگ سنا را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك فنجان آبجوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده صبح و شب هر بار يك فنجان يك ساعت بعد از غذا ميل كنيد .
توجه : مدت 6 تا 8 ساعت بعد از مصرف دارو تخليه روده شروع مي شود .
نسخه شماره4
دارو : اسفرزه ( Plantago psylium)
مقدر مصرف : براي بزرگسالان مقدر 10 گرم يا يك قاشق غذا وري پر با كمي آب ولرم يا شير گرم روزي سه بار مصرف گردد .
اطفال : مقدر يك رگم روزي سه بار با كمي آب گرم يا شير گرم ميل كنيد .

نسخه شماره 5
دارو : پوست سیا توسه ( Rhamnus frangula )
مقدر مصرف : 1 تا 3 گرم از پودر گیاه
طرز تهیه و مصرف : بصورت کپسول تهیه و میل کنید .
توجه : مقدر 2 تا 6 گرم این دارو را در يك ليوان آب بصورت جوشانده نيز مي توان تهيه و مصرف نمود .
نسخه شماره 6
دارو : مغز میوه فلوس ( Cassia fistula)
مقدر مصرف : بزرگسالان به مقدر 4 تا 8 گرم بعنوان ملین و به مقدر 30 تا 60 رگم بعنوان مسهل ، اطفال به مقدر 3 گرم بر حسب هر يك از سنين عمر بعنوان مسهل .
طرز تهیه و مصرف : مقادیر ذکر شده از پودر گیاه فوق را در يك فنجان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف کرده صبح و شب هر بار يك فنجان يك ساعت بعد از غذا میل کنید .

داروهاي ملين

=== نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- دارو جهت يبوستهاي اسپاسمي ( عصبي )
عصاره سيا توسه 19/7 ميلي ليتر
عصاره بلادن 0/3 ميلي ليتر
مقدر مصرف :
صبح وشب قبل از خواب 30 قطره از داروي فوق در يك استكان آب قند حل و ميل شود .
نسخه شماره 2- داروي ملين ( جهت برطرف كردن يبوست همراه با درد )
بابونه 20 گرم
بومادران 20 گرم
بردنجبويه 10 گرم
نعناع 5 گرم
سنا 5 گرم
سيا توسه 5 گرم
طز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت 30 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده صبح و شب يك فنجان يك ساعت بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 3- داروي ملين
ريشه شيرين بيان 30 گرم
ترنجبين 60 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
بنفشه و ريشه شيرين بيان پودر شده را در يك فنجان آبجوش ريخته مدت 30 دقيقه بگذاريد تا دم بكشد سپس آن را صاف كرده و ترنجبين را با آن اضافه مي كنند تا حل شود ، در خاتمه مخلوط را در يك نوبت ميل كنيد .
نسخه شماره 4- داروي ملين
زردآلو پانزده عدد
آلو پانزده عدد
گل نيلوفر سه عدد
گل بنفشه 15 گرم
عدس پوست كنده 10 گرم
گشنيز خشك 10 گرم
تخم كاسني نيم كوبيده 5 گرم

طرز تهيه و مقدر مصرف :
داروهاي فوق را به مدت يك روز در آب خيسانده و بعد صاف مي كنند . مخلوط صاف شده در يك نوبت جهت رفع يبوست و حرارت و غلبه گرمي در مناطق گرم توصيه كرده اند .
توجه : براي اينكه خيسانده تهيه شده خاصيت مليني داشته باشد به آن 50 گرم ترنجبين اضافه مي كنند
===نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1
دارو : گز علفي ( Quercus infectoria )
مقدر مصرف : 20 تا 60 گرم ( بر حسب سن بيمار )
طرز مصرف : در كمي آب حل نموده و ميل كنيد .
نسخه شماره 2
دارو : گز خونساري ( گزانگبين ) ( Astragalus adscendens )
مقدر مصرف : 20 تا 60 گرم ( بر حسب سن بيمار )
طرز مصرف : در كمي آب حل نموده و ميل كنيد .
نسخه شماره 3
دارو : ترنجبين ( Alhagi camelorum )
مقدر مصرف : 10 تا 70 گرم ( بر حسب سن بيمار )
طرز مصرف : با كمي آب ميل كنيد .
نسخه شماره 4
دارو : شير خشت ( Cotoneaster numularia)
مقدر مصرف : تا 100 گرم ( بر حسب سن بيمار )
طرز مصرف : با كمي آب ميل كنيد .
نسخه شماره 5
دارو : شكر سرخ ( Saccharum offcinarum )
مقدر مصرف : تا 100 گرم ( بر حسب سن بيمار )
طرز مصرف : با كمي آب ميل كنيد .
نسخه شماره 6
دارو : شكر تيغال ( Echinops cephalotes)
مقدر مصرف : تا 15 گرم
طرز مصرف : بصورت دم كرده
نسخه شماره 7
دارو : بيد خشت ( Salix excelsa)
مقدر مصرف : 20 تا 60 گرم ( بر حسب سن بيمار )
طرز مصرف : با كمي آب ميل كنيد .
نسخه شماره 8

دارو : دانه خاكشي ( Sisymbrium sophia)
مقدر مصرف : 4 تا 8 گرم
طرز مصرف : با كمي آب سرد ميل كنيد .
نسخه شماره 9
دارو : ميوه انجير (Ficus carica )
مقدر مصرف : 10 تا 15 گرم
طرز مصرف : بصورت خيسانده در آب گرم يا در شير ميل كنيد .
نسخه شماره 10 ( ملين قوي )
دارو : روغن كرچك ( Ricinus communis oil)
مقدر مصرف : يك قاشق مربا خوري تا يك قاشق غذا خوري بر حسب سن و وضع بدني بيمار .
توجه : اين دارو بهترين و مناسبترين و مطمئن ترين ملينهاست و براي كودكان هم مناسب است .
نسخه شماره 11
دارو : روغن بادام ( Prunus amygdalus oil)
مقدر مصرف : 15 تا 60 گرم ( بر حسب سن بيمار )
نسخه شماره 12
دارو : روغن نارگيل ( Cocos nucifera oil)
مقدر مصرف : 10 تا 40 گرم ( بر حسب سن بيمار )
نسخه شماره 13
دارو : روغن پنبه دانه ( Gossypium hearbaceum oil)
مقدر مصرف : 10 تا 30 گرم ( بر حسب سن بيمار )
نسخه شماره 14
دارو : روغن كنجد ( Sesamum indicum oil)
مقدر مصرف : 40 تا 60 گرم ( بر حسب سن بيمار )
نسخه شماره 15
دارو : روغن ذرت ( Zea mays or corn oil)
مقدر مصرف : 40 تا 60 گرم ( بر حسب سن بيمار )
نسخه شماره 16
دارو : روغن مغز گردو ( Juglans regia oil )
مقدر مصرف : 10 تا 15 گرم ( بر حسب سن بيمار )

# ضد قولنج وداروهاي باد شكن و ضد نفخ

- داروهاي ضد گاستريت و نفخ و ورم معده و زخم معده و مشكلات و بيماريهاي معده و گوارش
=== نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- داروي باد شكن ( ضد نفخ )
دانه زيره يك قسمت
گل بابونه يك قسمت
برگ نعناع يك قسمت
دانه انيسون يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آب جوشريخته و باقي بگذاريد 20 دقيقه دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده صبح و شب هر بار يك فنجان قبل از غذا ميل مي كنند .
نسخه شماره 2- داروي بادشكن قوي
گل بابونه يك قسمت
برگ بادرنجبويه يك قسمت
ميوه رازيانه يك قسمت
ميوه انيسون يك قسمت
ميوه زيره يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و باقي بگذاريد 20 دقيقه دك بكشد . سپس آنرا صاف كرده صبح و شب هر بار يك فنجان قبل از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 3- داروي ضد درد و ضد نفخ
نعناع 250 گرم
گل بابونه 250 گرم
رازيانه 100 گرم
ريشه شيرين بيان 200 گرم
ريشه ختمي 200 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر دو قاشق ذا خورياز مخلوط فوق را كه قبلا خرد و نرم شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و باقي بگذاريد 30 دقيقه دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده صبح و شب هر دفعه يك فنجان نيم ساعت قبل از غذا ميل كنيد .

نسخه شماره 4- داروي ضد قولنج ( كوليك )
گل بابونه يك قسمت
برگ بادرنجبويه يك قسمت
ريشه سنبل الطيب يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري ا مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و به مدت 20 دققيه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده صبح و شب هر بار يك فنجان نيم ساعت قبل از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 5- داروي ضد تشنج و دل درد معده
نعناع 10 گرم
بابونه 10 گرم
انيسون 5 گرم
بومادران 5 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آرنا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان نيم ساعت قبل از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 6- داروي ضد گاستريت و ضد نفخ
اسطو خودوس يك قسمت
دانه زيره ده قسمت
دانه رازيانه ده قسمت
دانه انيسون ده قسمت
گل بابونه ده قسمت
گياه بومادران بيست قسمت
برگ نعناع سيزده قسمت
ريشه سنبل الطيب پنج قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دو بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان نيم ساعت قبل از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 7- داروي ضد نفخ
دانه زيره يك قسمت
گل بابونه سه قسمت

برگ نعناع سه قسمت
ریشه سنبل الطیب سه قسمت
طرز تهیه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد ، در يك ليوان آب جوش ريخته مدت 20 دقيقه بال خود باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روي دو بار هر بار يك فنجان نيم ساعت قبل از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 8- داروي ضد نفخ
زیره 10 گرم
رازیانه 10 گرم
انیسون 5 گرم
طرز تهیه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت 20دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس روزي سه بار هر بار يك فنجان نيم ساعت بعد از غذا ميل كنيد
نسخه شماره 9- داروي ضد نفخ و ضد دل درد
نعناع 10 گرم
بادرنجبویه 10 گرم
برگ توت فرنگي 10 گرم
طرز تهیه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ، نيم ساعت بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 10- دارو جهت درمان پیچش شکم همراه با درد
نعناع 20 گرم
بابونه 10 گرم
بادرنجبویه 10 گرم
انیسون 5 گرم
طرز تهیه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيدهو نرم شده باشد در يك ليوا ن آب جوش ريخته به مدت 20 دققيه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده صبح و شب هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 11- دارو جهت رفع اختلالات هاضمه
برگ انیسون یك قسمت

برگ ريحان يك قسمت
برگ نعناع يك قسمت
برگ مرزه ده قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا وبيده و نرم شده باشد در يك فنجان آب جوش ريخته به مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده مدت يك هفته هر شب ميل كنيد .
=== نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- داروي ضد دل درد دارو : ميوه يا تمام گياه رازيانه ( Foeniculum vulgare )
مقدر مصرف : بزرگسالان 2 تا 4 گرم ، اطفال بر حسب سن 0/5 تا 1 گرم
طرز تهيه : مقادير فوق از داروي نيم كوب شده را در يك فنجان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 2- داروي بادشكن و ضد دل درد دارو : ميوه زيره ( Carum carvi)
مقدر مصرف : بزرگسالان 4 تا 12 گرم - اطفال 2 تا 1 گرم
طرز تهيه : مقادير فوق از داروي نيم كوب شده را در يك فنجان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 3- داروي ضد قولنج و بادشكن دارو : گل بابونه اصلي ( Matricaria chamomilla )
مقدر مصرف : 2 تا 8 گرم (بر حسب سن بيمار)
طرز تهيه : مقادير فوق از داروي نيم كوب شده را در يك فنجان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 4- داروي ضد قولنج و بادشكن دارو : تمام گياه مرزنجوش ( Origanum majorana )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقادير فوق از داروي نيم كوب شده را در يك فنجان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 5- داروي ضد قولنج و بادشكن دارو : برگ گياه بادرنجبويه ( Melissa officinalis )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم

طرز تهيه : مقادير فوق را كه قبلا كوبيده شده است را در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 6- داروي بادشكن دارو : تمام گياه آويشن شيرازي ( Thymus serpyllum )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقادير گياه فوق را كه قبلا كوبيده شده است را در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 7- داروي بادشكن دارو : تمام گياه پودنه ( Mentha pulegium)
مقدر مصرف : 1 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقادير گياه فوق را كه قبلا كوبيده شده است را در يك ليوان آب جوش ريخته مدت يك ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر باريك فنجان ميل كنيد .
توجه : مصرف اين دارو در زنان حامله توصيه نمي شود .
نسخه شماره 8- داروي بادشكن دارو : اسطو خودوس ( Lavandula officinalis )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقادير گياه فوق را كه قبلا كوبيده شده است را در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر باريك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 9- داروي ضد تشنج و بادشكن دارو : برگ نعناع ( Mentha piperita )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقادير گياه فوق را كه قبلا كوبيده شده است را در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر باريك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 10- داروي بادشكن دارو : تخم گياه گشنيز ( Coriandrum sativum)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقادير گياه فوق را كه قبلا كوبيده شده است را در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر باريك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 11- داروي ضد اسپاسم دارو : سير ( Allium sativum )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم ( پودر خشك شده يا 3-4 دانه پياز آن )

طرز مصرف : همراه با غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 12- داروي ضد اسپاسم دارو : برگ بذر البنج ( ژوسكيام ) ( Hyoscyamus niger )
مقدر مصرف : 130 تا 320 ميلي گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آبجوش ربخته مدتنيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
توجه : اين دارو به علت شديد الاثر بودن بايد توسط پزشك نجويز گردد .
نسخه شماره 13- داروي ضد اسپاسم دارو : شيرابه خشك شدن انقوزه ( Ferula assa-foetida)
مقدر مصرف : 0/3 تا 1 گرم
طرز تهيه : در كمي آب ولرم حل و ميل كنيد
نسخه شماره 14- داروي ضد تشنج اسپاسم دارو : ريشه يا برگ گياه شاهبيزك ( Atropa belladonna )
مقدر مصرف : 30 تا 100 گرم
طرز تهيه : مقدر داروي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر دفعه يك فنجان ميل كنيد .
توجه : اين دارو سمي است و فقط توسط پزشك تجويز گردد .
نسخه شماره 15- داروي بادشكن دارو : تمام گياه گلدار آويشن شيرازي ( Thymus serpyllum )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر داروي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر يك دفعه فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 16- داروي بادشكن دارو : دانه گياه سياه دانه ( Nigella sativa )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر داروي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر يك دفعه فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 17- داروي بادشكن دارو : ميوه كبابه ( Piper cubeba )
مقدر مصرف : 1 تا 3 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه نيم كوب كرده در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و گرم گرم ميل كنيد .

نسخه شماره 18- داروي ضد درد معده و بادشكن دارو : ميوه باديان ( Pimpinella anisum)
مقدر مصرف : 0/5 تا 2 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه نيم كوب كرده در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 19- داروي بادشكن دارو : تمام گياه شويد ( Anethum graveolnce )
مقدر مصرف : 0/5 تا 2 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه نيم كوب كرده در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 20- داروي ضد درد معده و بادشكن دارو : تمام گياه مرزه ( Satureia hortensis )
مقدر مصرف : 5 تا 10 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه نيم كوب كرده در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 21- داروي مقوي معده دارو : ريشه و ريزم جنطيانا ( ژانسين ) ( Gentiana luteas )
مقدرا مصرف : 2 تا 3 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
توجه : افرادي كه به سرعت مبتلا به سردرد يا حالت عصبي مي شوند نبايد اين دارو را مصرف نمايند .
نسخه شماره 22- داروي مقوي معده دارو : ميوه ( دانه ) انيسون ( Pimpinella anisum )
مقدرا مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 24- داروي مقوي معده و برطرف كننده ورم معده دارو : برگ نعناع ( Mentha piperita )
مقدرا مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش

ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 23- داروي مقوي معده دارو : ميوه ( دانه ) را زيانه ( Foeniculum vulgare )
مقدرا مصرف : بزرگسالان 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 24- داروي مقوي معده و برطرف كننده ورم معده دارو : برگ نعناع ( Mentha piperita )
مقدرا مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 25- داروي مقوي بادشكن و برطرف كننده قولنج معده دارو : تخم شويد ( شبت ) ( Anethum graveolence )
مقدرا مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 26- داروجهت درمان درد معده و روده دارو : زنجبيل ( Zingiber officinalis
مقدرا مصرف : 2 تا 4 گرم يا يك قاشق مربا خوري
طرز تهيه : صبح و شب ميل كنيد .
نسخه شماره 27- داروي مقوي معده دارو : برگ پونه (پودنه ) ( Mentha pulegium )
مقدرا مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 28- دارو جهت برطرف كردن خونريزي معده دارو : گل بنفشه ( Viola odorata )
مقدرا مصرف : 10 تا 20 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.

نسخه شماره 29- داروي مقوي معده دارو : ميوه يا برگ گياه برگ بو ( Larus nobilis )
مقدرا مصرف : 4 تا 8 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 30- داروي مقوي معده دارو : ريزوم زردچوبه ( Curcuma longa)
مقدرا مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 31- دارو جهت درمان درمان ورم و زخم معده دارو : خرفه ( Portulaca oleracea )
مقدر مصرف : صبح و ظهر و شب هر دفعه در حدود 3 گرم خرفه تازه همراه غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 32- دارو جهت التهاب معده و روده دارو : مرزه ( Satureia hortensis )
مقدرا مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كني
نسخه شماره 33- دارو جهت زخم معده و اثني عشر دارو : ريشه شيرين بيان ( مجو ) ( Glycyrrhiza glabra )
مقدرا مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 34- دارو جهت زخم معده ( CAchillea mille Folium ) دارو : گل يا تمام گياه بومادران
مقدرا مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد

داروهاي محرك معده ، مقوي معده و اشتها آور

=== نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- داروي محرك معده
ميوه رازيانه يك قسمت
زيره سياه يك قسمت
تخم گشنيز يك قسمت
ميوه انيسون يك قسمت
زيره سبز يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده ظهر و شام بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 2- داروي مقوي معده
ميوه انيسون يك قسمت
ميوه شويد يك قسمت
ميوه رازيانه يك قسمت
ميوه زيره سياه يك قسمت
برگ نعناع خشك شده يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري ااز مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده ظهر وشام بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 3- داروي مقوي معده
افسنطين 200 گرم
قنطوريون صغير 200 گرم
شبدر آبي 50 گرم
ريشه ژانسيان 50 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر دو قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و رنم شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت 30 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده صبح وش ب نيم ساعت قبل از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 4- دارو جهت ناراحتي معده همراه با درد
نعناع 20 گرم

بابونه 10 گرم
بادرنجبويه 10 گرم
انيسون 5 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 5-داروي اشتها آور
برگ شبدر يا يونجه يك قسمت
گياه قنطوريون يك قسمت
افسنطين يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا خرد شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت 30 دققيه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي دو بار هر بار يك فنجان نيم ساعت قبل از غذا ميل بكنيد .
نسخه شماره6- داروي ضد كمبود شيره معده
گياه افسنطين دو قسمت
دانه زيره دو قسمت
گل بابونه دو قسمت
برگ نعناع چهار قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا خرد شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان نيم ساعت قبل از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 7- داروي جهت التيام زخم معده
بابونه 30 گرم
زيره 10 گرم
نعناع 3 گرم
سنا 3 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
داروهاي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد با هم مخلوط كرده و در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد ا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روزي سه مرتبه هر دفعه يك فنجان نيم ساعت بعد از غذا ميل كنيد .

نسخه شماره 8- دارو هاي ضد كمبود شيره معده
گياه افسنطين دو قسمت
دانه زيره دو قسمت
گل بابونه دو قسمت
برگ نعناع چهار قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا خر شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت 30 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان نيم ساعت قبل از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 9- داروي جهت التيام زخم معده
بابونه 30 گرم
زيره 10 گرم
نعناع 3 گرم
سنا 3 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
داروهاي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد را با هم مخلوط كرده و در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روزي سه رمتبه هر دفعه يك فنجان نيم ساعت بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 10- داروي اشتهاآور
برگ يونجه 8 قسمت
بابا آدم 2قسمت
درچين 1 قسمت
شيرين بيان 1قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق ذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا خرد شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت 30 دققيه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي 2 بار هر دفعه يك فنجان نيم ساعت قبل از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 11- داروي دل درد همراه با اسهال
پوست بلوط 20 گرم
نعناع 10 گرم
بابونه 10 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا خرد شده باش در يك ليوان آب جوش ريخته مدت 30 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي 3 بار هر دفعه يك فنجان نيم ساعت قبل از غذا ميل كنيد

=== نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- دارو : پوست درچين ( Cinnamomum zeylanicm )
مقدر مصرف : 0/5 تا 10 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان نيم ساعت قبل از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 2- دارو : ريشه زنجبيل ( Zingiber officinalis )
مقدر مصرف : 0/25 تا 10 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان نيم ساعت قبل از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 3- دارو : ميوه (دانه ) هل ( Elletaria cardamomum or Anomum C. )
مقدر مصرف : 1 تا 2 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان نيم ساعت قبل از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 4- دارو : ميوه فلفل سياه ( Piper nigrum )
مقدر مصرف : 1 تا 2 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان با كمي شكر يا عسل قبل از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 5- دارو : دانه گياه شنبليله ( Trigonella foenum - graecum )
مقدر مصرف : 4 تا 10 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان قبل از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 6- دارو : برگ يا ريشه يا دانه سنبل ختائي ( Archangelica officinalis )
مقدر مصرف : برگ 1 تا 3 گرم - ريشه 1 تا 2 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان قبل از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 7- دارو : ميوه انيسون ( Pimpinella anisum )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم

طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان قبل از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 8- دارو : ميوه ( دانه ) رازيانه ( Foeniculum vulgare )
مقدر مصرف : بزرگسالان 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان قبل از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 9- دارو : پياز گياه سير ( Allium sativum )
طرز تهيه و مقدرا مصرف : پنج عدد سير را در 1/8 ليتر آب سرد له كرده 6 تا 8 ساعت مي گذارند باقي بماند سپس روزي چند بار هر مرتبه يك قاشق غذا خوري ميل كنيد .

داروهاي ضد كرم و انگل

===نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- دارو جهت رفع كرمك
صبر زرد 0/5 تا 1 گرم
زرده تخم مرغ 1 عدد
آب نيم گرم 50 تا 100 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
داروهاي فوق مخلوط و تنقيه شود .
نسخه شماره 2- دارو جهت رفع كرمهاي آسكاريس
ريشه انار يك قسمت
پوست ريشه شال (آزاد درخت) يك قسمت
سرخس يك قسمت
فوفل يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر 2 قاشق غذا وري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده صبح ناشتا ميل كنيد .
نسخه شماره 3- دارو جهت درمان كرم كدو
تخم كدو 15 گرم
برنك كابلي 15 گرم
فوفل يك دانه
قارچ كوهي 30 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد آنرا صاف كرده صبح ناشتا ميل كنيد .
نسخه شماره 4-دارو جهت رفع كرمهاي دراز
برنك كابلي 25 گرم
پوست هليله زرد 25 گرم
آمله منقي 25گرم
تربد سفيد 15 گرم
شكر سرخ 100 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
داروها را كوبيده و الك كرده و با شكر سرخ مخلوط و بصورت حب

درآورده و به مقدر 20 گرم با آب گرم ميل كنيد .
نسخه شماره 5- دارو جهت دفع انواع كرمها
پوست هليله زرد 15 گرم
برنك كابلي 15 گرم
تربد سفيد 30 گرم
شكر سرخ 60 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
داروها را نرم و الك و مخلوط كرده و هر بار 30 گرم با كمي آب ميل كنيد .
نسخه شماره 6- دارو جهت درمان كرم كدو
ريشه سرخس 10 گرم
تربد 10 گرم
برنك كابلي 25 گرم
درمنه تركي 25 گرم
باقلاي مصري 15 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
دو قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار براي مدت 5 روز صبح و شب ميل كنيد .
===نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- دارو : برگ و سرشاخه گياه افسنطين ( گونه هاي مختلف آرتميزيا ( Artemisia Spp)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده به مدت 5 روز متوالي هر بار يك فنجان ميل كنيد
توجه : از مقادير زياد اين دارو اجتناب گردد چون ايجاد مسموميت مي كند .
نسخه شماره 2- دارو : پوست ريشه انار ( Punica granaum)
مقدر مصرف : 4 تا 15 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد . صبح و شب هر دفعه يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 3- دارو : سير ( Allium sativum)
مقدر مصرف : 3 تا 6 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش

ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 4- دارو : تخم كدو ( Cucurbita maxima and C.pepo)
مقدر مصرف : بزرگسالان 200 تا 250 گرم - اطفال 50 تا 100 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده ميل كنيد و پس از چند ساعت دو قاشق غذا خوري روغن كرچك يا زيتون ميل كنيد .
نسخه شماره 6- دارو : ريشه بسفايج ( Poypodium vulgare)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده ميل كنيد .
نسخه شماره 5- دارو : ريشه سرخس نر ( Aspidium filix - mas )
مقدر مصرف : 5 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده ميل كنيد .
توجه : اين گياه سمي بوده و بايد زير نظر پزشك تج.يز شود و در مورد بيماران قلبي و زنان حامله نيز توصيه نمي گردد .
نسخه شماره 7- دارو : قارچ كوهي ( Pleurotus enyngii)
مقدر مصرف : 3 تا 6 گرم
طرز تهيه : با كمي آب ميل كنيد .
نسخه شماره 8- دارو : گل زبان در قفا ( Delphinium consolida)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد
نسخه شماره 9- دارو : تست هوايي گياه سداب ( Ruta graveolence)
مقدر مصرف : 0/5 تا 1 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 10- دارو : برگ و پوست زبان گنجشك ( Faraxinus excelsior)
مقدر مصرف : 3 تا 6 گرم

طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 11- دارو : برگ و پوست زبان گنجشك ( Faraxinus excelsior)
مقدر مصرف : 3 تا 6 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .

داروهاي مدر صفرا و ضد بيماريهاي صفرايي و يرقان

=== نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- داروي صفرا آور
گياه بومادران يك قسمت
گياه بنفشه يك قسمت
گياه خار مقدس يك قسمت
پوست سياه توسه يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا بصورت پودر درآمده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار ميل كنيد .
نسخه شماره 2- داروي ضد سنگ صفرا
گياه خار مقدس يك قسمت
برگ پنيرك يك قسمت
گل هميشه بهار يك قسمت
بفشه سه رنگ يك قسمت
پوست سياه توسه يك قسمت
بومادران يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك تا دو قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا بصورت پودر درآمده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 3- داروي صفرا آور
گياه افسنطين دو قسمت
گياه خار مقدس دو قسمت
برگ نعناع دو قسمت
ريزوم ريوند يك قسمت
دانه زيره يك قسمت
ميوه خار مقدس دو قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا بصورت پودر درآمده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .

نسخه شماره 4- داروي صفرا آور و مقوي كبد
گل هميشه بهار يك قسمت
گل گياه گندم يك قسمت
برگ نعناع بيست قسمت
ريشه شيرين بيان سي قسمت
ريشه ژانسيان پنج قسمت
پوست سياه توسه ده قسمت
ميوه زيره پنج قسمت
ميوه رازيانه پنج قسمت
گل بابونه سيزده قسمت
گياه ماميران ده قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق با نيم ليتر آب جوش مخلوط كرده مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 5- دارو جهت صفرا
پر ( برگه ) زرد آلو 30 عدد
عناب 15 عدد
آلوي بزرگ 10 عدد
تمر هندي 30 گرم
گل نيلوفر 5 گرم
گل بفشه 15 گرم
آب مقدر كافي
طرز تهيه و مقدر مصرف :
داروهاي فوق را در آب سرد به مدت 12 ساعت خيسانده و حاصل را در يك نوبت ميل كنيد .
نسخه شماره 6- دارو جهت دفع صفرا
پر ( برگه ) زرد آلو 30 عدد
عناب 15 عدد
آلوي سياه 10 عدد
تمر هندي 1 گرم
گل نيلوفر 10 گرم
گل بنفشه 10 گرم
زرشك 10 گرم
آب نيم ليتر
طرز تهيه و مقدر مصرف :

داروها را درش ب خيسانده و صبح صاف نموده و حاصل صافي در يك نوبت ميل شود .
نسخه شماره 7-داروي مقوي صفرا و كليه ها
ميوه سرو كوهي يك قسمت
ريشه ختمي يك قسمت
زنجبيل يك چهارم قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا بصورت كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو فنجان صبح و شب بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 8- ارو جهت دفع سنگهاي صفراوي
ريشه ياب 25 گرم
برگ و سر شاخه هاي كندناي كوهي 50 گرم
ريشه اونونيس 25 گرم
برگ و سر شاخه هاي ماشيا (غافث ) 50 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 9- داروي صفرا آور
ريشه زنجبيل شامي 150 گرم
ريزوم ريوند 150 گرم
ريشه اونونيس 150 گرم
برگ غافث 400 گرم
برگ كندناي كوهي 150 گرم
برگ تمشك 50 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
دو قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار صبح و شب يك فنجان ميل كنيد .
===نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- داروي صفرا آور و محرك ترشح صفرا دارو : ريزوم زردچوبه ( Curcuma longa )
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك فنجان آب جوش ريخته به مدت 5 دقيقه بگذاريد تا بجوشد سپس آنرا صاف كرده و ميل كنيد .

نسخه شماره 2- داروي معالج يرقان و صفرا آور دارو : تمام گياه شاهتره (Fumaria species )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك فنجان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
توجه : اين گياه تا اندازه اي سمي بوده و استفاده از آن به مقدر زياد باعث فلج عضلات صاف و دستگاه تنفسي مي شود بنابراين مصرف آن بايستي زير نظر پزشك باشد .
نسخه شماره 3- داروي معالج يرقان
دارو : تمام گياه گل رنگ ( كافشه ) ( Carthamus tinctorius)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك فنجان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 4- داروي معالج يرقان
دارو : دانه گياه سياه دانه ( NIgella sativa)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك فنجان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 5- داروي صفرا آور
دارو : ريشه كاسني ( Cichorium intybus)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك فنجان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
توجه : اين دارو علاوه بر اين جهت دردهاي صفراوي هم مورد استفاده قرار مي گيدر .
نسخه شماره 6- داروي صفرا آور
دارو : تمام گياه افسنطين كبير ( Aretmisia absinthium)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك فنجان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
توجه : اين دارو علاوه بر اين جهت دردهاي صفراوي هم مورد استفاده

قرار مي گيدر .
نسخه شماره 7- داروي ضد يرقان
دارو : ميوه يا پوست ريشه گياه زرشك ( Berberis vulgaris)
مقدر مصرف : 3 تا 6 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 8- داروي مدر صفرا و معالج اختلالات صفرا
دارو : ريشه يا تمام گياه گل قاصد ( شيرمال ، كاسني زرد ) ( Taraxacum officinalis)
مقدر مصرف : 4 تا 8 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 9- داروي صفرا آور
دارو : تمام گياه آناكاليس ( عين الجمل ) (Anagalis arrensis )
مقدر مصرف : 4 تا 8 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 10- داروي ضد يرقان و صفرا آور
دارو : تمام گياه عاثف (Agrimonia eupatoria)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 11- داروي صفرا آور و محرك ترشح صفرا
دارو : پياز گياه سير ( Allium sativum)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 12- دارو جهت معالجه بيماريهاي صفراوي
دارو : تمام گياه سداب ( Ruta graveolens)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت

باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 13- دارو ي صفرا آور
دارو : تمام گياه خرفه ( Portulaca oleracea)
مقدر مصرف : 50 تا 100 گرم بصورت تازه و 5 تا 10 گرم بصورت خشك
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 14- داروي صفرا آور
دارو : برگ و سر شاخه هاي گلدار گياه اكليل الجبل ( اكليل كوهي ) ( Rosmarinus officinalis )
مقدر مصرف : 2تا 4 و حتي تا 10 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 15- دارو ي مدر صفرا
دارو : ميوه تمر هندي ( Tamarindus indica)
مقدر مصرف : 10 تا 45 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا خيسانده شود سپس آنرا با مقدري قند ميل كنيد .
نسخه شماره 16- دارو ي مدر صفرا
دارو : روغن زيتون ، برگ و پوست زيتون ( Olea europea)
مقدر مصرف : 20 تا 40 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را روزي دو مرتبه همراه با سالاد ميل كنيد مقدر مصرف برگ و پوست 4-8 گرم بصورت دم كرده مطابق روشهاي بالا توصيه مي گردد .
نسخه شماره 17- داروي صفرا آور
دارو : گل هميشه بهار ( Calendula officinalis)
مقدر مصرف : 3 تا 6گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 18- داروي صفرا آور
دارو : برگ نعناع ( Mentha piperita )
مقدر مصرف : 2تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت

باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 19- داروي صفرا آور
دارو : برگ و سر شاخه هاي گلدار گياه اكليل الجبل ( اكليل كوهي ) ( Rosmarinus officinalis )
مقدر مصرف : 2تا 4 و حتي تا 10 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 20- داروي محرك ترشح كيسه صفرا
دارو : گل هميشه بهار ( Calendula offcinalis )
مقدرا مصرف : 3 تا 6 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 21- داروي محرك ترشح برونش ها
دارو : برگ بارهنگ سرنيزه اي ( Plantago lanceolata )
مقدرا مصرف : 5 تا 10 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 22- داروي محرك ترشح صفرا
دارو : ريشه يا برگ گل كاسني ( Cichorium intybus )
مقدرا مصرف : 3 تا 6گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 23- داروي محرك غدد ترشحي معده ( ترشح معده و صفرا )
دارو : تمام گياه افسنطين ( Artemisia absinthium )
مقدرا مصرف : 2 تا 4گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 24- داروي محرك ترشح غدد معده و روده
دارو : پياز ( Allium cepa )

مقدر مصرف : روزانه يك عدد پياز خام با هر غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 25 - دارو جهت برطرف كردن يرقان ، زردي و سيروز كبدي
دارو : ميوه زرشك ( Berberis vulgaris )
مقدر مصرف : 2 تا 6گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را در يك ليوان آب جوش ريخته روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 26- دارو جهت اختلالات در ترشح غدد
دارو : ريشه انجدان رومي ( Levisticum officinalis )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.

داروهاي معرق و ضد تعرق

=== نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- داروي معرق
گل زير فون يك قسمت
گل آقطي يك قسمت
گل ماهور يك قسمت
گل بابونه يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از داروي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آبجوش ريخته و مدت نيم ساعت بگذاريد تادم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 2- دارو جهت جلوگيري از عرق زياد
برگ مريم گلي يك قسمت
برگ زوفا يك قسمت
پوست ميوه گردو يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر دو قاشق غذا خوري از داروي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آبجوش ريخته و مدت نيم ساعت بگذاريد تادم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان يك ساعت قبل از خواب ميل كنيد .
نسخه شماره 3- دارو جهت جلوگيري از عرق زياد
گشنيز خشك 25 گرم
سماق 25 گرم
برنج سفيد 25 گرم
آب 250 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
داروها را در آب بجوشانيد تا حجم حاصل به يك سوم برسد . سپس آنرا صاف نموده و روزي 100 گرم ميل كنيد
=== نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- داروي ضد تعرق شبانه و ضد تعرق زياد مسلولين دارو :
برگ مريم گلي ( Salvia officinalis)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده

روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 2- داروي ضد تعرق شبانه مسلولين دارو : سنبل الطيب ( Valeriana officinalis)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 3- دارو : گل زوفا ( Hyssopus officinalis)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 1 - دارو براي ايجاد عرق (معرق) دارو : برگ نعناع يا پونه ( Mentha piperita or M.pulegium)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 2 - دارو براي ايجاد عرق (معرق) دارو : ريشه بابا آدم ( Arctium lappa)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 3 - دارو براي ايجاد عرق (معرق) دارو : تمام گياه ريحان ( Ocimum basilicum)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 4 - دارو براي ايجاد عرق (معرق) دارو : گل تمام گياه بومادران ( Achilea millsolium)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .

نسخه شماره 5 - دارو براي ايجاد عرق (معرق) دارو : افرادا ( ريش بز ) ( Ephedra species)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 6 - دارو براي ايجاد عرق (معرق) دارو : تره تيزك ( شاهي ) ( Lepidium sativum)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 7 - دارو براي ايجاد عرق (معرق) دارو : گل بابونه ( Matricaria chamomilla)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 8- دارو براي ايجاد عرق (معرق) دارو : شاهتره ( Fumaria species)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 9- دارو براي ايجاد عرق (معرق) دارو : تمام گياه گلدار گونه هايي از آويشن ( Thymus species)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 10- دارو براي ايجاد عرق (معرق) دارو : ريزم بيد گياه (مرغ) (Agropyrum repens)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .

داروهاي مدر

=== نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- داروي مدر
ريشه سنبل خطائي يك قسمت
ريشه انجدان رومي يك قسمت
ريشه شيرين بيان يك قسمت
ميوه سرو كوهي يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از گياهان را كه قبلا نيم كوب شده باشد در يك ليوان آبجوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار صبح و شب ميل كنيد .
نسخه شماره 2- داروي مدر
كاكل ذرت يك قسمت
دم گيلاس يك قسمت
دم اسب يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از گياهان را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آبجوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 3- داروي مدر و موثر بر التهاب مثانه
كاكل ذرت يك قسمت
بيد گياه ( مرغ) يك قسمت
تخم جعفري يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آبجوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 4- داروي مدر
ميوه ابهل يك قسمت
ريشه انجدان رومي يك قسمت
ميوه زيره يك قسمت
ريشه شيرين بيان يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در

يك ليوان آبجوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 5- داروي مدر
ريشه جعفري 350 گرم
شاخه و برگ دم اسب 200 گرم
برگ تمشك 200 گرم
برگ درخت غان 250 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آبجوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 7- داروي مدر
برگ درخت غان 25 گرم
ريشه جعفري 25 گرم
دم گيلاس 25 گرم
گياه گزنه 5 گرم
گياه آقطي سياه 5 گرم
گياه بومادران 5 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آبجوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
=== نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- دارو : ريزوم بيد گياه ( مرغ ) ( Agropyron repence)
مقدر مصرف : 3 تا 6 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 2- دارو : ريزوم مارچوبه ( هليون ) ( Asparagus officinalis)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 3- دارو : دانه گل آفتاب گردان ( Heliantus annus)
مقدر مصرف : 4تا 8 گرم

طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 4- دارو : برگ انگور ( Vitis vinifers L)
مقدر مصرف : 40 تا 60 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 5- دارو : برگ گياه خاس ( خاش ، راج ) ( Ilex aquifolium)
مقدر مصرف : 6 تا 12 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
سخه شماره 6-
دارو : ريشه يا برگ گل قاصد ( Taraxacum officinalis)
مقدر مصرف : 6 تا 12 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 7- دارو : گل زير فون ( Tilia cordata Mill)
مقدر مصرف : 6 تا 12 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 8- دارو : دم گيلاس ( Cherry Tail ) ( Cerasus avium L)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 9- داروي مدر بخصوص براي معالجه رماتيسم و نقرس
دارو : گل ، پوست و ريشه آقطي ( Sambucus nigra)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.

نسخه شماره 10- داروي مدر بخصوص براي معالجه استسقاء
دارو : تمام برگ ترخون ( Artemisia dracunculus)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 11- دارو : تمام گياه آناگاليس ( عين الجمل ) ( Angallis arvensis )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 12- دارو : تمام گياه يا دانه جعفري ( Petroselinum crispum)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 13- دارو : ميوه خشك شده گياه نسترن ( گل سرخ وحشي ) ( Rosa canina)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 14- دارو : تخم ترب سياه ( Rhaphanus sativus)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد. ميوه آن را نيز تا 100 گرم مي توان هر بار همراه غذا ميل كدر .
نسخه شماره 15- دارو : تخم كرفس ( Apium graveolence)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس بدون صاف كردن روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 16- دارو : برگ بارهنگ سرنيزه اي ( Plantago

(lanceolata
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد
نسخه شماره 17- دارو : ريشه صابوني ( غاسول ) ( Saponaria officinalis)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد
نسخه شماره 18- دارو : گل بابونه اصلي ( Matricarira chamomilla)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد
نسخه شماره 20- دارو : گل زبان در قفا ( زبان پس قفا ) ( Delphinium consolida)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد
نسخه شماره 21- دارو : كاكل ذرت ( Zea mays corn sille )
مقدر مصرف : 2 تا 6 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد
نسخه شماره 22- دارو : گل گياه گندم ( قنطريون ) ( Centaurea cyamus L)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد
نسخه شماره 23- دارو : دانه گياه سياه دانه ( Nigela sativa)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش

ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد
نسخه شماره 24- دارو : برگ و پوست ساقه زبان گنجشك ( Faraxinus excelsiot)
مقدر مصرف : 3 تا 6 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد
نسخه شماره 25- دارو : ريشه يا ميوه گياه غليون ( شون ) ( Sambucus ebulus )
مقدر مصرف : 1 تا 2 گرم از ريشه يا 2 تا 4 گرم از ميوه
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد
نسخه شماره 26- دارو : تمام گياه گلدار آويشن شيرازي ( Thymus serpyllum)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد

داروهاي معالج بيماريهاي كليه و مثانه

=== نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- دارو جهت نزله مثانه
ريشه سنبل خطائي يك قسمت
تخم جعفري يك قسمت
برگ انگور خرس دو قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري زردوي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و باقي بگذاريد به مدت 30 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 2- داروي ضد دردهاي مثانه
ريشه سنبل خطائي يك قسمت
ريشه شيرين بيان يك قسمت
گياه دم اسب يك قسمت
گياه بنفشه يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري زردوي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و به مدت 30 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 3- داروي ضد درد مثانه و كليه
برگ غان پنج قسمت
تخم جعفري دو قسمت
برگ انگور خرس هشت قسمت
ريشه شيرين بيان هفت قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري زردوي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و باقي بگذاريد به مدت 30 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 4- داروي ضد درد مثانه و كليه
رگ غان سه قسمت
برگ انگو خرس هفت قسمت
ريشه شيرين بيان هفت قسمت
برگ بذر البنج سه قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :

يك قاشق غذا خوري زردوي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و باقي بگذاريد به مدت 30 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 5- دارو جهت معالجه بيماريهاي كليه و مثانه
برگ زبان گنجشك 20 گرم
برگ انگور خرس 20 گرم
ريشه شيرين بيان 20 گرم
پوست بابا آدم 10 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري زردوي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 6- دارو جهت سنگ كليه و مثانه
تخم خيار 30 گرم
تخم خربزه 60گرم
خارخاسك 40 گرم
ريشه لبلاب 40 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري زردوي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
=== نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره1 - دارو جهت رفع التهاب حاد و مزمن كليه و مثانه
دارو : ميوه خشك شده گياه نسترن ( گل سرخ وحشي ) ( Rosa canina)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
توجه : اين دارو علاوه بر اين با مقدر مصرف مذكور در فوق مورد شروع تشكيل سنگ كليه و مثانه جهت حل كردن آنها نيز مورد استفاده قرار مي گيدر .
نسخه شماره2 - دارو جهت بيماريهاي مجاري ادراري
دارو : ريشه روناس ( Rubia tinctorum)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك

فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
توجه : اين دارو علاوه بر اين دراي خاصيت حل كنندگي سنگهاي مثانه نيز مي باشد .
نسخه شماره3 - داروي ضد دردهاي سنگ كليه و مثانه
دارو : تخم تره ( Allium porrum)
مقدر مصرف : 1 تا 2 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره4 - داروي ضد دردهاي كليه
دارو : تخم شويد ( Anethum graveolense)
مقدر مصرف : 1 تا 3 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره5 - داروي ضد التهاب مجاري دراي
دارو : گل بنفشه ( Viola odorata)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره6 - دارو جهت رفع احتباس ادرار و ضعف مثانه
دارو : تمام قسمتهاي گياه به ويژه تخم جعفري ( Apium petroselinum)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره7 - دارو ي ضد دردهاي مثانه
دارو : ميوه كاكنج ( عروسك پشت پدره ) ( Physalis alkekengi)
مقدر مصرف : 5 تا 10 عدد ميوه
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
توجه : اين دارو علاوه بر اين موجب دفع اوراتها ، هم مي شود .
نسخه شماره8 - دارو ي معالج نزله كليه
دارو : تمام گياه ريحان ( Ocimum basilicum)

مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره9 - دارو ي معالج عوارض كليه و مثانه
دارو : ميوه يا پوست ريشه گياه زرشك ( Berberis vulgaris)
مقدر مصرف : 3تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره9 - دارو ي معالج عوارض كليه و مثانه
دارو : ميوه يا پوست ريشه گياه زرشك ( Berberis vulgaris)
مقدر مصرف : 3تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 11 - دارو ي جهت رفع التهابات كليه
دارو : برگ يا چوب يا پوسته ساقه غان ( قان ، توس ) ( Betula alba)
مقدر مصرف : 4 تا 8 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
توجه : اين دارو باعث خروج آب بدن بدون اينكه بافت كليه را تحريك كند مي شود .
نسخه شماره 12 - دارو جهت بيماريهاي مجاري ادراري
دارو : تخم گشنيز ( Coriandrum sativum)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 13- دارو جهت رفع عفونت مجاري ادراري
دارو : ميوه خارخاسك ( Tribulus terresteris)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .

داروهاي ضد سرفه ، ضد برونشيت ، ضد آسم و ضد بيماري

=== نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- داروي ضد سرفه
نسخه شماره 1- داروي ضد سرفه
گل پنيرك يك قسمت
برگ ختمي يك قسمت
ريشه ختمي دو قسمت
برگ پاخزري يك قسمت
گل ماهور يك قسمت
ريشه شيرين بيان دو قسمت
آويشن يك قسمت
دانه انيسون يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا بصورت پودر درآمده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 2- داروي ضد سرفه
گلسنگ ايسلندي يك قسمت
ريشه شيرين بيان يك قسمت
ريشه ختمي دو و نيم قسمت
دانه رازيانه يك قسمت
آويشن سه قسمت
بارهنگ يك و نيم قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا بصورت پودر درآمده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 3- داروي ضد سرفه
گل گياه گل گندم نيم قسمت
گل پنيرك يك قسمت
گل پاخري دو قسمت
گل ماهور يك و نيم قسمت
ريشه علف شير يك قسمت
ريشه شيرين بيان يك و نيم قسمت

دانه انيسون ستاره اي يك قسمت
گياه آويشن يك و نيم قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا بصورت پودر درآمده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 4- داروي ضد سرفه
ريزوم زنبق نيم قسمت
ريشه ختمي چهار قسمت
برگ پاخري دو قسمت
گل غان يك قسمت
ريشه شيرين بيان يك و نيم قسمت
ميوه انيسون يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا بصورت پودر درآمده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار ر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 5- داروي سياه سرفه و ساير بيماريهاي عفوني برنش ها
آويشن 20 گرم
گل ماهور 10 گرم
برگ پاخري 10 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و به مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دوبار ( صبح و شب ) هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره6- دارو جهت سياه سرفه و ساير بيماريهاي عفوني برنشها
دانه كتان يك و نيم قسمت
ميوه انيسون يك قسمت
ميوه رازيانه يك قسمت
گياه آويشن يك و نيم قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا بصورت پودر درآمده باشد در يك ليوان آب چوش ريخته و به مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده صبحها و شبها هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 7- دارو جهت برونشيت

برگ ختمي يك قسمت
گل پنيرك يك قسمت
ريشه شيرين بيان يك قسمت
دانه كتان دو قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا بصورت پودر درآمده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت 30 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روزي 2 تا 3 بار هر بار يك فنجان بصورت گرم ميل كنيد .
نسخه شماره 8- دارو جهت برونشيت
ميوه انيسون يك قسمت
ريشه شيرين بيان يك قسمت
برگ ختمي يك قسمت
ميوه رازيانه يك قسمت
برگ پاخري يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا بصروت پودر درآمده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بصورت گرم ميل كنيد .
نسخه شماره 9- دارو جهت برونشيت
برگ و گل پنيرك يك قسمت
برگ و گل ماهور يك قسمت
ريشه ختمي يك قسمت
گياه ختمي يك قسمت
برگ پاخري يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا بصورت پودر درآمده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده سه يا چهار هر بار يك فنجان بصورت گرم ميل كنيد .
نسخه شماره 10- دارو جهت برونشيت
آويشن 20 گرم
ميوه رازيانه 10 گرم
ميوه انيسون 10 گرم
برگ پاخري 10 گرم

طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كره روز ي دو بار صبح و شب هر بار يك فنجان بصورت گرم ميل كنيد .
نسخه شماره 11- دارو جهت نزله حنجره
برگ پنيرك يك قسمت
ريشه ختمي يك قسمت
ريشه شيرين بيان يك قسمت
گل ماهور يك قسمت
گياه پاخري يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان بصورت گرم ميل كنيد .
نسخه شماره 12- دارو جهت سرفه هاي خشك
ريشه ختمي 20 گرم
گلسنگ ايسلند 10 گرم
برگ پاخري 10 گرم
ميوه رازيانه 10 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده هر 2-3 ساعتي يك بار دو قاشق غذا خوري ميل كنيد
نسخه شماره 13- داروي ضد سرفه و ناراحتي هاي برنش ها
گل زالزالك 20 گرم
ميوه انيسون 10 گرم
برگ پاخري 10 گرم
ميوه رازيانه 10گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا وري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت 0 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده هر 1 الي دو ساعت يك بار يك قاشق غذا خوري ميل كنيد .

نسخه شماره 14- دريو ضد سياه سرفه
افسنطين 5 قسمت
گل فوفل 5قسمت
گل شقايق 15 قسمت
گل نرگس 15 قسمت
شكوفه هلو 15 قسمت
ريشه سنبل الطيب 15 قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط داروهاي فوق را كه قبلا خرد شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنراص اف كرده جهت كودكان شير خوار و اطفال تا 10 ساله 3 قاشق سوپ خوري روزي سه بار مصرف كنيد .
نسخه شماره 15- دارو جهت ذات الريه ( برنكوپنوموني )
شيرين بيان يك قسمت
تخم كتان يك قسمت
عسل 6 قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
شيرين بيان و تخم كتان را ابتدا خرد كرده در يك ليوان مدت نيم ساعت در آب جوش خيسانده سپس آنرا صاف و با عسل مخلوط نموده روزي 2تا 3 بار جهت كودكان مصرف كنيد .
نسخه شماره 16- دارو جهت رفع آسم
شاهبيزك (بلادوزن ) 5 گرم
برگ داتورا 5 گرم
برگ بذرالبنج 5 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
پس از مخلوط كردن داروهاي فوق با يك قاشق مرباخوري از آنرا در مورد ضروري سورانده و دود آنرا استنشاق بكنيد .
نسخه شماره 17- داروي ضد سرفه
عصاره بذر البنج 5 گرم
عصاره تریاك 0/2 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
داروهاي فوق را بصورت يك حب درآورده و روزي 1 تا 4 حب ميل شود .
توجه : اين دارو فقط با دستور پزشك و داروخانه هاي مجاز قابل تهيه و مصرف مي باشد .
نسخه شماره 18-دارو جهت ذات الجنب
عصاره شيرين بيان 30 گرم

گیاه بنفشه 30 گرم
نشاسته 10 گرم
کتیرا 10 گرم
تخم ختمي 10 گرم
میوه رازیانه 10 گرم
لعاب دانه کتان 30 گرم
طرز تهیه و مقدر مصرف :
داروهاي فوق را کوبیده و الك نموده و سپس با لعاب دانه کتان مخلوط و بصورت حب درآورده و در هر نوبت 10 گرم از آن را با شربن ساده میل کنید .
نسخه شماره 19- دارو جهت آسم و تنگي نفس
برگ گل فرفره ( پاخري ) 20 گرم
برگ بارهنگ 10 گرم
طرز تهیه و مقدر مصرف :
مقدر یك قاشق غذا خوري از داروهاي فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یك لیوان آب جوش ریخته و مدت 20 دقیقه باقي بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده هریك الي دو ساعت یك قاشق غذا خوري میل کنید
نسخه شماره 20- دارو جهت غرغره
برگ ختمي 550 گرم
ریشه ختمي 250 گرم
ریشه شیرین بیان پوست کنده 150 گرم
گل پنیرك 50 گرم
طرز تهیه و مقدر مصرف :
مقدر چهار قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یك لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقي بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و مرتب غرغره کنید .
نسخه شماره 21- دارو جهت سرفه
کتیرا 10 گرم
صمغ عربي 10 گرم
به دانه 10 گرم
عصاره شیرین بیان 2 گرم
نشاسته 2 گرم
تخم خشخاش 2 گرم
روغن بادام 4 گرم
قند سفید 60 گرم
طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهاي فوق را كه قبلا كوبيده و الك كرده و با روغن بادام و قند مخلوط بكنيد سپس روزي سه بار هر بار 10 گرم ميل بكنيد.
نسخه شماره 22- دارو جهت فع ناراحتيهاي تنفسي و سينه درد و سرفه
گل پامچال 40 گرم
گل ماهور 40 گرم
گلسنگ (ليخن) 100 گرم
ميوه رازيانه 50گرم
ريشه شيرين بيان 100 گرم
برگ نعناع 100 گرم
برگ بارهنگ 15 گرم
ريشه ختمي 200 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر دو قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .

داروهاي ضد سرفه ، ضد برونشيت ، ضد آسم و ضد بيماري

نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- داروي خلط آور
دارو : تمام گياه پر سياوش ( Adiantum capillus- veneris )
مقدر مصرف : 3 تا 6 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 2- داروي خلط آور
دارو : گل علف ماهور ( Verbascum thapsus )
مقدر مصرف : 2 تا 5 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 3- داروي خلط آور
دارو : ريشه زنبق ( Iris germanica )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 4- داروي خلط آور
دارو : تمام گياه علف هفت بند ( Polygonum aviculare )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 5- داروي ضد آسم
دارو : تمام گياه اورمك ( افرادا ) ( Ephedra SPP )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 6- داروي خلط آور ملايم
دارو : گل يا تمام گياه بنفشه ( بنفشه معطر ) ( Viola odorata )

مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 7- داروي خلط آور و آرام كننده سينه
دارو : گل و برگ گياه پنيرك ( Malva sylvestris )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 8- داروي ضد سرفه
دارو : ريشه ختمي ( Althaea officinalis )
مقدر مصرف : بزرگسالان 4 تا 8 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 9- داروي كم كننده تحريكات سرفه ضد سرفه
دارو : گل يا تمام گياه ختمي ( Althaea officinalis )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 10- داروي ضد سرفه
دارو : گل شبدر ( Trifolium pratense )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 11- داروي ضد سرفه
دارو : تخم كتان ( Linum usitatissium )
مقدر مصرف : 3 تا 6 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 12- داروي ضد سرفه و سينه درد
دارو : گل پنيرك ( Malva sylvestris )

مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 13- داروي ضد دارو جهت سرفه خوني و خشك
دارو : قدومه ( تودري ) ( Alyssum homolocarpum )
مقدر مصرف : 6 تا 9 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 14- داروي جهت معالجه سرفه و عرق زياد مسلولين
دارو : برگ مريم گلي ( Salvia officinalis )
مقدر مصرف : 0/5 تا 1/5 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 15- داروي ضد برونشيت مزمن
دارو : برگ يا گل اوكاليپتوس ( Eucalyptus globulus )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 16- داروي ضد آسم
دارو : تمام گياه زوفا ( Hyssopus officinalis )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 17- داروي ضد آسم
دارو : برگ تاتوره ( داتوره ) ( Datura stramonium )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
توجه : اين دارو سمي است و فقط توسط پزشك تجزيه مي شود .
نسخه شماره 18- داروي ضد آسم

دارو : ريشه يا برگ شاهبيزك ( Atropa belladona )
مقدر مصرف : 30 تا 100 ميلي گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 19- داروي ضد آسم
دارو : برگ بذر البنج ( ژوسيكام ) ( Hyoscyamus niger )
مقدر مصرف : 130 تا 320 ميلي گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 20- داروي ضد درد گلو و ريه ( برونشيت مزمن ، خلط آور )
دارو : صمغ اوشق ( كما ) ( Dorema ammoniacum )
طرز تهيه : بصورت حب يا امولسيونهاي معطر شده توسط اسانس نعناع ميل كنيد .
نسخه شماره 21- داروي نرم كننده سينه
دارو : عناب ( Ziziphus vulgaris )
مقدر مصرف : 3 تا 5 گرم تا 50 عدد
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 22- داروي نرم كننده سينه
دارو : ميوه سپستان ( Cordia myxa )
مقدر مصرف : از 30 عدد تا 90 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 23- داروي ضد سرمخوردگي
دارو : تمام گياه پر سياوش ( Adianthum cappilus -veneris)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 24- داروي ضد سرمخوردگي
دارو : سير ( Allium sativum )
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم

طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 25- داروي ضد سرمخوردگي
دارو : برگ بادرنجبويه ( Melissa officinal)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 26- دارو جهت باز كردن گرفتگي بيني
دارو : تمام گياه و اسانس گياه مرزنجوش ( Origanum majorna)
مقدر و روش استعمال : اسانس آن در موقع لزوم در بيني چكانده شود .
برگ : 2-4 گرم آن را كه قبل كوبيده شده باشد در يك ليوان آجوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 27- داروي ضد سرمخوردگي
دارو : گل و ريشه ختمي ( Althaea officinalis )
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 28- داروي ضد سرمخوردگي
دارو : تمام گياه شاهتره ( Fumaria spccies )
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .

## داروهاي ضد تهوع و استفراغ

نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- داروها براي رفع استفراغ
مانتول 0/05 تا 0/2گرم
روغن بادام شيرين 10 گرم
صمغ عربي 10 گرم
آب بهار نارنج 30 گرم
آب مقطر 150 ميلي ليتر
طرز تهيه و مقدر مصرف :
داروها را با هم مخلوط كرده و مقدر يك قاشق سوپخوري در هر ساعت ميل كنيد .
نسخه شماره 2- دارو براي رفع استفراغ
زنجبيل 25 گرم
هل 50 گرم
نمك 5 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روزي دو تا سه بار هر بار يك فنجان نيم ساعت بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 3- دارو جهت درمان استفراغ خوني
سياه دانه 10گرم
پودر گشنيز 10 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
داروهاي فوق را با هم مخلوط كرده هر دفعه يك قاشق مرباخوري به فاصله 2-3 ساعت ميل كنيد

داروهاي معالج بيماريهاي دهان ، حلق ، لثه و دندانها

===نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- دارو جهت رويانيدن ( ترميم ) لثه
دم الاخوين ( خون سياوش ) يك قسمت
گزمازوج يك قسمت
ميوه سرو يك قسمت
كندر يك قسمت
اقاقيا يك قسمت
گل سرخ يك قسمت
گلنار سه قسمت
طرز تهيه و روش استعمال :
داروها را كوبيده و الك كرده و در وقت خواب لثه و دندانها را با آن بوسيله مسواك خوب مالش دهيد .
توجه : اين فرآورده علاوه بر اين جهت رويانيدن گوشت بن دندان و رفع بدبويي دهان ينز توصيه مي شود.
نسخه شماره 2- داروي ضد درد دندان و لثه
سعد كوفي يك قسمت
گل سرخ يك قسمت
ميوه مورد يك قسمت
گلنار يك قسمت
سماق سه قسمت
طرز تهيه و روش استعمال :
داروها را كوبيده و الك كرده و در وقت خواب لثه و دندانها را با آن بوسيله مسواك خوب مالش دهيد .
توجه : علاوه بر اين موافق اكثر مزاجها بوده و در تسكين درد و رفع خونريزي دهان و لثه و رويانيدن گوشت لثه و زخمهاي دهان نيز مفيد مي باشد .
نسخه شماره 3- داروي جهت محكم كردن دندان
هليله زرد يك قسمت
بليله يك قسمت
آمله يك قسمت
گل سرخ يك قسمت
اقاقيا سه قسمت
گلنار يك قسمت

عاقر قرحا يك قسمت
طرز تهيه و روش استعمال :
داروها را كوبيده و الك كرده و در وقت خواب لثه و دندانها را با آن بوسيله مسواك خوب مالش دهيد .
توجه : اين فرآورده علاوه بر اين جهت محكم كردن دندانها و جلوگيري از خونريبي لثه و خوشبو كردن دهان نيز توصيه شده است .
نسخه شماره 4-دارو جهت جوش زدن دهان ( برفك و غيره )
فلوس يك قسمت
تخم گشنيز يك قسمت
طرز تهيه و روش استعمال :
داروها را كوبيده و الك كرده و در يك ليوان آب جوش به مدت 5 دقيقه بجوشانيد سپس آنرا صاف كرده بصورت مزمزه و چرخانيدن در داخل دهان غرغره نمائيد .
نسخه شماره 5- دارو براي رفع جوش دهان
انجير خشك يك قسمت
سيب يك قسمت
اكليل الملك يك قسمت
بابونه يك قسمت
آب مقدر كافي
طرز تهيه و روش استعمال :
داروها را در آب جوشانيده بصورت مزمزه ( چرخانيدن در داخل دهان ) مصرف كنيد .
نسخه شماره 6-دارو جهت محكم كردن دندانها
سنبل الطيب يك قسمت
ميوه سرو يك قسمت
عاقرقرحا يك قسمت
مازوج يك قسمت
آب مقدر كافي
طرز تهيه و روش استعمال :
داروها را در آب جوشانيده بصورت مزمزه مصرف كنيد .
نسخه شماره 7- دارو جهت تسكين درد دندانها
خريق سفيد يك قسمت
عاقرقرحا يك قسمت
نعناع يك قسمت
آب مقدر كافي
طرز تهيه و روش استعمال :

داروها را در آب جوشانیده صاف کرده و بصورت نیم گرم مزمزه مصرف کنید .
نسخه شماره 8- دارو جهت تسکین در د دندان
عاقر قرحا يك قسمت
برگ نعناع يك قسمت
گلنار يك قسمت
سرکه مقدر كافي
طرز تهیه و روش استعمال :
داروها را در سرکه جوشانیده و سپس حاصل را صاف و مزمزه مصرف کنید .
نسخه شماره 9- دارو جهت رفع درد دهان و التهابات گلو
گلنار يك قسمت
غنچه گل سرخ يك قسمت
برگ مريم گلي يك قسمت
عصاره شيرين بيان يك قسمت
آب مقدر كافي
طرز تهیه و روش استعمال :
داروها را ( بجز عصاره ریشه شیرین بیان ) با هم در آب جوشانیده و صاف کنید . سپس عصاره شیرین بیان را در جوشانده صاف شده حل کرده و حاصل را بصورت غرغره استعمال کنید .
=== نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1 - دارو جهت دندان درد دارو : تخم گشنیز ( Coriandrum sativum)
مقدر مصرف :0/5 تا 1 گرم
طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 2 - دارو جهت درمان جوشهاي دهان ( آفت ) و آماس مخاط دهان
دارو : توت سياه ( Morus nigra )
روش و مقدر مصرف : شيره توت سياه را يا بصورت خشك شده يا تازه شيره آنرا روزي چند مرتبه در دهان براي مدت چند دقيقه نگاه داريد .
نسخه شماره 3 - دارو جهت درمان جوشهاي دهان ( آفت ) دارو : برگ گردو ( Juglance regia )
روش و مقدر مصرف : پنج گرم برگ گردو را در يك فنجان آبجوش ريخته ، مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي

3 بار دهان را با آن بشوئيد .
نسخه شماره 4 - دارو جهت رفع بوي بد دهان دارو : ريشه و ريزم زنجفيل ( Zingiber officinalis)
مقدر مصرف :3 تا 5 گرم
طرز تهيه و استعمال : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار دهان را با آن بشوئيد .
نسخه شماره 5 - دارو جهت رفع بوي بد دهان دارو : برگ بادرنجبويه ( Melissa officinalis)
طرز تهيه و استعمال : مقدر ده گرم برگ بادرنجبويه را در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روزي سه بار دهان را با آن بشوئيد .
نسخه شماره 6 - دارو جهت خونريزي لثه و تقويت لثه دارو : برگ زيتون ( Olea europea)
طرز تهيه و استعمال : مقدر ده گرم برگ زيتون را در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روزي سه بار دهان را با آن بشوئيد . علاوه بر اين از روغن زيتون روزي چند بار بصورت مالش در دهان استفاده كنيد .
نسخه شماره 7 - دارو جهت درمان آبسه دندان دارو : سير ( Allium sativum)
طرز تهيه و استعمال : كمي سير پخته را با شير مخلوط موده و بصورت خمير داروريد و روزي 2 تا 3 مرتبه بر محل آبسه قرار دهيد .
نسخه شماره 8 - دارو جهت رفع بوي بد دهان دارو : گل بابونه اصلي ( Matricaria chamomilla )
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار دهان را با آن شستشو دهيد .
نسخه شماره 9 - دارو جهت پيشگيري از پيشرفت پوسيدگي دندان دارو : فلفل سياه ( Black piper)
روش مصرف : كمي از پودر فلفل را به محل پوسيدگي دندانها بماليد .

=== نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- داروي ضد سرما خوردگي
گل غان سه قسمت
گل زير فون چهار قسمت
پوست بيد دو قسمت
گل گاوزبان شش قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا بصورت پودر درآمده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و به مدت بيست دقيقه بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 2- داروي ضد سرما خوردگي
ل غان هفت قسمت
گل زبر فون پنج قسمت
ريشه شيرين بيان دو قسمت
ميوه گل سرخ وحشي (نسترن ) شش قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و به مدت بيست دقيقه بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 3- داروي ضد سرما خوردگي
گل غان شش قسمت
گل زير فون پنج قسمت
پوست بيد چهار قسمت
ريشه شيرين بيان دو قسمت
ميوه رازيانه سه قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و به مدت بيست دقيقه بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 4- داروي ضد سرما خوردگي (گريپ)
گل بابونه 20 گرم
آويشن شيرازي 10 گرم
برگ مريم گلي 10 گرم

طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و به مدت بيست دقيقه بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 5- داروي ضد سرما خوردگي (گريپ)
به دانه 3 گرم
عناب 5 دانه
سپستان 9 دانه
طرز تهيه و مقدر مصرف :
عناب و سپستان كه كمي خرد شده باشد را پنج دقيقه بجوشانيد سپس آنرا صاف كرده و به موسيلاژ استخراج شده زا به دانه ( به دانه را قبلا در 120 ميلي ليتر خيسانده و آنرا صاف كنيد ) اضافه نماييد در خاتمه به داروي حاصل كمي شكر اضافه نموده و روزي دو بار ميل كنيد
نسخه شماره 6- دارو جهت بخور دادن - درمان سينوزيت ، آنژين ها ، سرما خوردگي و زكام
برگ اوكاليپتوس يك قسمت
اسطوخودوس يك قسمت
مرزنجوش يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق از داروهاي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليتر آبجوش ريخته روي شعله ملايم مدت 5 دققيه بخور دهيد .

داروي محرك متابوليسم و اضافه كردن سوخت وساز بدن

نسخه هاي مركب
نسخه شماره 7- داروي محرك متابوليسم
برگ سنا دو قسمت
ريشه شيرين بيان دو قسمت
برگ و ريشه گل قاصد سه قسمت
برگ بنفشه سه قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از داروي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد با نيم ليتر آب سرد مخلوط كرده و به مدت سه ساعت باقي بگذاريد . بعد آنرا جوشانيده و بگذاريد به مدت پانزده دقيقه دم بكشد سپس حاصل را صاف نموده و ميل كنيد .

دارو جهت واريس

نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- دارو جهت واريس
ريشه اگير تركي يك قسمت
برگ و ميوه شاه بلوط يك قسمت
برگ گزنه يك قسمت
برگ آويشن شيرازي يك قسمت
طرز تهيه و روش استعمال :
مقدر يك قاشق غذا خوري از داروي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد با دو ليتر آب جوشانيده و به آب وان تا زير زانو ريخته و نصف قاشق مرباخوري نمك هم به آن اضافه كنيد .

دارو جهت رفع چاقي و چربي زياد

نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- دارو جهت رفع چاقي و چربي زياد
برگ و ريشه گل قاصد يك قسمت
برگ نعناع هفت قسمت
برگ سنا بيست قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از داروي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد با 250 ميلي ليتر آب جوش مخلوط كرده و به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .

دارو جهت رفع كم خوني

نسخه هاي مركب
نسخه شماره 4-دارو جهت رفع كم خوني
برگ گزنه يك قسمت
قنطوريون يك قسمت
افسنطين يك قسمت
ميوه گل سرخ وحشي يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از داروي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد با 250 ميلي ليتر آب سرد مخلوط كرده و به مدت سه ساعت باقي بگذاريد . سپس آنرا به مدت كوتاهي جوشانيده و دوباره به مدت ده دقيقه بگذاريد دم بكشد . در خاتمه حاصل را صاف كرده و با عسل شيرين نموده و در طول روز جرعه جرعه ميل مي كنند .

دارو جهت بيماري ارتريو اسكلروز - تصلب شرايين - و گ

نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- دارو جهت بيماري ارتريو اسكلروز
ريشه سنبل الطيب يك قسمت
برگ دم اسب يك قسمت
گياه دارواش چهار قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از داروي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .

دارو جهت بي اختياري ادرار

نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- دارو جهت بي اختياري ادرار
سعد كوفي يك قسمت
سنبل الطيب يك قسمت
اسطو خودوس يك قسمت
كندر يك قسمت
بلوط يك قسمت
كمون كرماني يك قسمت
عسل هجده قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
داروها را كوبيده سپس الك نموده سپس با عسل مخلوط نموده روزي 5 گرم با كمي آب ميل كنيد .

دارو جهت بازكردن انسداد هاي كبد و طحال و بيماريه

===نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- دارو جهت بازكردن انسداد هاي كبد و طحال
طبا شير سفيد 7 گرم
ريوند چيني 7 گرم
پوست ريشه كبر 7 گرم
عصاره غافث 10 گرم
زرشك 10 گرم
زنبق 3 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
داروهاي فوق را كوبيده سپس الك نموده و هر نوبت به مقدر 7 گرم با كمي سكنجبين ميل كنيد
=== نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- داروي ضد قولنج كبدي
دارو : تمام گياه علف چاي ( هوفاريقون ) ( Hypericum perforatum)
مقدر مصرف : 2تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 2- داروي ضد التهاب كبد كه همراه با زيادشدن حجم ترشح صفرا باشد
دارو : تمام گياه ماميران ( Chelidonium majus)
مقدر مصرف : 05/ تا 0/75 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
توجه : اين دارو سمي است و فقط توسط پزشك تجويز مي شود .
نسخه شماره 3- داروي مقوي كبد
دارو : تمام گياه قنطوريون صغير ( Centaurium erythraea)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
توجه : اين دارو سمي است و فقط توسط پزشك تجويز مي شود .

نسخه شماره 4- داروي مقوي كبد و ضد دردهاي كبدي
دارو : ريشه يا گل برگ كاسني ( Cichorium intybus)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 5- داروي معالج عوارض كبدي
دارو : تمام گياه شاهتره ( Fumaria species)
مقدر مصرف :0/5 تا 2 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
توجه : اين گياه تا اندازه اي سمي بوده مصرف مقادير زياد آن باعث فلج عضلات صاف و دستگاه تنفسي مي شود لذا مي بايستي زير نظر پزشك مصرف شود .
نسخه شماره 6- داروي ضد درد كبد
دارو : تمام گياه افسنطين ( Artmisia absinthium)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 7- داروي معالج عوارض كبدي
دارو : ميوه يا پوست گياه زرشك ( Berberis vulgaris)
مقدر مصرف :4 تا 8 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 8- داروي معالج عوارض كبدي
دارو : ريشه يا تمام گياه گل قاصد ( شير مال ، كاسني زرد ) ( Taraxacum officinalis)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 9- داروي معالج عوارض كبدي
دارو : برگ اوكاليپتوس ( Eucalyptus

مقدر مصرف :3 تا 6 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 10- داروي پاك كننده كبد
دارو : برگ مريم گلي ( Salvia officinalis)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .

داروهاي مخصوص عوارض و بيماريهاي زنان

=== نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- دارو جهت دردهاي ماهيانه بانوان
گياه اكليل الجبل ( اكليل كوهي ) يك قسمت
گياه كيسه كشيش يك قسمت
پوست بيد دو قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا خرد شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 2- داروي قاعده آور
سداب 0/1 گرم
صبر زرد 0/05 گرم
زعفران 0/1 گرم
افسنطين 0/1 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
داروهاي فوق را پس از نرم كردن با هم مخلوط كرده و بصورت يك كاشه درآورده سپس دو تا سه كاشه در 24 ساعت به مدت 4 تا 5 روز تا باز شدن قاعده گي ميل شود .
نسخه شماره 3- دارو جهت دردهاي قاعدگي
گل بابونه 20 گرم
بادرنجبويه 10 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا خرد شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 4- دارو جهت دردهاي قاعدگي ( همراه با يبوست )
بابونه 20 گرم
بادرنجبويه 10 گرم
برگ سنا 10 گرم
رازيانه 10 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا خرد شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا

صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 5- داروي قاعده آور ( همراه با درد )
بومادران 20 گرم
زعفران 0/1 گرم
بابونه 20 گرم
بادرنجبويه 10 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا خرد شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 6- داروهاي قاعده آور ( همراه با يبوست )
بابونه 20 گرم
بومادران 20 گرم
بادرنجبويه 10 گرم
نعناع 5 گرم
سنا 25 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا خرد شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد . سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
=== نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- دارو جهت عوارض يائسگي
دارو : ريشه سنبل الطيب ( Valeriana species)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 2- داروي ضد دردهاي قاعدگي
دارو : تمام گياه علف چاي ( هوقاريقون ) ( Hyperiarm perforatom)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 3- داروي قاعدگي
دارو : برگ بادرنجبويه ( Melissa officinalis)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم

طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 4- داروي جهت اختلالات قاعدگي مزمن
دارو : برنجاسف ( شويلا ) ( Artemisia vulgaris)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 5- دارو جهت عوارض زنانه
دارو : هليله كابلي ( Terminulia chebyla)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 6- دارو ي قاعده آور
دارو : گل گياه گل گندم ( Centaurea cyamus)
طرز تهيه و استعمال : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 7- دارو جهت دردهاي قاعدگي
دارو : سير ( Allium sativum)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد همراه غذا ميل كنيد يا 3 الي 4 پياز آن را همراه غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 8- دارو جهت دردهاي قاعدگي
دارو : دانه شنبليله ( Trigonella foenum - graecum)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 9- دارو جهت دردهاي قاعدگي
دارو : گل يا تمام گياه بومادران ( Achillea species )
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده

روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
توجه : اين دارو علاوه بر اين به عنوان ضد خونريزيهاي قاعدگي مورد استفاده قرار مي گيدر .
نسخه شماره 10- داروي مفيد در مورد زياد شدن زمان قاعدگي
دارو : برگ يا ريشه يا دانه تمام گياه گزنه ( Urtica dioica)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 11- داروي قاعده آور
دارو : جعفري ( Apium petroselinum)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد . يا همراه غذا چند روز قبل از قاعدگي گياه تازه آن را ميل كنيد .
نسخه شماره 12- داروي قاعده آور
دارو : شاهي ( Lepidium sativum )
روش و مقدر مصرف : چند روز قبل از تاريخ قاعدگي همراه غذا مقدري شاهي تازه ميل كنيد .
نسخه شماره 13 - داروي ضد اختلالات قاعدگي
دارو : مرزه ( Saturea hortensis)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 14 - داروي قاعده آور
دارو : ميوه يا تمام گياه رازيانه ( Foeniculum vulgaris )
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
توجه : اين دارو علاوه بر اين بعنوان راحت كننده عمل زايمان نيز استفاده مي شود .
نسخه شماره 15 - داروي قاعده آور
دارو : تمام گياه سداب ( Ruta graveolens)

مقدر مصرف :0/5 تا 1 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
توجه : اين دارو علاوه بر اين خاصيت ضد خونريزيهاي رحمي را نيز درا مي باشد

داروهاي صاف كننده خون

=== نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- داروي صاف كننده خون
ميوه انيسون يك قسمت
گلهاي بابونه چهار قسمت
ميوه زيره چهار قسمت
برگ سنا هشت قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا خرد شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 2- داروي صاف كننده خون
ريشه و برگ شيرمال يك قسمت
برگ سنا يك قسمت
گل بابونه يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق ذا خوري از مخلوط فوقرا كه قبلا خرد شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده صبح و شب هر بار يك فنجان از داروي تازه تهيه شده ميل كنيد .
نسخه شماره 3- داروي صاف كننده خون
گياه افسنطين يك قسمت
گياه بومادران دو قسمت
گياه قنطوريون دو قسمت
برگ نعناع چهار قسمت
برگ بنفشه چهار قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از داروي مخلوط فوق را كه قبلا خرد شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 4- داروي صاف كننده خون
برگ سنا يك قسمت
گياه بومادران يك قسمت
گل بابونه يك قسمت
برگ شيرمال يك قسمت

طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا خرد شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزانه يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 5- داروي صاف كننده خون
ريشه بابا آدم 30 گرم
ريشه شيرين بيان 30 گرم
ريشه تاجريزي 30 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مخلوط فوق را كه قبلا خرد شده باشد به مدت بيست دقيقه در يك ليتر آب جوش دم كرده و مقدر نصف يا بيشتر آنرا در روز مصرف بكنيد .
=== نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1-
دارو : تمام گياه شاهتره ( Fumaria parviolora )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 2-
دارو : تمام گياه گلدار بنفشه ( Viola tricolor)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 3-
دارو : برگ يا چوب يا پوست ساقه غان ( قان ، توس ) ( Betula alba)
مقدر مصرف : 4 تا 6 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 4-
دارو : برگ يا ميوه آقطي ( Sambucus nigra)
مقدر مصرف : 4 تا 6 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.

نسخه شماره 5-
دارو : اندامهاي مختلف گياه زرشك ( Berberis vulgaris)
مقدر مصرف : 8 تا 16 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا اصف كرده روزي دو بار ميل كنيد .
نسخه شماره 6-
دارو : برگ و گل گياه گل قاصدك ( Taraxacum officinalis)
مقدر مصرف : 3 تا 6 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 7-
دارو : تمام گياه گزنه ( Urtica dioica)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 8-
دارو : ميوه عناب ( Ziziphus vulgaris)
مقدر مصرف : 10 تا 20 دانه
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 9-
دارو : تمام گياه خرفه ( Portulaca oleracea )
مقدر مصرف : 5 تا 10 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.

داروهاي ضد تب و تب بر

=== نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- داروي تب بر
ريشه بابا آدم 30 گرم
گياه علف چاي 20 گرم
ريشه شيرين بيان 15 گرم
برگ كاكوتي 10 گرم
برگ سنا 10 گرم
برگ گاوزبان 10 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
دو قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا خرد شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده نيم ساعت قبل از ناهار و شام يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 2- داروي تب بر
پوست بيد يك قسمت
ريشه كاسني يك قسمت
گل اروانه يك قسمت
برگ بادرنجبويه يك قسمت
ميوه ناخنك يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
دو قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا خرد شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 3-داروي تب بر
مغز خيار 30 گرم
مغز تخم كدو 30 گرم
تخم كاسني 30 گرم
عصاره شيرين بيان 10 گرم
نشاسته 10 گرم
كتيرا 10 گرم
آب كاهو به مقدر كافي
طرز تهيه و مقدر مصرف :
داروها را كوبيده و الك كرده و سپس با مقدري آب كاهو يا لعاب اسفرزه مخلوط و به صورت حب درآورده و هر بار تا 6 گرم مصرف شود .

توجه : نسخه فوق جهت تب و سردرد و سرسام ( ورم مغز ) مفيد بوده و همچنين تشنگي را رفع كرده و خاصيت خواب آور درد .
نسخه شماره 4- داروي ضد تب و خنك كننده
اسفرزه يك قسمت
تخم شربتي يك قسمت
تخم ريحان يك قسمت
اسطو خودوس يك قسمت
بالنگو يك قسمت
بارهنگ يك قسمت
به دانه يك قسمت
ريشه ختمي يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
دو قاشق غذا خوري از مخلوط داروي فوق ( ريشه ختمي قبلا كوبيده شده باشد ) را در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد
نسخه شماره 5- داروي تب بر
تخم كاسني يك قسمت
خارخاسك يك قسمت
ناخنك يك قسمت
گل پنيرك يك قسمت
پوست بيد يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
دو قاشق غذا خوري از داروي فوق را كه قبلا نيم كوب شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 6- داروي تب بر
زرد آلو 50 گرم
عناب 50 گرم
آلوي سياه 50 گرم
پوست بيد 50 گرم
بنفشه 10 گرم
نيلوفر 10 گرم
گشنيز 10 گرم
تخم كاسني 5 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
ابتدا پوست بيد را كوبيده و نرم كرده و همراه با ساير داروها در يك ليتر

آب براي مدت 8 ساعت خيسانده و سپس آنرا صاف كرده و در يك نوبت ميل كنيد .
نسخه شماره 7- داروي تب بر ( چهار تخم )
تخم خيار يك قسمت
تخم خيار چنبر يك قسمت
تخم هندوانه يك قسمت
تخم كدو يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
داروي فوق را با يكديگر مخلوط كرده و مي كوبند سپس روزي سه بار هر بار ده گرم با كمي آب ميل كنيد .
نسخه شماره 8- داروي تب بر ( شش تخم )
تخم خيار يك قسمت
تخم كدو يك قسمت
تخم خيار چنبر يك قسمت
تخم هندوانه يك قسمت
تخم گرمك يك قسمت
تخم كاهو يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
داروي فوق را با يكديگر مخلوط كرده و مي كوبند سپس روزي سه بار هر مرتبه ده گرم با كمي آب ميل مي كنند
=== نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- دارو : پوست يا برگ درخت بيد ( Salix alba )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 2- دارو : گل اروانه ( Salvia hydrangea )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 3- دارو : گل شاه پسند طبي ( Verbena officinalis )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.

نسخه شماره 4- دارو : برگ و پوست ساقه گیاه زبان گنجشك ( Fraxinus excelcior )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 5- دارو : برگ یا چوب یا پوست ساقه غان ( قان ، توس ) ( Betula alba )
مقدر مصرف : 5 تا 10 گرم
طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 6- دارو : ریزم با تمام گیاه همیشه بهار کوهي ( تنباكوي كوهي ) ( Arnica montana)
مقدر مصرف : 0/5 تا 1 گرم
طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 7- دارو : ریشه کاسني ( Cichorium intybus)
مقدر مصرف : 5تا 15 گرم
طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 8- دارو : پوست کبوده و سپیدر ( Populus alba )
مقدر مصرف : 4 تا 8 گرم
طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد
نسخه شماره 9- دارو : تمام گیاه بنفشه ( Viola ordorata )
مقدر مصرف : 5 تا 10 گرم
طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 10- دارو : تخم خرفه ( Portulaca oleracea)
مقدر مصرف : 5 تا 10 گرم
طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در يك ليوان آب جوش

ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 11- دارو : برگ بارهنگ ( Plantago Lantceolata)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 12- دارو : پياز ( Allium cepa)
طرز تهيه و مقدر مصرف : روزي 2 تا 3 پياز همراه با غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 13- دارو : ريحان ( Ocimum basilicum)
مقدر مصرف : 5 تا 15 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 14- دارو : ماش ( Vicia sativa)
مقدر مصرف : 30 تا 60 گرم
طرز تهيه : بصورت پخته ميل كنيد .
نسخه شماره 15- دارو : بادرنجبويه ( Melissa officinalis)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 16- دارو : گل گياه شاه بلوط هندي ( Aesculus hipocastanum)
مقدر مصرف : 4تا 8 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.

داروهاي آرام بخش ، مقوي قلب و اعصاب

=== نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- داروي مقوي قلب
سنبل الطيب يك قسمت
گل گاو زبان يك قسمت
بادرنجبويه يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت 15 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي 2 بار هر بار يك فنجان صبح و شب نيم ساعت بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 2- داروي مقوي قلب
گل زالزالك 30 گرم
بادرنجبويه 10 گرم
سنبل الطيب 5 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان صبح وشب نيم ساعت بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 3- داروي مقوي قلب
گل زالزالك 30 گرم
بادرنجبويه 10 گرم
بابونه 10 گرم
زيره 10 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان صبح وشب نيم ساعت بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 4- داروي مقوي قلب
گل زالزالك 30 گرم
گياه علف چاي 30 گرم
بادرنجبويه 20 گرم

گل همیشه بهار 10 گرم
طرز تهیه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان صبح وشب نيم ساعت بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 5- داروي مقوي قلب
گل زالزالك 30 گرم
دارواش 20 گرم
بادرنجبويه 10 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا نيمكوب شده باشد ادرار يك ليوان آب جوش ريخته 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان صبح وشب نيم ساعت بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 6- داروي مقوي قلب
اكليل كوهي 20 گرم
بادرنجبويه 20 گرم
ميوه نسترن 10 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا نيمكوب شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان صبح وشب ميل كنيد .
نسخه شماره 7- داروي رفع طپش سريع قلب
تخم ريحان 12 گرم
گلاب 125 گرم
شكر 25 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
تخم ريحان را در مدت يك ساعت در گلاب خيسانده سپس شكر را به آن اضافه نموده روزي دو بار صبح و شب نيم ساعت بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 8- داروي رفع طپش سريع قلب
گل نيلوفر 6 گرم
چوب صندل 6 گرم
تخم گشنيز 6 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
داروهاي فوق را نيم كوب كرده و در 2 ليوان آب به مدت يك شب

خیسانده سپس آنرا صاف نموده کمي شکر به آن اضافه کرده روزي دو بار شب و صبح نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

داروهاي معالج بيماريهاي عصبي ، آرام بخش و ضد درد

=== نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- داروي آرام بخش
گل بابونه يك قسمت
گياه اسطو خودوس يك قسمت
برگ نعناع يك قسمت
ريشه سنبل الطيب دو قسمت
ميوه رازيانه سه قسمت
گل و برگ پاخري سه قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا نيم كوب شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روري 2 بار هر بار يك فنجان صبح و شب ميل كنيد .
نسخه شماره 2- داروي آرام بخش اعصاب
ريشه سنبل الطيب سه قسمت
برگ نعناع سه قسمت
گياه اسطوخودوس سه قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا نيم كوب شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روري 2 بار صبح و شب ميل كنيد .
نسخه شماره 3- داروي آرام بخش اعصاب
ريشه سنبل الطيب يك قسمت
گل رازك يك قسمت
گياه اسطوخودوس يك قسمت
گياه فرنجمشك يك قسمت
گل بابونه يك قسمت
ميوه انيسون يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا نيم كوب شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روري 2 بار صبح و شب ميل كنيد .
نسخه شماره 4- دارو جهت رفع بي خوابي
ريشه سنبل الطيب يك قسمت

گياه فرنجمشك يك قسمت
گياه اسطوخودوس يك قسمت
گياه پاخري يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا نيم كوب شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روري 2 بار صبح و شب ميل كنيد .
نسخه شماره 5- دارو جهت رفع بيخوابي
بادرنجبويه 15 گرم
رازيانه 10 گرم
بابونه 5 گرم
نعناع 5 گرم
سنبل الطيب 5 گرم
علف چاي 5 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا نيم كوب شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روري 2 بار صبح و شب ميل كنيد .
نسخه شماره 6- دارو جهت رفع دردهاي عصبي
سنبل الطيب 10 گرم
بادرنجبويه 10 گرم
هل 10 گرم
علف چاي 20 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا نيم كوب شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روري 2 بار صبح و شب ميل كنيد .
نسخه شماره 7- داروي معالج عصبي
بادرنجبويه 25 گرم
گل بهار نارنج 10 گرم
ميوه نسترن 10 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا نيم كوب شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روري 2 بار هر بار يك فنجان نيم ساعت بعد از غذا ميل كنيد .

نسخه شماره 8- دارو جهت رفع سردرد
سنبل الطيب يك قسمت
اكليل كوهي يك قسمت
بابونه يك قسمت
نعناع يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا نيم كوب شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روري 2 بار صبح و شب ميل كنيد .
نسخه شماره 9- داروي معالج بيماريهاي عصبي
سنبل الطيب 20 گرم
علف چاي 20 گرم
بادرنجبويه 10 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا نيم كوب شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روري 2 بار صبح و شب ميل كنيد .
نسخه شماره 10- داروي معالج بيماري عصبي و آرام بخش
بادرنجبويه 20 گرم
علف چاي 20 گرم
رازك 5 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا نيم كوب شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روري 2 بار صبح و شب ميل كنيد .
نسخه شماره 11- داروي سردرد
اسطو خودوس 3 گرم
تخم گشنيز 3 گرم
فلفل سياه 5 دانه
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا نيم كوب شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت 30 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روري 2 بار هر بار يك فنجان نيم ساعت بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 12- دارو جهت رفع سردرد
صمغ عربي 10 گرم
تخم گشنيز 10 گرم

تخم كدو 10 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روري 2 بار هر بار يك فنجان يك ساعت قبل از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 13- داروي معالج سردردهاي عصبي
برگ بادرنجبويه 10 گرم
گل بهار نارنج 10 گرم
اسطوخودوس 10 گرم
ميوه نسترن 10 گرم
ميوه رازيانه 10 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از گياهان را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و گرم گرم ميل كنيد .
نسخه شماره 14-دارو جهت نوعي صرع در اطفال
گل سرخ بدون كاسبرگ 30 گرم
سنبل الطيب 20 گرم
تخم كاسني 20 گرم
ريشه شيرين بيان 20 گرم
بابونه 5 گرم
لعاب به دانه مقدر كافي
طرز تهيه و مقدر مصرف :
داروها را كوبيده و الك كرده با لعاب به دانه مخلوط و بصورت حب دارورند سپس به مقدر 5 گرم جهت بالغين و 2 تا 3گرم جهت اطفال مصرف شود .
=== نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- داروي آرامبخش اعصاب
دارو : ريشه سنبل الطيب ( Valeriana officinalis)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
توجه : اين دارو علاوه بر اين با مقدر فوق الذكر دراي خواص زير هم مي باشد :

- خواب بخش و خواب آور در هنگاميكه در اثر خواب ترس آور دچار بيخوابي مي شوند .
- معالج عصبيت قلبي
- آرامبخش در كارهاي فكري زياد
- ضد هيستري
- ضد تهيج شدگي و هيجان
- معالج كليه حالات عصبي
- معالج حالت عصبي ترس
- ضد تشنج هاي عصبي
- ضد سرگيجه هاي عصبي
- ضد سرفه هاي عصبي
- ضد آسم عصبي
- معالج ناآراميهاي عصبي
- ضد ترس شبانه اطفال

نسخه شماره 2- داروي مقوي سيستم اعصاب

دارو : تمام گياه اسطو خودوس ( Lavandula anagustifolia )

مقدر مصرف : 2 تا 5 گرم

طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان يك ساعت بعد از غذا ميل كنيد.

نسخه شماره 3- داروي آرامبخش اعصاب

دارو : تمام گياه علف چاي ( هوفاريقون ) ( Hypericum perforatum )

مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم

طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان يك ساعت بعد از غذا ميل كنيد.

نسخه شماره 4- داروي آرامبخش

دارو : گلبرگ شقايق ( papaver rhoeas)

مقدر مصرف : 5 تا 10 گرم

طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان يك ساعت بعد از غذا ميل كنيد. جهت اطفال روزي سه مرتبه هر دفعه يك قاشق مربا خوري از دم كرده فوق داده شود .

نسخه شماره 5- داروي آرامبخش

دارو : تمام گياه ريحان ( Ocimum basilicum)

مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان يك ساعت بعد از غذا ميل كنيد.
نسخه شماره 6- داروي محرك اعصاب
دارو : برگ نعناع ( Mentha species)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان يك ساعت بعد از غذا ميل كنيد.
نسخه شماره 7- داروي مقوي اعصاب
دارو : برگ نارنج ( Citrus aurantium)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان يك ساعت بعد از غذا ميل كنيد.
نسخه شماره 8- داروي آرامبخش ملايم
دارو : شيرابه خشك شده انقوزه ( Ferula assa foetida)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : با كمي شربت قند ميل كنيد .
توجه : اين دارو علاوه بر اين بعنوان معالج هيستري هم مصرف ميشود
نسخه شماره 9- داروي آرامبخش
دارو : گل بابونه اصلي ( Matricaria chamomilla)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان يك ساعت بعد از غذا ميل كنيد.
نسخه شماره 10- داروي آرامبخش
دارو : برگ مريم گلي ( Salvia officinalis )
مقدر مصرف : 1 تا 2 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان يك ساعت بعد از غذا ميل كنيد.
نسخه شماره 11- داروي معالج هيستري
دارو : برگ بادرنجبويه ( Melissa of ficinalis)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم

طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان يك ساعت بعد از غذا ميل كنيد.
نسخه شماره 12- داروي معالج هيستري
دارو : تمام گياه سداب (Ruta graveolens)
مقدر مصرف : 1 تا 2 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان يك ساعت بعد از غذا ميل كنيد.
نسخه شماره 13- داروي معالج هيستري
دارو : كلاله زعفران ( Crocus sativus)
مقدر مصرف : 0/2 تا 0/5 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان يك ساعت بعد از غذا ميل كنيد. ( همراه غذا نيز مي توان مصرف نمود )

داروهاي معالج بواسير يا هموروييد

نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- دارو جهت واسير
پوست سيا توسه يك قسمت
گياه بومادران يك قسمت
ريشه شيرين بيان يك قسمت
ميوه رازيانه يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري زردوي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 2- دارو جهت بواسير
گياه فرنجمشك سه قسمت
گياه بومادران سه قسمت
گل هميشه بهار پنج قسمت
برگ سنا ده قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري زردوي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 3- دارو جهت بواسير
ريشه گل قاصدك دو قسمت
ريشه كاسني يك قسمت
ريشه زرشك دو قسمت
ريشه شيرين بيان پنج قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري زردوي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 4- دارو جهت بواسير
هليله كابلي 30 گرم
هليله سياه 30 گرم
بليله 30 گرم
آمله 30 گرم

مقل ارزق 30 گرم
عسل 650 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
دانه ها را كوبيده با عسل مخلوط كرده و بصورت حب ( به اندازه يك نخود ) داروريد روزي 6 حب هر بار دو حب يك ساعت بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 5- دارو جهت بواسير
هليله كابلي 30 گرم
بليله 30 گرم
مقل ارزق 100 گرم
عسل 500 گرم
روغن بادام شيرين 100 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقل ارزق را در آب گرم حل كرده و با عسل مخلوط كنيد . سپس داروهاي ديگر را كوبيده و الك كرده و توسط روغن بادام شيرين چرب نموده و در خاتمه با عسل و مقل ارزق مخلوط كرده و روزانه 15 گرم ميل كنيد .
نسخه شماره 6- دارو جهت بواسير
مقل ارزق 100 گرم
فلوس خيار شنبر 100 گرم
هليله كابلي 50گرم
بليله 30 گرم
آمله 30گرم
افتيمون 30 گرم
اسطوخودوس 30 گرم
عسل 1000 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقل ارزق و فلوس خيار شنبر را در آب گرم حل كرده و سپس بقيه داروها را كوبيده و الك كرده و با روغن بادام شيرين چرب نموده و در خاتمه تمامي داروها را با عسل مخلوط كرده و روزانه به مقدر 10تا 15 گرم ميل كنيد .
نسخه شماره 7- داروي ضد خونريزي
مر (مرمكي ) يك قسمت
اقاقيا يك قسمت
بذرالبنج يك قسمت
صمغ عربي يك قسمت
برنج بودادە شده يك قسمت

آب برگ مورد مقدر كافي
طرز تهيه و روش استعمال :
داروها را كوبيده و با آب مورد مخلوط و بصورت شياف درآورده سپس اين شياف را جهت قطع خون مقعد كه خواه از بواسير و خواه از اسهال باشد مورد استفاده قرار مي دهند .
نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- دارو ي ضد دردهاي بواسير
دارو : برگ بارهنگ ( Plantago major)
مقدر مصرف : بصورت ضماد در موضع استعمال شود .
نسخه شماره 2-
دارو : هليله كابلي ( Terminalia chebula)
مقدر مصرف : 5 گرم ( يك قاشق مربا خوري )
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد روزي 2 مرتبه با مقدري آب گرم يا شير ميل كنيد .
نسخه شماره 3- داروي ضد معالج بواسير
دارو : روغن زيتون ( Olea europea)
مقدر و روش مصرف : 50 گرم روزي سه مرتبه هر مرتبه دو قاشق غذا خوري بعد از هر غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 4-
دارو : تمام گياه شاهتره ( Fumaria species)
مقدر و روش مصرف : بصورت ضماد در موضع استعمال شود .
نسخه شماره 5-
دارو : تخم شنبليله ( Trigonella foenum - graecum)
مقدر و روش مصرف : به مقدر 60 تا 120 گرم تخم نيمكوب شنبليله را در چهار تا پنج ليوان آب جوش ريخته ، مدت 5 دقيقه آنرا بجوشانيد و پس از صاف كردن و ولرم شدن آنرا به بيمار تنقيه كنيد .

داروهاي ضد رماتيسم و نقرس

=== نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1-دارو ي ضد رماتيسم
پوست بيد ده قسمت
گياه بومادران سه قسمت
برگهاي لبلاب (دردوست ) پنج قسمت
پوست سيا توسه دو قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش حل كرده و به مدت نيم ساعت آنرا كنار بگذاريد تا دم بكشد پس از صاف كردن بصورت سرد روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 2- داروي ضد روماتيسم
پوست بيد سه قسمت
گل بابونه دو قسمت
ريشه شيرين بيان يك قسمت
گياه دم اسبي دو قسمت
مغز دانه لوبيا دو قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش حل كرده و به مدت نيم ساعت آنرا كنار بگذاريد تا دم بكشد پس از صاف كردن بصورت سرد روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 2- داروي ضد روماتيسم
پوست بيد چهار قسمت
ريشه شيرين بيان سه قسمت
گل بابونه چهار قسمت
ميوه ابهل يك قسمت
برگ سنا يك قسمت
گياه بنفشه سه قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش حل كرده و به مدت 30 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .

نسخه شماره 4- دارو جهت رماتيسم و نقرس
افسنطين 10 گرم
دم اسب 10 گرم
گزنه 10 گرم
ريشه قاصدك (كاسني زرد) 10 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش حل كرده و به مدت 30 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 5- داروي ضد نقرس و رماتيسم
ميوه سرو كوهي (پيرو ) 10 گرم
گزنه 10 گرم
برگ غان 10گرم
ميوه نسترن 10 گرم
نعناع 10 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش حل كرده و به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 6- داروي ضد نقرس و دردهاي مفاصل
بومادران 10 گرم
دم اسب 10 گرم
پوست بيد 10 گرم
برگ غان 10 گرم
ريشه قاصدك (كاسني زرد) 10 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از داروي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش حل كرده و به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف نموده و روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 7- داروي ضد نقرس و دردهاي مفاصل
سپستان 50 گرم
ريشه باديان 30 گرم
ريشه كاسني 30 گرم
ميوه رازيانه 15 گرم
سورنجان 10 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :

مقدر يك قاشق غذا خوري از داروهاي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش حل كرده و به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 8- دارو جهت دردهاي مفاصل
هليله زرد 10 گرم
هليله سياه 10 گرم
مقل ارزق 10 گرم
سنبل الطيب 20 گرم
تخم كرفس 10 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
داروهاي فوق را پس از كوبيدن با هم مخلوط كرده مقدرزي از مخلوط فوق را با عسل يا مربا بصورت حب ( اندازه يك نخود ) درآورده و روزي 6 حب هر بار 2 حب ميل كنيد .
نسخه شماره 9- دارو جهت دردهاي مفاصل
زنجبيل 30 گرم
زيره 30 گرم
سورنجان 30 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
داروهاي فوق را به صورت پودر نرم درآورده و روزي دو بار ره بار يك قاشق غذاخوري آنرا با آب ميل كنيد .
نسخه شماره 10- دارو جهت دردهاي مفاصل
بذر البنج 25 گرم
گل سرخ 25 گرم
زنجبيل 25 گرم
سورنجان 25 گرم
روغن كنجد 300 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
داروهاي فوق را بصورت پودر درآورده و با روغن كنجد مخلوط و سپس بجوشانيد تا سفت شود سپس آنرا در يك بطري نگهدريد و روزي دوبار مفصل دردناك را با آن ماساژ دهيد .
=== نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- داروي ضد دردهاي روماتيسمي دارو : سير Allium sativum
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد روزي سه بار همراه غذا ميل كنيد .

نسخه شماره 2- دارو جهت رفع عوارض روماتيسمي دارو : پياز Allium cepa
مقدر مصرف : 40 تا 80 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را روزي سه بار همراه غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 3- دارو ي ضد دردهاي مفصلي حاد ومزمن دارو : پوست يا برگ گياه بيد ( Salix specied)
مقدر مصرف :3 تا 6 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 4- داروي ضد دردهاي روماتيسمي
دارو : اكليل الملك ( ناخنك ) ( Melilotus officinalis)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 5- داروي ضد دردهاي روماتيسمي
دارو : مرغ ( شيندان ) ( Agropyrum repence)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 6- داروي ضد دردهاي روماتيسمي
دارو : برگ و پوست ساقه گياه زبان گنجشك ( Fraxinus excelsior)
مقدر مصرف : 3 تا 6 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 7- داروي ضد دردهاي روماتيسمي و نقرسي
دارو : دانه هاي خردل سياه و سفيد ( Brassica nigra and alba)
طرز تهيه و مصرف : از خارج به شكل ضماد و مشمع و محلولهاي ماليدني مصرف كنيد .
نسخه شماره 8- داروي ضد دردهاي روماتيسمي
دارو : پوست و جوانه هاي سپيدر ( Populus nigar)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت

باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 9- داروي ضد دردهاي روماتيسمي
دارو : تمام گياه بابونه اصلي ( Matricaria chamomilla)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 10-داروي ضد دردهاي روماتيسمي
دارو : شاه بلوط هندي ( Aesculus hippocastanum )
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 11- داروي ضد دردهاي روماتيسمي دارو : برگ و ميوه برگ بو ( Laurus nobilis)
مقدر مصرف : 3 تا 6 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 12- داروي ضد دردهاي روماتيسمي دارو : ريشه و روغن كرچك ( Ricinus communis )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
جهت استفاده از روغن كرچك به مقدر كافي از آن روزي چند بار به موضع دردناك ماليده شود .
نسخه شماره 13- داروي ضد دردهاي روماتيسمي
دارو : تمام گياه ترشك اسفناجي ( Rumex patientia )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 14- داروي ضد دردهاي روماتيسمي دارو : پوست گياه نارون قرمز ( Ulmus campestris )

مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 15- داروي ضد دردهاي روماتيسمي
دارو : برگ يا چوب يا پوست ساقه غان ( قان ، توس ) ( Betula alba )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 16- داروي ضد دردهاي روماتيسمي
دارو : تمام گياه گلدار اكليل كوهي ( Rosmarinus officinalis )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره7 1-داروي ضد نقرس دارو : پياز و دانه سورنجان ( Colchicum luteum)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
سخه شماره 18-داروي ضد نقرس دارو : تره ( Allium porrum )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره19-داروي ضد نقرس دارو : پوست بيد ( Salix species )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 21-داروي ضد نقرس دارو : ريشه بابا آدم ( Arctium lappa L )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت

باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 22-داروي ضد نقرس دارو : ريشه گل قاصد ( قاصدك ) ( Taraxacum officinalis )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 23-داروي ضد نقرس دارو : تمام گياه پونه ( Mentha pulegium )
مقدر مصرف : 1 تا 2 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
توجه : اين دارو كمي سمي است و فقط توسط پزشك تجزيه مي شود .
نسخه شماره24-داروي ضد نقرس دارو : دانه سبوس برنج ( Oriza sativa )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 25-داروي ضد نقرس دارو : برگ و پوست ساقه گياه زبان گنجشك ( Fraxinus excelsior )
مقدر مصرف : 3 تا 6 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 26-داروي ضد نقرس دارو : پوست دانه لوبيا ( Phasaeolus vulgaris )
مقدر مصرف : 7 تا 25 گرم در روز
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 27-داروي ضد نقرس دارو : تمام گياه ماميران ( Chelidonium majus )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم

طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 28- داروي ضد نقرس دارو : ميوه كاكنج ( عروسك پشت پدره ) ( Physalis alkekengi)
مقدر مصرف : 5 تا 10 عدد
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 29-داروي ضد نقرس
دارو : ريزم يا تمام گياه هميشه بهار كوهي ( تنباكوي كوهي ) ( Arnica montana )
طرز تهيه و استعمال : بصورت مرهم به مقدر 0/4 گرم به همراه بادام تلخ كوبيده شده بر روي پارچه ماليده و در محل درد قرار دهيد اين عمل هر روز انجام شود .
نسخه شماره30 -داروي ضد نقرس دارو : برگ بادرنجبويه ( Melissa officinalis )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 31-داروي ضد نقرس دارو : برگ يا چوب پوسته ساقه غان ( قان ، توس ) ( Betula alba)
مقدر مصرف : 4 تا 8 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .

داروهاي بيماريهاي پوست و مو

=== نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- دارو جهت جلوگيري از ريزش مو
برگ گزنه 1 گرم
پياز خشك شده 1 گرم
الكل 70 درصد 100 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مواد فوق را با هم مخلوط كرده و چند روز كنار گذاشته و سپس آنرا صاف كرده و با حاصل صافي سر را ماساژ دهند .
نسخه شماره 2- دارو جهت جلوگيري از ريزش مو
شيره تازه علف چشمه 100 گرم
الكل 90 درجه 100 گرم
اسانس ژرانيوم 10 قطره
طرز تهيه و روش استعمال :
داروهاي فوق را با هم مخلوط كرده و پوست را با آن ماساژ دهيد .
نسخه شماره 3- دارو جهت رفع ترك دست يا سينه يا پستان
كره كاكائو 70 گرم
روغن بادام شيرين 5 گرم
اكسيد دوزنگ 0/1 گرم
برات دوسود 0/1 گرم
اسانس برگاموت 8قطره
طرز تهيه و روش استعمال :
داروهاي فوق را با هم مخلوط كرده و جهت رفع ترك دست و يا پستان به موضع ماليده شود.
نسخه شماره 4- داروي ضد خارش
بادام شيرين 4 تا 6 گرم
بادام تلخ 4 تا 6 گرم
قند 60 گرم
آب 500 گرم
طرز تهيه و روش استعمال :
مغز دو بادام را با قند سائيده و حاصل با آب مخلوط شود . در نتيجه نوعي شير بادام بصورت امولسيون بدست مي آيد كه در طي 24 ساعت به موضع خارش ماليده و يا جهت رفع خارش هاي دستگاه تناسلي زنان استعمال شود .

نسخه شماره 5- دارو جهت بيماريهاي جرب و خارش
گل حلوا يك قسمت
ريشه انجبار يك قسمت
درمنه يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
داروهاي فوق را به مدت 5 دقيقه جوشانيده و صاف نموده و حاصل صافي را پس از سرد شدن روزي 2 الي 3 بار به موضع مي مالند .
نسخه شماره 6- دارو جهت جرب و خارش
برگ سنا يك قسمت
پوست هليله زرد يك قسمت
مدرسنگ يك قسمت
سفيداب قلعي يك قسمت
روغن گل سرخ 20 قطره
روغن بنفشه 20 قطره
طرز تهيه و روش استعمال :
داروها را ( بجز روغنها ) كوبيده و با روغن ها مخلوط و بصورت ضماد درآورده و بر موضع قرار داده شود.
نسخه شماره 7- دارو جهت دملها و زخمها
كتيرا يك قسمت
تخم مرو يك قسمت
تخم كتان يك قسمت
گل بابونه يك قسمت
گل خطمي يك قسمت
شير مقدر 2 ليتر
طرز تهيه و روش استعمال :
داروهارا كوبيده و با شير پخته و حاصل چند نوبت به موضع ماليده شود .
=== نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1-
دارو : تمام گياه شاهتره ( Fumaris parvifora)
مقدر مصرف : 0/5 تا 2 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
توجه :
1- مقدر زياد اين گياه سمي بوده و مصرف آن به مقدر زياد مي تواند باعث فلج عضلات صاف و دستگاه تنفسي شود بنابراين مصرف آن بايد

زير نظر پزشك باشد .
2- در مصرف خارجي عصاره آنرا جهت خارش هاي جلدي توصيه نموده اند .
نسخه شماره 2- دارو جهت رفع اگزما و جوشهاي صورت و كليه بيماريهاي پوستي
دارو : تمام گياه گلدار بنفشه سه رنگ ( Viola tricolor)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
توجه : در مصرف خارجي از دم كرده آن مي توان جهت پاك كردن زخمهاي عفوني و ناراحتي هاي پوستي نيز استفاده كدر .
نسخه شماره 3- دارو جهت معالجه شكاف پاشنه پا و ناراحتي هاي پوستي
دارو : اسانس و گل بابونه اصلي ( Matricharia chamomilla)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و به محل ناراحتي هاي پوستي ماليده شود .
توجه : علاوه بر اين بصورت حمام براي زخمهايي كه به سختي درمان مي شوند مي توان استفاده كدر .
نسخه شماره 4- دارو ي ضد خارش
دارو : اسانس برگ گياه برگ بو ( Larus nobilis)
طرز استعمال : به موضع ماليده شود .
نسخه شماره 5- دارو جهت معالجه اگزماها و زخمهاي پوستي
دارو : پوست بلوط ( Quercus Spp)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و موضع مورد نظر را با آن شستشو دهيد .
نسخه شماره 6- دارو ي ضد قارچهاي پوستي و برطرف كننده خارش
دارو : تخم شنبليله ( Trigonella foenum-graecum)
طرز استعمال : مقدري از دانه ها را خرد كرده با آب بصورت ضماد درآورده در محل ناراحتي هاي پوستي مصرف كنيد .
نسخه شماره 7- دارو ي ضد سودا و ضد جوش ها و ورم پوست
دارو : ريشه زنجبيل شامي ( Inula helenicum)
مقدر مصرف : 100 گرم

طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده بصورت لوسيون يا كمپرس گرم استعمال كنيد .
نسخه شماره 8- دارو ي برطرف كننده خارش پوست
دارو : روغن اسطو خودوس ( Lavandula angustifolia )
روش استعمال : به موضع خارش ماليده شود .
نسخه شماره 9- دارو ي ضد خارش
دارو : اسانس نعناع ( Mentha piperita)
روش استعمال : به موضع خارش ماليده شود .
نسخه شماره 10- دارو ي ضد قارچهاي پوستي
دارو : سير ( Allium sativum)
طرز تهيه واستعمال : شيره سير را تهيه كرده و سپس به موضع ماليده شود .
توجه : از شيره سير و يا له شده آن در پانسمان زخمهاي قانقرايايي و رفع زخمهاي چركين و همچنين التيام زخمها نيز استفاده بعمل مي آيد .
نسخه شماره 11- دارو ي ضد قارچ پوستي
دارو : حنا ( Lawsonia inermis)
مقدر استعمال: 10 تا 20 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را در دو ليوان آب جشو حل كرده مدت 30 دقيقه باقي بگذاريد سپس آنرا بدون صاف كردن به موضع قارچي پوست ماليده و مدت نيم ساعت به روي پوست باقي بگذاريد و در خاتمه موضع را با آب گرم شستشو دهيد .
نسخه شماره 12- دارو جهت محافظت پوست و رفع شكنندگي آن
دارو : شيره تازه گل هميشه بهار ( Calendula officinalis)
مقدر استعمال: 4 تا 6 گرم
طرز تهيه و استعمال : شيره تازه را با 600 گرم كرهيا چربي ديگر مخلوط كرده و سپس به موضع ماليده شود.
توجه : اين دارو علاوه بر اين جهت التيام زخمهاي سطحي بدن ، سوختگي ، سرمازدگي ، رفع دانه هاي پوستي ، اگزوما و غيره توصيه شده است .
نسخه شماره 13- دارو جهت رفع تحريكات آلرژيكي پوست
دارو : روغن مغز بادام ( Prunus amygdalus)
مقدر استعمال: 3 تا 5 گرم
طرز تهيه و استعمال : بصورت امولسيون تهيه شده و سپس به موضع ماليده شود .
نسخه شماره 14- دارو جهت رفع جوشهاي صورت
دارو : پيار ( Allium cepa)

مقدر استعمال: 200 گرم
طرز تهيه و استعمال : بصورت جوشانده تهيه و سپس به موضع ماليده شود .
توجه : از جوشانده پياز علاوه بر اين جهت پانسمان زخمهاي چركين نيز استفاده بعمل مي آيد .
نسخه شماره 15- دارو جهت رفع شوره سر
دارو : روغن كرچك ( Ricinus communis)
طرز تهيه و استعمال : بصورت پماد يا لوسيون تهيه و ماليده شود .
نسخه شماره 16- دارو جهت رفع كوفتگي و التيام پوست
دارو : هميشه بهار كوهي ( Arnica montana)
مقدر استعمال : 5 تا 10 گرم
طرز تهيه و استعمال : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك فنجان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و به موضع مورد نظر بماليد .
نسخه شماره 17- دارو جهت زخمهاي پوستي و درد مفاصل
دارو : ريشه سمفيتون ( كنسود طبي ) Symphytum officinale
مقدر استعمال : 5 تا 10 گرم
طرز تهيه و استعمال : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك فنجان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و به موضع مورد نظر بماليد .
نسخه شماره 19- داروي ضد جوش هاي پوستي مزمن
دارو : ريشه صابوني (غاسول ) ( Saponaria officinalis)
مقدر استعمال : 10 گرم
طرز تهيه و استعمال : بصورت خيسانده تهيه وسپس به محل خارش ماليده شود .
نسخه شماره 18- دارو بهبود دهنده زخمهاي سطحي
دارو : شيره تازه گياه ماميران ( Chelidonium majus)
مقدر استعمال : در موضع ماليده شود .
توجه : اين دارو سمي است و مصرف آن فقط با نظر پزشك توصيه مي گردد .
نسخه شماره 20- داروي جهت معالجه اگزوماي پوستي
دارو : پوست گياه نارون قرمز ( اوجا ، سمد ) ( Ulmus campestris )
مقدر استعمال : 50 گرم
طرز تهيه و استعمال : گرد پوست را با 150 گرم روغن گياهي و 50 گرم موم مخلوط و به مدت نيم ساعت در 2 يا 3 مرتبه متوالي تحت اثر گرماي زياد قرار مي دهند و سپس به حالت گرم از يك پارچه نازك به منظور

صاف كردن مي گذرانند و پس از سرد شدن به موضع مي مالند .
توجه : اين دارو جهت سودا ، بروز دانه ها و زخمهاي ناشي از بيماريهاي نقرس و خناريز و ديگر ناراحتي هاي پوستي مزمن نيز استعمال مي شود.
نسخه شماره 21- داروي جهت درمان زخمهاي پوستي و اگزوما
دارو : تمام گياه تازه علف چشمه ( Nasturtium officinale)
مقدر استعمال : گياه را له كرده و بصورت ضماد بر روي موضع استعمال شود .
توجه : اين دارو علاوه بر اين جهت درمان زخمهاي چركين نيز استعمال مي شود
نسخه شماره 22- داروي التيام دهنده و نرم كننده پوست
دارو : روغن بادام شيرين ( Prunus amygdalus var.dulcis)
روش استعمال : به موضع ماليده شود .
توجه : اين دارو علاوه بر اين در مورد زير هم استعمال مي شود :
- جهت التهابهاي سطحي بدن
- در سوختگيها
- در باد سرخ
- ضد خارش در سرخك و مخملك
- بعنوان تسكين دهنده در اگزما
نسخه شماره 23- داروي ضد خارش هاي پوستي با منشا سودا
دارو : بادام تلخ ( Prunus Amygdalus var.amara )
طرز تهيه و استعمال : بصورت امولسيون تهيه كرده و سپس در موضع ماليده شود .
توجه : امولسيون فوق همچنين جهت رفع خارش هاي دستگاه تناسلي زن استعمال مي شود . از طرفي خمير بادام تلخ را به جاي صابون مي توان در اگزما و همچنين در رفع دانه هاي جلدي ، بوي بد پا و زير بغل نيز مورد استفاده قرار درد .

داروهاي ضد اسهال

===نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1-دارو جهت رفع اسهال ( قابض )
تخم مورد 320 گرم
ريشه انجبار 200 گرم
برگ توت فرنگي وحشي 200 گرم
گل بابونه 70 گرم
برگ مريم گلي 70 گرم
برگ نعناع 70 گرم
ريشه شيرين بيان 70 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
مقدر يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 2-دارو جهت رفع اسهال معمولي
به دانه 15 گرم
برگ نعناع 10 گرم
برگ فرنجمشك 10 گرم
ريشه هفت بند 30 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
دو قاشق غذا خوري از داروي فوق را كه قبلا كوبيده و نرم شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 3- دارو جهت رفع اسهال
ميوه سنجد يك قسمت
زيره سبز يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري از مخلوط فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي 2 مرتبه هر دفعه يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 4- دارو جهت رفع اسهال
تخم ختمي 15 گرم
تخم خبازي 15 گرم

نشاسته 5 گرم
صمغ عربي 5 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
دارو ها را كوبيده و اندكي بو مي دهند و هر نوبت 10 گرم با شربت ساده ميل بكنيد .
=== نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- دارو جهت اسهال مزمن ( اسهال خوني )
دارو : پوست گياه شاه بلوط هندي ( Quercus petraea )
مقدر مصرف : 0/5 تا 2 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 2-
دارو : گل انار ( Punica grantum )
مقدر مصرف : 2تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 3-
دارو : تمام گياه علف هفت بند ( Polygonum aviculare )
مقدر مصرف : 2تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 4-
دارو : پوست ميوه انار ( Punica grantaum)
مقدر مصرف : 2تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 5-
دارو : دانه اسفرزه ( Plantago psylium )
مقدر مصرف : 5تا 10 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را در يك فنجان آب گرم ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا خيس خورده شود سپس آنرا با كمي شكر ميل كنيد .
نسخه شماره 6- داروي ضد اسهال ( مخصوص بچه ها )

دارو : میوه هویج ( Daucus carota )
مقدر مصرف : 50 تا 100 گرم
طرز تهیه : مقدر فوق را با کمي آب پخته سپس آنرا صاف کرده کم کم به بچه داده شود .
نسخه شماره 7-
دارو : برگ مورد ( Myrtus communis )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
سخه شماره 8- داروي ضد اسهال ( اسهال خوني )
دارو : برنج پاك كرده ( Oriza sativa )
مقدر مصرف : 10 تا 20 گرم
طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 9-
دارو : ريشه ختمي ( Althaca officinalis )
مقدر مصرف : 3 تا 6 گرم
طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 10- داروي ضد اسهال ( مخصوص بچه ها )
دارو : سيب درختي ( Pirus malus )
مقدر مصرف : 1 تا 2 عدد
طرز تهیه : مقدر فوق را رنده كرده و با مقدري آب بصورت حريره درآورده و با كمي شكر به بچه بخورانيد .
نسخه شماره 11-
دارو : ميوه و دانه به ( Cydonia vulgaris )
مقدر مصرف : 40 تا 50 گرم
طرز تهیه : ميوه را رنده كرده و با مقدري آب بصورت حريره درآورده با كمي شكر ميل كنيد . دانه را در يك فنجان آب گرم ريخته و به مدت 20 دقيقه باقي بگذاريد تا خوب خيسانده شود و سپس با مقدر كمي شكر ميل كنيد .
نسخه شماره 12-
دارو : پوست گياه نارون ( Ulmus comperstris )

مقدر مصرف : 40 تا 50 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.

نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1-
دارو : تخم يا تمام گياه شنبليله ( Trigonella foenum - graecum )
مقدر مصرف : 1 تا 2 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 2-
دارو : ريزم بيد گياه (مرغ ) ( Agropyron repens )
مقدر مصرف : 5 تا 10 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 3-
دارو : برگ توت سياه ( Morus nigra )
مقدر مصرف : 3 تا 6 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 4-
دارو : برگ اوكاليپتوس ( Eucalyptus globulus )
مقدر مصرف : 5 تا 10 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 5-
دارو : پوست دانه لوبيا ( Phasseolus vulgaris )
مقدر مصرف : 7 تا 250 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 6-
دارو : برگ درخت گردو ( Juglans regia )

مقدر مصرف : 3تا 7 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 7-
دارو :سير ( Allium sativum )
مقدر مصرف : 3 يا 6 عدد سير تازه را همراه با غذا ميل كنيد .
طرز تهيه : 12 تا 18 گرم از سير خشك شده را در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و همراه غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 8-
دارو :پياز ( Allium cepa)
مقدر مصرف : 150 گرم همراه غذا ميل كنيد .
نسخه شماره9 -
دارو : ريشه بابا آدم ( Arctium lappa )
مقدر مصرف : روزانه 5 تا 10 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره10-
دارو : برگ گزنه ( Urtica urens )
مقدر مصرف : روزانه 5 تا 10 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.

داروهاي بيماريهاي قلبي

نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- دارو جهت طپش قلب
دارو : ريشه سنبل الطيب ( Valeriana officinalis)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 2- دارو جهت طپش قلب با منشا عصبي
دارو : برگ و گياه گل گاو زبان ( Borago officinalis)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان يك ساعت قبل از غذا ميل كنيد.
نسخه شماره 3- دارو جهت ضعف قلب
دارو : برگ بادرنجبويه ( Melissa officinalis)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان يك ساعت قبل از غذا ميل كنيد.
نسخه شماره 4- دارو ي مقوي قلب
دارو : تمام گياه اسطوخودوس ( Lavandula angustifolia)
مقدر مصرف : 5 تا 10 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان يك ساعت قبل از غذا ميل كنيد.
نسخه شماره 5- دارو ي مقوي قلب
دارو : گل زالزالك ( Crataegus monogyna)
مقدر مصرف : 2 تا 3 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان يك ساعت قبل از غذا ميل كنيد.
توجه : اين دارو علاوه بر اين با مقدر مصرف فوق دراي كاربردهاي زير مي باشد :

- جهت تصلب عروق كرونر ( درجه خفيف )
- جهت ضعف ميو كدر بعد از بيماريهاي عفوني
- در مورد عدم تحمل به ديژ يتالين
- جهت اختلال در ريتم قلب
- جهت آسم قلبي
نسخه شماره 6- دارو ي مقوي قلب
دارو : تمام گياه اسطوخودوس ( Lavandula angustifolia)
مقدر مصرف : 5 تا 10 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان يك ساعت قبل از غذا ميل كنيد.
نسخه شماره 7- دارو جهت معالج دردهاي قلبي
دارو : ريشه انجدان رومي ( Levisticum officinalis)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان يك ساعت قبل از غذا ميل كنيد.
نسخه شماره 8- دارو جهت خفقان و درد قلب
دارو : تمام گياه مرزنجوش ( Origanum majorana)
مقدر مصرف : 3 تا 6 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان يك ساعت قبل از غذا ميل كنيد.
نسخه شماره 9- دارو ي مهيج قلب
دارو : برگ نعناع ( Mentha piperita)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي دو بار هر بار يك فنجان يك ساعت قبل از غذا ميل كنيد.

داروهاي ضد فشارخون بالا و پايين آورنده فشار خون

نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1-
دارو : برگ گل و گل زالزالك ( Crataegus monogyna)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 2-
دارو : دانه و برگ شنبليله ( Trigonella foenum -graecum)
مقدر مصرف : 2 تا 5 گرم و حتي تا 10 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 3-
دارو : پياز گياه سير ( Allium sativa)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد. ( يا روز 3تا 4 عدد پياز را همراه غذا ميل كنيد )
نسخه شماره 4-
دارو : برگ و ساقه گياه درواش ( Viscum album )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 5-
دارو : ساقه و برگ جعفري ( Apium petroselinum)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 6-

دارو : تخم کرفس ( Apium graveolens)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.
نسخه شماره 7-
دارو : برگ درخت زيتون ( Olea europea L)
مقدر مصرف : 3 تا 5 گرم
طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد.

داروهاي ضد التهاب و درد

نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- دارو : تخم و گياه شنبليله ( Trigonella foenum-graceum)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 2- دارو جهت رفع التهاب دهان و اندام تنفسي دارو : برگ مريم گلي ( Salvia species)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 3- دارو : ريشه شيرين بيان ( ريشه مجو ) ( Glycyrrhiza glabra)
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 4- داروي ضد التهاب دارو : تمام گياه زرين گياه ( Dracocephalum kotschyi )
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 5- دارو : مَرغ شيندان ( Agropyrum repence )
مقدر مصرف :2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 6- دارو : برگ و ميوه انگور ( Vitis vinifera)
مقدر مصرف :4 تا 10 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت

باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 7- دارو : ريشه ختمي ( Althaea officinalis)
مقدر مصرف :3 تا 5 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 8- دارو : تمام گياه بابونه ( Matricaria chamomilla)
مقدر مصرف :3 تا 5 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 9- دارو : پوست بيد ( Salix species)
مقدر مصرف :3 تا 5 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 10- دارو : گل يا تمام گياه گلدار اكليل الملك ( ناخنك ) ( Melilotus officinalis )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 11- دارو : تمام گياه مريم نخودي ( Teucerium chamaedrys)
مقدر مصرف : 3 تا 5 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .

داروهاي معالج بيماريهاي كليه و مثانه

=== نسخه هاي مركب
نسخه شماره 1- دارو جهت نزله مثانه
ريشه سنبل خطائي يك قسمت
تخم جعفري يك قسمت
برگ انگور خرس دو قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري زردوي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و باقي بگذاريد به مدت 30 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 2- داروي ضد دردهاي مثانه
ريشه سنبل خطائي يك قسمت
ريشه شيرين بيان يك قسمت
گياه دم اسب يك قسمت
گياه بنفشه يك قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري زردوي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و به مدت 30 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 3- داروي ضد درد مثانه و كليه
برگ غان پنج قسمت
تخم جعفري دو قسمت
برگ انگور خرس هشت قسمت
ريشه شيرين بيان هفت قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري زردوي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و باقي بگذاريد به مدت 30 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 4- داروي ضد درد مثانه و كليه
رگ غان سه قسمت
برگ انگو خرس هفت قسمت
ريشه شيرين بيان هفت قسمت
برگ بذر البنج سه قسمت
طرز تهيه و مقدر مصرف :

يك قاشق غذا خوري زردوي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و باقي بگذاريد به مدت 30 دقيقه باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي دو بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 5- دارو جهت معالجه بيماريهاي كليه و مثانه
برگ زبان گنجشك 20 گرم
برگ انگور خرس 20 گرم
ريشه شيرين بيان 20 گرم
پوست بابا آدم 10 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري زردوي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 6- دارو جهت سنگ كليه و مثانه
تخم خيار 30 گرم
تخم خربزه 60گرم
خارخاسك 40 گرم
ريشه لبلاب 40 گرم
طرز تهيه و مقدر مصرف :
يك قاشق غذا خوري زردوي فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته و به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده و روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
=== نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره1 - دارو جهت رفع التهاب حاد و مزمن كليه و مثانه
دارو : ميوه خشك شده گياه نسترن ( گل سرخ وحشي ) ( Rosa canina)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
توجه : اين دارو علاوه بر اين با مقدر مصرف مذكور در فوق مورد شروع تشكيل سنگ كليه و مثانه جهت حل كردن آنها نيز مورد استفاده قرار مي گيدر .
نسخه شماره2 - دارو جهت بيماريهاي مجاري ادراري
دارو : ريشه روناس ( Rubia tinctorum)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك

فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
توجه : اين دارو علاوه بر اين دراي خاصيت حل كنندگي سنگهاي مثانه نيز مي باشد .
نسخه شماره3 - داروي ضد دردهاي سنگ كليه و مثانه
دارو : تخم تره ( Allium porrum)
مقدر مصرف : 1 تا 2 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره4 - داروي ضد دردهاي كليه
دارو : تخم شويد ( Anethum graveolense)
مقدر مصرف : 1 تا 3 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره5 - داروي ضد التهاب مجاري دراي
دارو : گل بنفشه ( Viola odorata)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره6 - دارو جهت رفع احتباس ادرار و ضعف مثانه
دارو : تمام قسمتهاي گياه به ويژه تخم جعفري ( Apium petroselinum)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره7 - دارو ي ضد دردهاي مثانه
دارو : ميوه كاكنج ( عروسك پشت پدره ) ( Physalis alkekengi)
مقدر مصرف : 5 تا 10 عدد ميوه
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
توجه : اين دارو علاوه بر اين موجب دفع اوراتها ، هم مي شود .
نسخه شماره8 - دارو ي معالج نزله كليه
دارو : تمام گياه ريحان ( Ocimum basilicum)

مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره9 - دارو ي معالج عوارض كليه و مثانه
دارو : ميوه يا پوست ريشه گياه زرشك ( Berberis vulgaris)
مقدر مصرف : 3تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره9 - دارو ي معالج عوارض كليه و مثانه
دارو : ميوه يا پوست ريشه گياه زرشك ( Berberis vulgaris)
مقدر مصرف : 3تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 11 - دارو ي جهت رفع التهابات كليه
دارو : برگ يا چوب يا پوسته ساقه غان ( قان ، توس ) ( Betula alba)
مقدر مصرف : 4 تا 8 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
توجه : اين دارو باعث خروج آب بدن بدون اينكه بافت كليه را تحريك كند مي شود .
نسخه شماره 12 - دارو جهت بيماريهاي مجاري ادراري
دارو : تخم گشنيز ( Coriandrum sativum)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 13- دارو جهت رفع عفونت مجاري ادراري
دارو : ميوه خارخاسك ( Tribulus terresteris)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق در يك ليوان آب جوش ريخته به مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان بعد از غذا ميل كنيد .

داروهاي معالج بيماريهاي چشم

نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- جهت درمان تحريكات و آسم چشم
دارو : چاي ( Thea sinensisnalis)
طرز تهيه ومقدر مصرف : مقدري چاي را دم كرده پس از صاف كردن روزي 2 تا 3 مرتبه چشم را با آن شستشو دهيد .
نسخه شماره 2- دارو جهت ريزش اشك با خارش چشم ، تقويت بينايي و قرمزي چشم
دارو : روغن زيتون ( Olea europea)
روش ومقدر مصرف : روزي سه مرتبه هر دفعه دو قطره روغن زيتون را در چشم بچكانيد .
نسخه شماره 3- دارو جهت تقويت بينايي يا رفع كم سويي چشم
دارو : سيب درختي ( Pyrus malus)
روش ومقدر مصرف : مصرف روزي چند عدد سيب بعلت درا بودن ويتامين هاي A و B و C براي تقويت بينايي چشم توصيه شده است .
نسخه شماره 4- دارو جهت شستشوي چشم
دارو : بابونه اصلي ( Matricaria chamomilla)
روش ومقدر مصرف : مقدر 5 گرم گل بابونه را در يك فنجان آبجوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده چشم را با آن شستشو دهيد .
نسخه شماره 5- دارو جهت درمان شب كوري و تقويت چشم
دارو : هويج ( Daucus carota)
روش ومقدر مصرف : مقدر يك ليوان آب هويج خام را روزانه مصرف كنيد .
نسخه شماره 6- دارو جهت تقويت چشم
دارو : زعفران ( Crocus sativum)
روش ومقدر مصرف : 0.2 تا 0.5 گرم همراه غذا ميل كنيد .

داروهاي معالج زخم و سوختگي

نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- دارو جهت درمان سوختگي با آتش
دارو : برگ خشك شده درخت چنار ( Plantanus orientalis)
طرز تهيه و استعمال : برگها را سائيده و روي موضع پاشيده شود .
توجه : اين دارو بطور كلي جهت خشك كردن زخمها مورد استفاده قرار مي گيدر .
نسخه شماره 2- دارو جهت درمان سوختگي با آتش
دارو : ميوه نارس زيتون ( Olea euroepea)
طرز تهيه و استعمال : ميوه ها را له كرده بصورت ضماد در موضع استعمال كنيد .
نسخه شماره 3- دارو جهت درمان سوختگي با آتش
دارو : روغن كنجد ( Sesamum indicum)
روش و مقدر مصرف : روغن كنجد را بلافاصله بعد از سوختگي به محل سوختگي بماليد .
نسخه شماره 4- دارو جهت درمان سوختگيها و زخمها
دارو : سرشاخه ها گلدار يا برگ گياه علف چاي (هوفاريقون ) (Hypericum perforatum)
طرز تهيه و استعمال : بصورت پماد در موضع استعمال شود .
نسخه شماره 5- دارو جهت درمان سوختگي با آتش و زخمهاي بزرگ
دارو : برگ تازه لبلاب ( عشقه ) ( Hedra helix )
طرز تهيه و استعمال : بصورت پماد در موضع استعمال شود .
نسخه شماره 6- دارو معالج سوختگيها با آتش
دارو : روغن تخم كتان (Linum usitatissimum)
روش استعمال : در موضع استعمال شود .
نسخه شماره 7- دارو معالج زخمها بويژه زخمهاي دير علاج و زخمهاي عميق
دارو : اسانس بابونه اصلي ( Matricaria chamomilla)
روش استعمال : در موضع ماليده شود .
توجه : اين دارو همچنين جهت معالجه زخمهاي بيخ ران و سوختگيها نيز استعمال مي شود .
نسخه شماره 8- دارو جهت رفع آماس و التيام زخمها
دارو : برگ يا ريشه يا تمام گياه گل خطمي ( Althaea officinalis)
طرز تهيه و استعمال : به صورت ضماد در موضع استعمال كنيد .

نسخه شماره 9- داروي آرام كننده و خنك كننده پوست سوخته در اثر آتش يا آفتاب زدگي
دارو : روغن زيتون ( Olea europea)
طرز تهيه و استعمال : در موضع سوختگي يا آفتاب زدگي ماليده شود .
توجه : اين دارو علاوه بر اين در مورد مارگزيدگي و گزش حشرات و همچنين درمان استسقا و آب آوردن نسوج بصورت موضعي مورد استعمال قرار مي گيدر .
نسخه شماره 10-
دارو : برگ يا ريشه يا تمام گياه پنيرك ( Malva silvestris)
مقدر استعمال : 30 تا 50 گرم
طرز تهيه و استعمال : بصورت جوشانده در يك ليتر آب تهيه و سپس جهت شستشوي زخمها استعمال كنيد .
نسخه شماره 11- دارو جهت معالجه زخمها و بريدگيها
دارو : تنتور ريزوم يا تمام گياه هميشه بهار كوهي ( تنباكوي كوهي ) ( Arnica montana)
طرز تهيه و استعمال : تنتور را با آب به نسبت 1 به 2 يا 1 به 3 رقيق كرده و سپس جهت شستشوي زخمها و بريدگيها استعمال شود .
نسخه شماره 12- دارو ي التيام دهنده و معالج زخمها
دارو : تنور گل هميشه بهار ( Calendula officinalis)
طرز تهيه و استعمال : با مقدري آب مقطر رقيق كرده و زخم را با آن شستشو كنيد .
نسخه شماره 13- دارو جهت معالجه سوختگيهاي ساده
دارو : پياز ( Allium cepa)
طرز تهيه و استعمال : پياز را له كرده روي موضع قرار دهيد .
نسخه شماره 14- دارو ي معالج زخمها
دارو : گل گياه شاه بلوط هندي ( Aesculus hipocastanum)
مقدر استعمال : 20 گرم
طرز تهيه و استعمال : بصورت دم كرده در يك ليتر آب تهيه و جهت شستشوي زخمها استعمال شود .
نسخه شماره 15- دارو ي التيام دهنده زخمها
دارو : قسمت گوشتدار ميوه گردو ( پوسته خارجي ) (Juglans regia)
مقدر استعمال : 50 گرم
طرز تهيه و استعمال : بصورت جوشانده در يك ليتر آب تهيه و جهت شستشوي زخمها استعمال كنيد .
نسخه شماره 16- دارو ي معالج زخمها
دارو : تخم شنبليله ( Trigonella foenum-graecum)

طرز تهيه و استعمال : بصورت جوشانده تهيه و جهت شستشوي زخمها استعمال كنيد .
نسخه شماره 17- دارو ي جهت درمان زخمها
دارو : برگ دردوست (عشقه ) ( Hedra helix)
مقدر استعمال : 15 گرم
طرز تهيه : بصورت دم كرده در يك ليتر آب و جهت شستشوي زخمها استعمال كنيد .
نسخه شماره 18- دارو ي معالج زخمهاي دير جوش
دارو : ريشه زنبق ( Iris florentia)
طرز تهيه و استعمال : ريشه هاي تميز را بصورت پودر درآورده و سپس روي زخمها بپاشيد .
نسخه شماره 19- دارو ي معالج زخمها
دارو : گل گياه علف ماهور ( Verbascum thapsus)
طرز تهيه و استعمال : بصورت دم كرده تهيه و جهت شستشوي زخمها توصيه نموده اند .
نسخه شماره 20- داروي ضد عفوني كننده و التيام دهنده زخمها
دارو : برگ گياه زبان گنجشك ( Fraxinus excelsior)
مقدر استعمال : 3 تا 5 گرم
طرز تهيه و استعمال : بصورت ضماد تهيه و استعمال كنيد .
نسخه شماره 20- داروي ضد عفوني كننده و التيام دهنده زخمها
دارو : برگ گياه پده ( Populus euphratica)
مقدر استعمال : 3 تا 5 گرم
طرز تهيه و استعمال : بصورت ضماد يا آب شستشو تهيه و استعمال كنيد .

داروهاي معالج استسقا و آب آوردن نسوج و اندامها -

نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- داروي معالج آب آوردن انساج
دارو : پوست غان ( Betula pendula)
مقدرمصرف : 3 تا 6 گرم
طرز تهيه مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 2-
دارو : ريشه ريزوم مارچوبه ( Asparagus officinalis)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 3-
دارو : ريزوم غليون ( شون ) (Sambucus ebulus )
مقدر امصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 4-
دارو : ميوه و برگ بو ( Laurus nobilis L)
مقدر مصرف: 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 5-
دارو : سرشاخه هاي كاهوي تلخ ( Lactuca virosa)
مقدر امصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 6-
دارو : ميوه يا برگ آقطي سرخ ( Sambucus racemosa)

مقدر مصرف : 3 تا 6 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 7-
دارو : تمام قسمتهاي كرفس ( Apium graveolence)
مقدر مصرف : 3 تا 6 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 8-
دارو : ريشه يا تمام گياه گل قاصد ( شير مال ، كاسني زرد ) ( Taraxacum officinalis )
مقدر امصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .

داورهاي بند آورنده خونريزي يا ضد خونريزي

نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- داروي ضد خونريزي
دارو : صمغ عربي ( Acacia arabica)
مقدر امصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 2- داروي ضد خونريزي هاي اعضاي داخلي بدن
دارو : تمام گياه آژوكا ( Ajuca reptance)
مقدر امصرف : 3 تا 6 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 3- داروي ضد خونريزي تمام اعضاي بدن بويژه ضد خونريزي سينه و ريه
دارو : ريشه انجبار ( Polygonum bistorta)
مقدر امصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 4- دارو جهت جلوگيري از خونريزي بيني
دارو : گل خشك شده درخت چنار ( Platanus orientalis)
طرز تهيه و استعمال : به صورت پودر تهيه و در بيني ريخته شود .
نسخه شماره 5- جهت جلوگيري از خونريزي
دارو : پوست گياه شاه بلوط ( Castanea sativa)
مقدر امصرف : 0/5 تا 2 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 6- جهت جلوگيري از خونريزي هاي داخلي
دارو : برگ يا ريشه يا دانه تمام گياه گزنه ( Urtica unrens)
مقدر امصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته

نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 7- جهت جلوگيري از خونريزي هاي داخلي
دارو : تمام گياه علف نقره اي ( Potentilla anserina)
مقدر امصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته
نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 8- داروي معالج خونريزي ها
دارو : برگ مورد ( Myrtus commnis)
مقدر امصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته
نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .

داروهاي ضد عفوني كننده و ضد باكتري - آنتي بيوتيك

نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- داروي ضد عفوني كننده بويژه جهت اندام تنفسي
دارو : تمام گياه آويشن شيرازي ( Thymus serpyllum)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 2- داروي ضد باكتري و ضد عفوني كننده روده دارو : پياز گياه سير ( Allium sativum)
مقدر مصرف : 20 تا 50 گرم
طرز تهيه : همراه غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 3- داروي ضد عفوني كننده دارو : پياز ( Allium Cepa)
مقدر مصرف : 50 تا 100 گرم
طرز تهيه : همراه غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 4- داروي ضد عفوني كننده دارو : تمام گياه افسنطين ( Artemisia absinthium)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 5- داروي ضد عفوني كننده دهان و دندان دارو : قسمت هوايي مريم گلي ( Salvia officinalis)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 5- داروي ضد عفوني كننده زخم ها دارو : گل هميشه بهار ( Calendula officinalis)
مقدر مصرف : 2تا 4 گرم
طرز تهيه : بصورت ضماد يا پماد مصرف كنيد .

داروهاي استفراغ آور

نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1-
دارو : تمام گياه بنفشه ( بنفشه معطر ) ( Viola odorata )
مقدر مصرف : 3 تا 6 گرم
طرز تهيه و استعمال : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 2-
دارو : ريشه زنبق ( Iris florenting)
مقدر مصرف : 0/5 تا 1 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 3-
دارو : ريزوم اگير تركي ( Acorus calamus )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 4-
دارو : سرشاخه هاي گلدار بابونه ( Matricaria chamomilla )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .

داروهاي تقويتي

نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1-
دارو : تمام گياه شاهتره ( Fumaria species)
مقدر مصرف : 1 تا 3 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
توجه : مصرف مقادير زياد اين دارو ممكن است اثر ناراحت كننده داشته باشد .
نسخه شماره 2-
دارو : برگ بادرنجبويه ( Melissa officinalis)
مقدر مصرف : 4 تا 8 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 3-
دارو : تخم شنبليله ( Trigonella foenum-graecum)
مقدر مصرف : 0/25 تا 1/25 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 4-
دارو : زعفران ( Crocus sativus)
مقدر مصرف : 1 تا 2 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 5-
دارو : پوست درچين ( Cinnamomuni zeylanicum)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .

نسخه شماره 6-
دارو : گل یا تمام گیاه بومادران ( Achillea millefolium )
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 7-
دارو : برگ مریم گلي ( Salvia officinalis)
مقدر مصرف : 1تا 2 گرم
طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 8-
دارو : تمام گیاه مرزنجوش ( Origanum vulgare)
مقدر مصرف : 2تا 4 گرم
طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 9-
دارو : به لیمو یاورون ( Lippa citriodora )
مقدر مصرف : 2تا 4 گرم
طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .

داروهاي زياد كننده شير مادر

نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1-
دارو : ميوه زيره ( Cuminum cyminum)
مقدر مصرف : 4تا 6 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 2-
دارو : ميوه انيسون ( Pimpincella anisum)
مقدر مصرف : 2تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 3-
دارو : تخم جعفري ( Apium petroselinum)
مقدر مصرف : 2تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد
نسخه شماره 4-
دارو : تمام گياه شويد ( Anethum graveolens)
مقدر مصرف : 2تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 5-
دارو : تخم شنبليله ( Trigonella foenum -graecum)
مقدر مصرف : 2تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 6-
دارو : ميوه رازيانه ( Foeniculum vulgar)

مقدر مصرف : 2تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .

داروهاي ضد سرطان

نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- داروي جلوگيري كننده از تجزيه شدن خون سرطاني
دارو : گل همیشه بهار ( Calendula officinalis)
مقدر مصرف : 2تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
توجه : برگ تازه يا خشك شده گل همیشه بهار را جهت سرطان هاي پوستي توصيه نموده اند .
نسخه شماره 2- داروي پيشگيري سرطان دارو : شلغم ( Brassica napus)
مقدر مصرف : 100 تا 200 گرم بصورت پخته يا خام مصرف كنيد .
نسخه شماره 3- دارو جهت سرطان پوست و دستگاه گوارش دارو : شاهتره ( Fumaria species)
مقدر مصرف : 10 تا 20 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 4- دارو جهت درمان سرطانهاي دستگاه گوارش دارو : بومادران ( Achillea millefolium)
مقدر مصرف : 5 تا 10 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده در يك ليوان آب جوش ريخته نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس صاف كرده روز سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
نسخه شماره 5- دارو جهت سرطان پوست دارو : پوست بلوط ( Canstanea dentata C.sativa
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر 50 گرم پوست بلوط را در 1 ليتر آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي 2 مرتبه زخمها را شستشو دهيد .
نسخه شماره 6- دارو ي پيشگيري از بروز سرطان دارو : سير و پياز ( Allium sativa and cepa)
مقدر مصرف : روزي 50 گرم تا 100 گرم سير يا پياز همراه غذا ميل كنيد

داروهاي مقوي قوه باء - محرك جنسي

نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- دارو : پياز ( Allium cepa)
مقدر مصرف : 50تا 100 گرم
طرز تهيه و استعمال : مقدر فوق را روزي 2 مرتبه همراه غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 2- دارو : زعفران ( Crocus sativus)
مقدر مصرف : 0/5 تا 1 گرم
طرز تهيه و استعمال : مقدر فوق را همراه غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 3- دارو : تمام گياه كرفس ( Apium graveolens)
مقدر مصرف : 2 تا 5 گرم همراه غذا بصورت خام مصرف كنيد .
نسخه شماره 4- دارو : تخم تره 0 Allium porrum)
مقدر مصرف : 1 تا 2 گرم
مقدر فوق را با يك ليوان شير چند روز متوالي ميل كنيد .
نسخه شماره 5- دارو : موسير ( Allium ascalonicum)
مقدر مصرف : 10 تا 20 گرم
طرز مصرف : همراه غذا ميل كنيد
نسخه شماره 6- دارو : پوست درچين ( Cinnamomum zeylanicum )
مقدر مصرف : 2 تا 5 گرم
طرز تهيه: مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
مقدر فوق را مي توانيد همراه غذا ميل كنيد .
نسخه شماره 7- دارو : تمام گياه مارچوبه ( Asparagus officinalis)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
توجه : ضمنا گياهان زنجبيل ، چوب چيني ، درچيني وانيل و ثعلب كه بومي ايران نيست جهت قوه باه بكار برده مي شود .

داروهاي كم كننده ميل جنسي

نسخه هاي تك دارويي
نسخه شماره 1- دارو : تخم سداب ( Ruta graveolence)
مقدر مصرف : 0/5 تا 1 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد .
توجه : مصرف مقادير زياد سداب سمي است و بايد اجتناب شود .
نسخه شماره 2- دارو : تخم يا ميوه پنج انگشت ( Vitex agnus - castus)
مقدر مصرف : 2 تا 4 گرم
طرز تهيه : مقدر فوق را كه قبلا كوبيده شده باشد در يك ليوان آب جوش ريخته مدت نيم ساعت باقي بگذاريد تا دم بكشد سپس آنرا صاف كرده روزي سه بار هر بار يك فنجان ميل كنيد
نسخه شماره 3- دارو : انار ترش ( Punica grantaum)
مقدر مصرف : روزي سه يار هر بار يك الي دو فنجان آب انار ميل كنيد .
نسخه شماره 4- دارو : ترنج ( بالنگ ) ( Citrus medica )
مقدر مصرف : روزي سه يار هر بار يك فنجان آب ترنج ميل كنيد .
نسخه شماره 5- دارو : عدس ( Lens esculenta)
مقدر مصرف : لااقل روزي يكبار مقدري عدس پخته را همراه غذا ميل كنيد .

## استفاده از گياهان دارويي براي تهيه ماسك

گياهان دارويي معمولا به تنهايي و يا همراه دو يا چند گياه دارويي ديگر، دردرمان بيماري ها مورد استفاده قرار مي گيرد. در هر حال رعايت نكاتي چند در استفاده از گياهان دارويي ضروري است تا تاثير گذاري آنها نمايان شود. بهتر است كليه گياهان دارويي قبل از استفاده خرد شوند تا حلال مورد نظر كه معمولا آب مي باشد، بتواند در سلولهاي گياهي نفوذ كرده و مواد موثر و درماني گياه را در خود حل كرده و قابل استفاده براي درمان نمايد.برخي از دانه هاي دارويي مانند دانه اسفرزه، بدون خرد كردن مصرف ميشود. از سوي ديگر، چون داروهاي گياهي به صورت جوشانده، دم كرده و يا خيسانده تهيه مي شوند، بهتر آن است كه براي يكبار مصرف تهيه شوند و روزانه دو تا سه بار مورد استفاده قرار گيرند. اما مي توان مصرفي يك روز را تهيه كرد و در جاي خنك نگهداري نمود و زماني كه مصرف دارو به صورت عصاره، تنطور يا اسانس تجويز مي گردد، بهتر است كه در تهيه آنها دقت نظر بيشتري توسط فرد صورت گيرد. زيرا تهيه اين داروها مستلزم داشتن صبر و دقت بيشتر مي باشد.كليه داروهايي كه براي درمان زخم ها، سوختگي ها، ناراحتي هاي پوستي و به طور كلي براي استعمال خارجي تجويز گرديده، بايد از محل هاي معتبر و شناخته شده تهيه شده باشد و در تهيه و تجويز دارو بايد سعي شود كه همواره گياهاني مورد استفاده قرار گيرند كه از لحاظ تجربي، خواص درماني آنها به ثبت رسيده باشند و در حدي تجويز گردد كه درمان، كامل گردد. علت عمده تحقيق بر روي گياهان كه از قرن ها پيش صورت گرفته است اثرات درماني و بي ضرري آنها مي باشد، كه در طول سالهاي متمادي به اثبات رسيده است. از سوي ديگر اهميت دوچندان اين گياهان ، در اين است كه همراه با ماده موثر اصلي درمان، در گياه مواد موثر ديگري كه داراي اثرات درماني مي باشند نيز وجود دارد، كه اثر معالجه را تشديد نموده و حتي در بسياري از موارد از سموم و اثرات ناخواسته آن جلوگيري مي نمايد.استفاده از گياهان دارويي به عنوان يك عامل عملي تجربه شده مي تواند از بروز بسياري از بيماري ها و گسترش و عواقب وخيم آن بكاهد و به عنوان يك عامل درماني طبيعي و بي ضرر، مورد توجه باشد. آنچه كه در طب سنتي و گياه درماني مورد نظر مي باشد استفاده صحيح و دقيق و بجا از گياهان است. كه اميدوارم شما عزيزان در اين مورد دقت لازم را به عمل بياوريد تا نه تنها بيماري درمان شود بلكه هميشه سالم و سلامت بمانيد.

با استفاده از گياهان از شر جوشهاي خود خلاص شويد

خلاصه : 7 راه كار ساده براي مقابله با جوش صورت 1 - هرگز جوش ها را فشار ندهيد انها را دستكاري نكنيد اين كارها فقط به قرمز تر و ملتهب تر شدن جوش ها منتهي مي شوند و باكتري ها و چربي هايي كه باعث ايجاد اين جوش ها شده اند در ديگر قسمت هاي صورتتان پخش مي شوند . همچنين بعضي مواقع اين دستكاري ها به زخم شدن ناحيه اراف جوش ها منجر مي شوند. 2 - هر سي دقيقه يك بار يك كيسه يخ را روي جوش ها قرار دهيد و ان را حدود دو دقيقه نگه داريد اين عمل باعث كاهش تورم التهاب و سرخي جوش ها مي شود و درد ناشي از آن از بين مي برد. 3 - ( ويژه بانوان ) از كرم پودرهاي پوشاننده استفاده كنيد. زماني كه با عجله بايد در جايي حاضر باشيد مي توانيد قبل از خارج شدن از خانه مقدار اندكي كرم پودر پوشاننده رنگ پوست روي جوش ها بماليد تا زياد به چشم نيايند. همچنين اين نوع كرم پودر ها روي سمت هاي براق پوست را مي پوشانند و جلوه اي طبيعي و يكدست به صورت مي دهند4 - با يك نوع محلول پاك سازي كننده مخصوص جوش هاي صورت و صابوني ملايم و بي بو روزي دو تا سه مرتبه صورتتان را بشوييد/ به آرامي و با ملايمت با يك ليف يا حوله كوچك پوست صورتتان را مالش دهيد ولي هرگز اين عمل را با خوشنت انجام ندهيد و گرنه چربي طبيعي پوست صورتتان كه به صورت طبيعي از به وجود امدن جوش ها جلوگيري مي كند را از بين خواهيد برد5 - يك نوع كرم يا پماد حاوي پروكسيد بنزوئيل يا اسيد ساليسيليك ( بسياري از پماد ها و كرم هاي مخصوص درمان جوش ها كه در داروخانه ها موجود هستند حاوي اين گونه تركيبات مي باشند) روي پوست صورت يا نواحي اطراف جوش ها بماليد. توجه داشته باشيد كه اين تركيبات در صورت مورد استفاده بيش از حد قرار گرفتن پوست را خشك مي كنند. پس اگر پوستي حساس داريد استفاده از آنها براي شما توصيه نمي شود. 6 - در صورت امكان از مواد ارايشي و بهداشتي عاري از چربي استفاده كنيد اين نوع محصولات باعث ايجاد حفره و سوراخ در پوست نمي شود( اين سوراخ ها و حفره ها مي توانند تبديل به جوش و كورك شود. هر شب قبل از خواب آرايش صورتتان را پاك نيد با پماد يا محلولي ضدذ جوش تا چربي و آلودگي از عمق پوست صورتتان بيرون آيد. 7 - در شب مقدار اندكي خمير دندان روي نواحي اطراف جوش هاي صورتتان بماليد تا التها و تورم و سرخي آن مكتر شود . همچنين براي كاهش التهاب و تورم يك كيسه چاي مرطوب با يك تكه پنبه آغشته به چند قطره ليمو ترش را به مدت پنج دقيقه روي جوش هاي صورتتان قرار دهيد. در صورت به كاربردن اين راهكارهاي ساده

و موثر ، ظرف مدت كوتاهي تفاوتي چشمگير و قابل ملاحظه را مشاهده خواهيد كرد در صورتي كه دوباره جوش ها عود كردند لازم است به يك متخص پوست مراجعه نماييد تا برايتان محلول پاكسازي كننده مناسب نوع پوستتان تجويز كند. درمان هاي بلند مدت مثل استفاده از ماسك هاي پوست تغيير در برنامه غذايي و افزايش مصرف اب به پيش گيري از جوش هاي صورت كمك كنند.

## سيب به جاي مسواك؟!

سيب خوردن هرگز نمي تواند جايگزين مسواك شود؛ براي تميزي دندان ها و حفظ بهداشت آن ها بايد حتما دندان ها را مسواك زد و از نخ دندان استفاده كرد.
برخي مردم براي توجيه مسواك نزدن خود، اقدام به انجام اعمالي مي نمايند كه در بسياري موارد موجب بروز مشكلاتي نيز مي شود . از جمله اين موارد، جايگزين كردن مسواك با خوردن سيب است. برخي اين مورد را به ديگران نيز توصيه مي كنند، در صورتي كه پوسيدگي دندان يك آسيب موضعي و پيش رونده دندان است كه با از دست دادن مواد معدني سطح دندان به وسيله اسيدهاي آلي آغاز مي شود.
مهم ترين اسيد آلي مؤثر، اسيد لاكتيك است كه به وسيله ميكروب هاي مستقر در دهان و دندان توليد مي شود. يكي از مهم ترين راه هاي توليد اسيد لاكتيك تخمير مواد قابل تخمير مثل: كربوهيدرات ها؛ از جمله قندها است و قند موجود در سيب - با مكانيسم فوق- احتمال پوسيدگي دندان را افزايش مي دهد.
عمل ديگري كه در بين مردم رواج بيشتري دارد استفاده از خلال دندان يا چوب كبريت براي تميز كردن دندان هاست كه اين عمل بيش از آن كه به بهداشت دهان و دندان كمك كند، موجب تحريك و آزار لثه مي شود.
به هر حال براي اجتناب از ماندن ذرات غذا در فضاي بين دندان ها كه منجر به پوسيدگي آن مي شود و لازم است كه دندان ها پس از هر وعده غذا به ويژه قبل از خواب شب با استفاده از مسواك و نخ دندان تميز گردند.
نكته جالب اين كه مسواك زدن با وارد كردن تحريكات متعدد و ملايم موجب تقويت لثه و افزايش لايه شاخي پوست لثه در محل چسبيدن آن به دندان خواهد شد.(1)
پي نوشت:
روزنامه كيهان، 1386/8/10.

# خرما در بدن

بدن خرما را به عنوان غذاي خوب مي پذيرد و در برابر آن واكنشي نشان نمي دهد. خرما بسيار زود هضم مي شود و براي هضم و جذب، انرژي بسيار كمي مصرف مي كند و به همين دليل به انسان آزار نمي رساند و خستگي ايجاد نمي كند. براي هضم شدن نيزهيچ گونه ويتاميني از بدن برداشت نمي كند زيرا خود داراي انواع ويتامين ها مي باشد. خرما مانعي از لحاظ جذب براي بدن ايجاد نمي نمايد و مانند غذاهاي ترش مانع عمل ويتامين A در بدن نمي شود و هيچ گاه ايجاد ترشي نمي نمايد از طرفي اگر غذاي مصرفي را بپزيم در اثر حرارت، مقدار زيادي ويتامين ب و ث از بين مي رود اما مصرف خرما چنين مشكلي را دربرنخواهد داشت.
خوردن خرماي تازه باعث مي شود كه سلول هاي زنده اي به مصرف سلول هاي زنده بدن برسند و بدن مواد مورد نيازش را به طور مستقيم دريافت دارد. شايد به همين دليل است كه «اسلام احتكار مواد غذايي را ممنوع داشته است» زيرا براثر ماندن، تازگي خود را از دست داده و بسياري از خواص مفيد خود را از دست مي دهد ؛خرما يا كشمش براثر ماندن هر چه كهنه تر شود چنانچه ترش و فاسد نشود، اسيدالكل آن ها به قند بيشتر تبديل مي گردد.
خرما داراي مواد قندي قابل توجهي است؛ در محاسبه ضريب تنفسي براي تعيين ميزان سوخت و ساز مواد قندي و چربي ها مي بينيم كه در اندك زماني پس از صرف غذا تقريباً تمامي غذاي متابوليژه شده منحصر به كربوهيدرات هاست و اين تقريباً عملي است كه بدن انجام مي دهد. مواد پروتئيني در كل به استثناي ?? گرم كه به طور طبيعي روزانه به ناچار تجزيه و مصرف مي شود را زماني كه مواد قندي و چربي ها در دسترس قرار دارند تقريباً به طور كلي همين مواد به مصرف ايجاد انرژي مي رسند. با مصرف خرما مقدار اين ذخيره بسيار بيشتر مي شود.
خرما از لحاظ بالا بردن قدرت دفاعي بدن نيز نقش موثري را ايفا مي كند. به تازگي معلوم شده است كه بين سوخت و ساز گلوكز و تركيب اسيدهاي چرب و تري گليسريد يا چربي خنثي ارتباط نزديكي وجود دارد و از آن جا كه گلوكز بدون حضور انسولين دربافت ها قابل استفاده نيست از اين رو چاقي در زمانيكه غلظت انسولين در بافت ها كافي نيست امكان پذير نمي باشد. بنابراين مصرف زياد كربوهيدرات (مواد قندي- نشاسته اي) تأثير فوق العاده اي در تبديل جريان متابولسيم گلوكز به ليپوژنز دارد در صورتي كه كم مصرف كردن كربوهيدرات، تجمع چربي را در بدن به حداقل ممكن مي رساند.خرما پاك كننده دستگاه گوارش و از بين برنده سموم بدن است

اول اين كه مدفوع را از حالت مايع درمي آورد و با حجم خود روده ها را پاك مي كند و دوم اين كه بسياري از سموم روده ها را جذب و با خود به بيرون منتقل مي سازد. همچنين خرما اصلاح كننده مزاج است. پنج درصد ميوه ها به طور تقريبي سلولز است به همين دليل بهترين و قوي ترين ملين ها بوده و از ايجاد يبوست جلوگيري مي كند.

# ليمو، درمانگري فرح بخش براي عفونت ها

نويسنده: سپيده سليمي
هزاران سال است كه ليمو به عنوان يك ماده غذايي و همچنين دارويي شناخته شده است و مورد بهره برداري قرار مي گيرد. ليمو سرشار از ويتامين C است كه خاصيت آنتي اكسيدان آن موجب مي شود اين ميوه در تسريع بهبود بيماري هاي گوناگون، به تاخير انداختن روند پيري و مقاوم سازي بدن در برابر سرطان ها بسيار مفيد و كارساز باشد.
رومي ها از قرن ها پيش از ليمو به عنوان پادزهري براي سموم استفاده مي كردند اما شهرت ليمو در گذشته بيش از هر چيز به دليل ميزان قابل توجه ويتامين C در آن و تاثير آن در بيماري اسكوربري بوده است.ليمو داراي خواص فراوان است. ليمو نيروبخش، ضدعفوني كننده، مدر، قابض و آنتي اكسيداني قوي است.ليمو كه زادگاه اصلي و اوليه آن هند و برمه است سال ها است كه به سبب خواص بسيارش شهرت جهاني يافته است. آب ليمو يك ضدعفوني كننده قوي و محرك دستگاه ايمني بدن است و با افزايش تعريق اثر درماني مفيدي بر روي عفونت ها و تب دارد. اين ماده با تحريك تعريق، بدن را از سموم پاك مي سازد.
اغلب ليمو را به عنوان ماده اي اسيدي مي شناسيم اما اين ميوه به ظاهر اسيدي هنگام هضم در دستگاه گوارش تجزيه شده و مقدار قابل توجهي كربنات پتاسيم توليد مي كند. كربنات پتاسيم ماده اي است كه با خنثي سازي اسيد اضافي در معده و به تعادل رساندن اسيديته محتويات دستگاه گوارش از ديواره آن محافظت مي كند. اين ويژگي موجب مي شود ليمو براي بسياري از مشكلات گوارشي از قبيل سكسكه مداوم، سوزش سر معده، حالت تهوع، يبوست و كرم هاي انگلي مفيد باشد. ليمو به عنوان تقويت كننده كبد عمل مي كند و چنانچه مخلوطي از آب ليمو با آب داغ را يك ساعت پيش از صبحانه صرف كنيد توليد صفرا را تحريك مي كند. برخي معتقدند مصرف روزانه مخلوطي از آب ليمو با روغن زيتون مي تواند سنگ كيسه صفرا را حل كند. خوردن آب ليمو موجب پايين آمدن اسيد اوريك مي شود. آب ليمو ضدعفوني كننده اي قوي است كه دستگاه ايمني بدن را تقويت مي كند. مصرف آب ليمو درماني موثر براي انواع عفونت ها بوده و كاهش تب را موجب مي شود. قرقره با آب ليمو گلودرد و ورم لوزه ها را تسكين مي دهد. مصرف يك قاشق سوپخوري آب ليمو در كمي آب، نيم ساعت قبل از هر وعده غذا موجب تسكين آسم مي شود.
ليمو همچنين داراي خاصيت ضدقارچ است كه آن را ماده اي مفيد براي درمان برفك دهان مي سازد. خوردن ليمو براي جبران كم آبي، تسكين

آرتروز و رماتيسم نيز مفيد شناخته شده است.مخلوطي از آب ليموي تازه با كمي عسل و سه دانه ميخك در آب داغ درماني معجزه آسا براي سرماخوردگي، آنفلوآنزا و به ويژه سرفه است.
در گذشته از مخلوط آب ليمو با قهوه براي درمان ميگرن و مالاريا بهره مي بردند. آب ليمو خاصيت قابض داشته و موجب توقف خونريزي مي شود. از اين ويژگي مي توان براي متوقف ساختن خونريزي هايي مانند خونريزي از بيني استفاده كرد. پنبه اي را به آب ليمو آغشته كنيد و به سوراخ هاي بيني بفشاريد. براي درمان خونريزي از لثه نيز هر صبح و شب لثه ها را با آب ليمو ماساژ دهيد. خاصيت قابضيت ليمو آن را در تسكين خونريزي ها و اسهال مفيد مي سازد.
آب ليمو همچنين لوسيوني مناسب براي جلوگيري از آفتاب سوختگي است. اگر آب ليمو را با نسبت يك به يك با گليسيرين مخلوط كنيد لوسيوني مناسب براي درمان ترك لب ها و همچنين پاك كننده اي خوب براي پوست صورت به دست مي آيد كه چربي پوست را تعادل مي بخشد.پوست
ليمو نيز از خواص ويژه اي برخوردار است و حاوي ماده اي به نام پكتين است كه يكي از مواد لازم و مفيد در تهيه مرباها و مسبب ژله اي شدن آنها است. عطر خوش آن نيز به عنوان اسانس در شيريني پزي و صنايع غذايي و بهداشتي كاربرد فراوان دارد. بهتر است پوست ليمو را نيز مصرف كنيد. در اينجا كاربرد پيشنهادي براي مصرف ليمو با پوست آن را ملاحظه مي كنيد.

# انگور خطر بيماري هاي قلبي را كاهش مي دهد

محققان علوم تغذيه مي گويند كه مصرف انگور مي تواند سبب تأثير بر جدار داخلي عروق شده و كاهش خطر بروز بيماريهاي قلبي عروقي را به همراه داشته باشد.
به گزارش پايگاه خبري نيوز وايز در اينترنت، با اين كه گامهاي مؤثري در درمان بيماريهاي قلبي عروقي برداشته شده است ولي اين بيماريها همچنان دشمن شماره يك بشر مي باشند و بالاترين رقم آماري علت مرگ را در مردان بالاتر از 45 سال و زنان بالاتر از 65 سال تشكيل مي دهند. در همين حال بيشتر راههاي درماني طي دو دهه اخير بر درمان با روشهاي جراحي قلب و عروق متمركزبوده است. محققان مؤسسه تحقيقات كودكان كلمب آمريكا با بررسي تأثير انگور كه در قالب آب انگور بدون الكل تهيه شده بود بر بدن انسان دريافتند كه اين ميوه مي تواند تأثير مثبتي بر بافت اندوتليوم يا جدار داخلي عروق داشته باشد. اين گزارش مي افزايد: در شرايطي كه جدار داخلي شرايين دچار مشكل شوند و يا به سبب تجمع چربي بر قطر آنان اضافه شود، فرد در معرض خطر بروز بيماريهايي نظير سكته هاي مغزي و نيز مشكلات قلبي قرارمي گيرد. اين بررسيها در حالي به ثمر مي رسد كه قبلاً نيز اثر مثبت انگور بر كاهش كلسترول خون و نيز كاهش بروز بيماري فشار خون ثابت شده بود.

## نقش آب انگور در كاهش بيماري هاي قلبي

محققان مي گويند، مصرف آب انگور مقدار اچ دي ال يا چربي خون بدن را به مقدار زياد افزايش و شاخصهاي التهاب را در بيماران قلبي كاهش ميدهد.
بر اساس مقاله اي كه در نشريه اترواسكلروز، ترومبوز و زيست شناسي عروق در آمريكا منتشر شد، آب انگور علاوه بر افزايش اچ دي ال توليد راديكال آزاد و شاخص التهاب را نيز كاهش مي دهد. محققان معتقدند رها شدن اين گونه مواد از پلاكت ها به پديده سخت شدن عروق و التهاب عروق كمك مي كند، گرچه پيش تر مشخص شده بود كه آب انگور ميزان توليد راديكالهاي آزاد را كاهش مي دهد اما تاثير آن بر خواص التهابي پلاكت ها ناشناخته بود. گفتني است اين خواص آب انگور ارتباطي با الكل ندارد و مواد ديگري سواي الكل و احتمالاً تركيبات پلي فنليك موجود در آب انگور در كاهش عوارض قلبي، عروقي نقش دارند.

## مصرف سير سرطان هاي معده و روده را كاهش مي دهد

تحقيقات جديد نشان مي دهد كه تركيبات مفيد در سير مي تواند از تشكيل مواد سرطان زا در بدن جلوگيري كند كه اين اثربخشي بر روي معده و روده بيشتر است.
تحقيقات دكتر جان ميلز از دانشگاه پنسيلوانيا نشان مي دهد كساني كه به طور مرتب از سير استفاده مي كنند كمتر به سرطان معده و روده بزرگ مبتلا مي شوند. براساس اين تحقيق مصرف 5 تا 18 گرم سير معادل 2 تا 5 قطعه كوچك از سير خام يا پخته در هفته براي پيشگيري از سرطان مؤثر است. همچنين مصرف سير براي سلامت قلب نيز مفيد است، تركيبات موجود در سير مي توانند ميزان كل كلسترول خون به ويژه كلسترول بد را كاهش دهند. اين تركيبات از تشكيل لخته خون در شريان ها جلوگيري مي كنند و به اين ترتيب خطر سكته هاي قلبي را نيز كاهش مي دهند. براساس نتايج اين تحقيق مصرف سير تازه بهترين راه استفاده از تركيبات مفيد اين گياه محسوب مي شود.

# فواید ناشناخته سیب

نویسنده:آرمند
طبـق تحقیقات محقــقان، فقط به خاطر ویتامین C نیستکه باید روزي يك عدد سیـب بـخوریم. دانشمنـدان خـواصضـد سـرطاني مـواد شیمـیایي مختـلف موجـود در مـغـز وپـوست سیـب را بـررسي کـردند. و دریافته اند که این موادشیمیایي تاثیراتي بسیار بالاتر از فقط ویتامین C دارد. اینمواد شیمیایي، فلاوانوئید و پـلي فنول میباشد و تحقیقیکه در مجله طبیعت منتشر شده است، خواص آنتي اکسیدانه آن را بررسي مي کند.
آنتي اکسیدان ها با از بین بردن مولکول هایي که مسئول تخریب سلولها هستند و منجر به سرطان مي شوند، از این بیماري جلوگیري به عمل مي آورد. محققان دانشگاه کورنل در نیویورك، دریافته اند که خوردن 100 گرم سیب در روز، خواص آنتي اکسیدانه اي براي بدن تامین مي کند که معادل له خوردن 1500 میلیگرم ویتامین C مي باشد.
پروفسور کونگ یونگ لي، یکي از محققان این تحقیق، مي گوید، "برخي از مواد شیمیایي ضد آلرژي نیز به حساب مي آیند، برخي هم ضد سرطان، ضد التهاب، و ضد ویروسي هستند. الان دیگر به اندازه کافي سند و مدرك وجود دارد که با قطعیت بگوییم با خوردن يك عدد سیب در روز دیگر نیازي نیست نزد دکتر بروید."
براي آزمایش خواص ضد سرطاني موجود در سیب، محققان از سلول هاي سرطاني روده که در آزمایشگاه رشد کرده بود،، استفاده کردند.
آنها دریافتند که 50 میلیگرم از این مواد شیمیایي، که از پوست سیب گرفته شده است، تولید و تکثیر این سلول هاي سرطاني را تا 43% کاهش داده است. عصاره گرفته شده از مغر این میوه، تا 29% از رشد سلول هاي سرطاني جلوگیري کرده است. یکي از تاثیرات مشخص تر آن زماني است کشف شد که برخي از این مواد شیمیایي را بر روي سلول هاي سرطاني کبد امتحان کردند. سخنگوي انجمن تحقیقات مربوط به سرطان مي گوید، "این تحقیق نشان مي دهد که سیب تازه تاثیر آنتي اکسیدانه اي بالاتر از محتوي ویتامین C موجود در آن دارد. مکانیسم خواص حفاظتي میوه ها و سبزیجات هنوز مشخص نشده است و همچنین هنوز قطعاً ثابت نشده که سیب از میوه ها و سبزیجات دیگر پرفایده تر است." او توصیه مي کند که افراد باید رژیم غذایي متعادلي داشته باشند که دز آن به میزان کافي از سبزیجات و میوه جات استفاده کنند.
فواید سیب:
1. افرادیکه از نقرس و رماتیسم رنج مي برند، باید به طور مرتب سیب

بخورند چون به درمان بيماري آنها كمك مي كند.
2. خوردن دو عدد سيب در روز سطح كلسترول خونتان را تا 10% كاهش مي دهد.
3. نوشيدن آب سيب، سه بار در روز، از ايجاد ويروس د ر بدن جلوگيري مي كند.
4. يكي ديگر از فوايد سيب براي افرادي است كه مشكل معده دارند. اگر دچار مشكلات گوارشي هستيد، قبل از غذا حتماً سيب بخوريد.
5. سيب رنده شده مخلوط با ماست براي از بين اسهال مفيد است.
نكات:
1. هيچگاه سيبي را كه در جاي خنك نگهداري نشده است را خريداري نكنيد چون اين ميوه طي چند رو بيش از حد رسيده خواهد شد.
2. سيب بايد سفت باشد. اگر با فشار دادن انگشت روي آن تورفتگي ايجاد شود، از خريد آن خودداري كنيد.
3. سيب را در يخچال نگهداري كنيد. درغير اينصورت خيلي زود خراب خواهد شد.
4. براي جلوگيري از قهوه اي شدن سيب، روي قسمت هاي بريده شده آن كمي آبليمو بماليد.
5. محققان كانادايي كه روي 8 نوع مختلف سيب تحقيق ميكردند، دريافته اند كه نوع قديمي سيب، كه همان سيب قرمز است، حاوي مقدار بيشتر آنتي اكسيدان در پوست و مغز خود مي باشد.

## فواید و خواص شگفت انگیز آبمیوه

در شهرهاي مختلف، همه شب زنان و مردان را مي بينيد كه در همان لباس كار خود به بار مي روند و انواع اقسام آبميوه ها، از آب هويج گرفته تا تركيبات مختلفي از انواع ميوه ها و سبزيجات را سفارش مي دهند: آب كلم، آب خيار، آب كرفس، آب چقندر، آب كاهو، آب جعفري، آب انبه، آب آناناس، آب هندوانه، آب گريپ فروت، و آب سيب.
اين روزها دسترسي به آبميوه ديگر به دشواري سابق نيست و مردم خيلي راحت هر نوع آبميوه اي را كه بخواهند در آبميوه فروشي ها و رستورانها پيدا مي كنند. خيلي از افراد هم آبميوه مورد علاقه شان را خودشان درست مي كنند. اين روزها ديگر همه در خانه شان يك دستگاه آبميوه گيري دارند و با صرف كمي وقت، صبر و پشتكار ميتوانيد آبميوه دلخواهتان را در خانه تهيه كنيد.
اخيراً موسسه ملي سرطان براي ترغيب مردم به مصرف ميوه و سبزيجات بيشتر تلاش مي كند. همواره توصيه مي شود كه هر روز حداقل 5 وعده ميوه و 3 وعده سبزيجات استفاده كنيد و دليل آن خيلي ساده است: رژيم غذايي سرشار از ميوه و سبزيجات از بسياري از بيماري ها و مشكلات جلوگيري مي كند؛ سرطان سينه، روده، مري، معده، ريه، تخمدان و مقعد. دانشمندان به دنبال مواد شيميايي موجود در گياهان هستند كه از بروز اين مشلات و ناراحتي ها جلوگيري مي كند. اين مواد شيميايي گياهي كه فيتوشيمي ناميده مي شوند در راس تحقيقات و مطالعات غذايي قرار گرفته اند چون رمز پيشگيري از بسياري بيماري هاي كشنده مثل سرطان و بيماري هاي قلبي و بيماري هاي متداول مثل آسم، ورم مفاصل و آلرژي شناخته شده اند.
ساليان سال تحقيقات و مطالعات همه گير شناسي كه وضعيت هاي مختلف بيماري ها و رژيم غذايي را در جمعيت هاي مختلف كه اعتقادي به قرار دادن ميوه و سبزيجات در برنامه غذايي خود ندارند، با يكديگر مقايسه كرده است. اينگونه مطالعات كه در آفريقا، چين، كشورهاي مديترانه، روسيه و ساير نقاط انجام گرفته، نشان داده است كه در فرهنگ هايي كه رژيم غذايي افراد از ميوه و سبزيجات تازه تشكيل شده است، كه آنرا سرشار از كربوهيدرات و فيبر مي كند، بسياري بيماري هايي كه مردم امريكاي شمالي را مبتلا مي كند، وجود ندارد. مثلاً در طي 30 سالي كه محققان انگليسي در آفريقا كار مي كردند، به هيچ عنوان با مشكلاتي مثل فتق، سرطان روده يا سرطان پروستات روبه رو نشدند. تنها دليل آن مي تواند تنوع رژيم غذايي آنها باشد.

اما اين تحقيقات (كه بيش از 150 مورد در 10 سال اخير انجام گرفته است) دقيقاً ثابت نمي كنند كه اين رژيم غذايي است كه اين تفاوت در وضعيت سلامتي افراد را ايجاد ميكند. عوامل بسيار زياد ديگري هم هستند كه مي توانند بر سلامتي تاثيرگذار باشند، مثلاً آيا اين نبود بيماري به خاطر رژيم غذايي فرد است يا به اين خاطر است كه در محيطي با آلودگي هواي كمتر زندگي مي كند؟ اگر به خاطر رژيم غذايي است، كدام قسمت از رژيم غذايي آنها اين تفاوت را ايجاد كرده است؟
اين سوالات بوده كه محققان بسياري را به بررسي برخي تركيبات خاص در موادغذايي واداشته تا ببينند چه موادي مي تواند دربرابر ابتلا به اين بيماري ها محافظت مي كند. در اين راه، محققان چند ماده غذايي را پيدا كردند: گوجه فرنگي، به همراه ويتامين C، ويتامين A و برخي موادمعدني كه ده ها هزار ماده شيميايي ديگر در خود دارد.
مواد شيميايي گياهي كه محققان پيدا كردند، بر تصور ما درمورد غذاها اثر مي گذارد، به ويژه سبزيجات و ميوه جات. براي مثال، بروكلي حاوي ماده اي است كه مي تواند از بروز سرطان سينه جلوگيري كرده يا حتي به درمان آن كمك كند. مركبات موادي در خود دارند كه دفع سموم را از بدن تسهيل مي كند و درنتيجه احتمال ابتلا به سرطان را كاهش مي دهد. انگور حاوي ماده است كه از تخريب DNA سلولها جلوگيري مي كند. به همين طريق، تعداد زيادي از سبزيجات سبز حاوي مواد شميايي گياهي هستند كه دربرابر سرطان از بدن محافظت مي كنند. بروكلي، كلم، گل كلم، هويج، كلم پيچ، كلم قمري، پياز، سير، شلغم، چغندر قرمز، فلفل، تره فرنگي، پيازچه و ...از جمله سبزيجاتي هستند كه خواص ضد سرطاني دارند.
اما مشكل اينجاست كه اكثر ما به اندازه كافي از ميوه و سبزيجات استفاده نمي كنيم تا بتوانيم از فوايد آن بهره مند شويم. مثلاً بااينكه مدام از رسانه مي شنويم كه بايد حداقل 5 وعده در روز از ميوه جات و 3 وعده در روز از سبزيجات استفاده كنيم، واقعيت اين است كه به طور متوسط بيشتر از يك تا دو وعده از سبزيجات و ميوه جات استفاده نمي كنيم.
به همين خاطر است كه مصرف آبميوه شايد بتواند نيازهاي غذايي ما را به ميوه جات و سبزيجات تامين كند.
حال اين سوال مطرح مي شود كه آبميوه درماني چه فوايد ديگري دارد كه تاكنون از چشم محققان به دور مانده است؟ براي مثال، اضافه كردن كلروفيل به رژيم غذايي كه معمولاً توصيه مي شود. كلروفيل كه ماده اي است كه به وفور در سبزيجات يافت ميشود، ساختاري شبيه به هموگلوبين دارد—ماده موجود در خون كه مسئول انتقال اكسيژن است. در دهه چهل محققان دريافتند كه مصرف كلروفيل توانايي بدن را براي توليد هموگلوبين تقويت مي كند درنتيجه انتقال اكسيژن بهتر صورت خواهد گرفت. از آن

زمان تاكنون، ديگر مطالعه چنداني براي كشف فوايد كلروفيل انجام نگرفته است.
يا مثلاً قدرت آبميوه تازه را براي انتقال گروه ديگري از مواد مغذي مهم در بدن مثل آنزيم هادر نظر بگيريد. آنزيم ها نيروي كار بدن شما هستند. اين مواد كه در صدها هزار واكنش شيميايي بدن بعنوان كاتاليزور عمل مي كنند، براي گوارش و جذب موا غذايي، تبديل مواد غذايي به بافت هاي بدن، و توليد انرژي در سطح سلولي اهميت بسيار زيادي دارند. در واقع، وجود آنزيم ها براي اكثر فعاليت هاي متابوليك كه در بدن انجام مي شود، ضروري است.
آبميوه تازه منبع فوق العاده اي از آنزيم هاست. در واقع تازگي آبميوه يكي از خصوصيات اصلي آن است چون آنزيم ها در اثر گرما از بين مي روند. وقتي شما غذاهاي پخته شده مي خوريد، چه حبوبات باشد، چه ميوه ها و سبزيجات، اگر اين غذا در دماي بالاتر از 114 درجه پخته شده اشد، آنزيم هاي آن در اثر گرما از بين رفته اند. از آنجا كه ميوه ها و سبزيجات به صورت خام آبگيري مي شوند، آنزيم هاي آن از بين نمي روند.
تصادفاً بسياري از مواد شيميايي گياهي كه توجه محققان را به خود جلب كرده است يا آنزيم هستند يا گاهاي اوقات موادي ميباشند كه به ساختن يا فعال كردن آنزيم ها كمك مي كنند.
بعلاوه، آب ميوه ها و سبزيجات منابع بسيار خوبي از مواد مغذي به حساب مي آيند. مركبات (گريپ فروت، پرتقال و از اين قبيل) ميزان بسيار زيادي ويتامين C در خود دارند. آب هويج حاوي مقدار زيادي ويتامين A به شكل بتا كاروتين است. تعداد زيادي از آب سبزيجات سبز سرشار از ويتامين E هستند. آبميوه ها منبع بسيار خوبي از مواد معدني لازم مثل آهن، مس، پتاسيم، سديم، يد، و منيزيم مي باشند.
علاوه بر اين، از آنجا كه فيبر غيرقابل هضم در آبميوه گرفته مي شود، اين مواد مغذي به ميزان بسيار بيشتري در قالب آبميوه براي بدن فراهم مي شود تا در قالب ميوه هاي طبيعي. براي مثال، به اين خاطر كه بسياري از موادمغذي حاوي فيبر هستند، وقتي شما يك هويج خام مي خوريد فقط مي توانيد 1% از بتا كاروتين موجود در آن را دريافت كنيد. اما وقتي هويج را به صورت آبميوه مصرف مي كنيد، يعني فيبر آن گرفته ميشود، تقريباً 100% از بتا كاروتين موجود در آن جذب بدن مي شود.
و كلام آخر اينكه ميوه ها و سبزيجات يك ماده ديگري هم در خود دارند كه براي حفظ سلامتي شديداً مورد نياز است—آب. بيش از 65% از سلولهاي بدن انسان از آب تشكيل شده است و در برخي بافت ها مثلاً مغز، 80% سلولها از اب تشكيل شده است. وجود آب براي حفظ سلامتي بدن الزامي است اما متاسفانه اكثر افراد به اندازه كافي آب نمي نوشند. علاوه بر اين

بيشتر مايعاتي كه وارد بدن ما مي شود از چاي و نوشابه تامين مي شود كه حاوي موادي است كه براي دفع آن نياز به چند برابر آب است. آب ميوه ها و سبزيجات عاري از اين مواد هستند و اب آنها آب خالص و سالم است.
پس باتوجه به فوايدي كه براي آب ميوه ها و سبزيجات در اين مقاله عنوان شد، مثل محافظت از بدن در برابر ابتلا به سرطان، بيماري هاي قلبي، ورم مفاصل، و بيماري هاي ديگر، چرا نبايد تغييري در رژيم غذاييتان ايجاد كرده و به مقدار بيشتري از آبميوه در روز استفاده كنيد؟

## خواص و فواید گوجه فرنگي براي سلامتي

خوردن گوجه فرنگي زياد كار بسيار خوبي است. اين ميوه كه بيشتر جزء سبزيجات به حساب مي آيد، خواص و فواید بسيار زيادي براي سلامتي دارد.
در اينجا به 10 دليل كه خوردن گوجه فرنگي را براي شما واجب مي كند، اشاره ميكنيم:
1. گوجه فرنگي حاوي هر چهار كارتينوئيد مي باشد: كارتينوئيد آلفا و بتا، لوتئين، و ليكوپن. هريك از اين كارتينوئيدها خواص خاص خود را دارند اما در كنار يكديگر نيز فوايدي را ايجاد مي كنند.
2. به طور خاص، گوجه فرنگي حاوي مقدار بسيار زيادي ليكوپن است كه گفته ميشود بالاترين فعاليت آنتي اكسيدانه را در بين كارتينوئيدها داراست.
3. گوجه فرنگي و بروكلي در كنار هم بسيار پرفايده هستند و احتمال ابتلا به سرطان پروستات را كاهش مي دهند. در يك تحقيق مشخص شد كه در موش هاي صحرائي كه به آنها گوجه فرنگي و كلم بروكلي داده شده بود، نسبت به موشهايي كه به آنها ليكوپن بعنوان يك مكمل غذايي داده شده بود يا گوجه فرنگي و كلم بروكلي جداگانه به آنها داده شده بود، تومرهاي پروستات بسيار كندتر رشد ميكند.
4. طبق تحقيقي كه در دانشگاه مونترآل انجام گرفت، مشخص شد رژيم هاي غذايي سرشار از گوجه فرنگي، به كاهش احتمال ابتلا به سرطان لوزالمعده نيز كمك مي كند. در اين تحقيق محققان دريافتند كه ليكوپن مي تواند تا 31% احتمال سرطان لوزالمعده را در ميان آقايان با بالاترين و پايين ترين مقدار مصرف از اين كارتينوئيد، كاهش دهد.
5. گوجه فرنگي حاوي 3 آنتي اكسيدان بسيار مهم است: بتا-كاروتيئن (كه فعاليت ويتامين A را در بدن دارد)، ويتامين E، و ويتامين C.
6. گوجه فرنگي سرشار از پتاسيم است، ماده معدني كه اكثر ما با كمبود آن مواجه هستيم. يك ليوان آب گوجه فرنگي حاوي 543 ميليگرم پتاسيم بوده و ½ فنجان سس گوجه فرنگي حاوي 454 ميليگرم از اين ماده است.
7. وقتي گوجه فرنگي همراه با ساير چربي هاي مفيد مثل آوكادو يا روغن زيتون، مصرف شود، جذب كارتينوئيدهاي گياشيميايي در گوجه فرنگي، 2 تا 15 مرتبه بيشتر ميشود.
8. گوجه فرنگي بخش مهمي از رژيم هاي غذايي مديترانه اي را تشكيل مي دهد. در بسياري از غذاهاي مديترانه اي از گوجه فرنگي يا سس آن استفاده مي شود. برخي تحقيقات نشان مي دهد كه افراديكه معمولاً از رژيم هاي مديترانه اي استفاده مي كنند، كمتر از سايرين به خاطر

مشكلات قلبي و سرطان جان مي سپارند.
9. وقتي خانم هاي شيرده از محصولات گوجه فرنگي استفاده كنند، غلظت ليكوپن شيرشان افزايش مي يابد. در اين مورد، بهتر است گوجه فرنگي پخته باشد. محققان همچنين دريافته اند كه خوردن محصولات گوجه فرنگي مثل سس گوجه بيشتر از خوردن گوجه فرنگي تازه، غلظت ليكوپن را در شير مادر افزايش مي دهد.
10. برش هاي گوجه فرنگي حاوي غلظت بسيار بالايي كارتينوئيد هستند. مقدار جذب كارتينوئيد توسط سلول هاي روده انسان در رب گوجه فرنگي كه حاوي پوست گوجه فرنگي باشد، بسيار بيشتر از نوع رب فاقد پوست گوجه فرنگي است. پس براي بالاتر بردن فوايد غذايي گوجه فرنگي، از پوست كندن آن خودداري كنيد.
دستورغذاهاي عالي با گوجه فرنگي
خوشبختانه در كشور ما گوجه فرنگي از محبوبيت زيادي برخوردار است و مردم ما آن را يكي از اوليوت هاي خود در خريد سبزيجات قرار مي دهند. در زير به دو دستور غذاي عالي كه در آن از گوجه فرنگي استفاده شده است، اشاره مي كنيم تا از همين امروز بيشتر از اين ماده غذايي مفيد استفاده كنيد:
سس پاستا سير و پياز
با يك بطري يا كنسرو از سس مارينارا (سس گوجه فرنگي) شروع مي كنيد و در آخر سس بسيار خوشمزه و دلپذيري براي پاستا خواهيدداشت.
2 قاشق چايخوري روغن زيتون
3/2 فنجان پياز شيرين
½ فنجان فلفل قرمز، زرد يا نارنجي خرد شده
2 قاشق چايخوري سير خرد شده
كمي فلفل سياه
¼ فنجان ريحان تازه خرد شده
2 فنجان سس مارينارا
¼ آب انگور قرمز
روغن زيتون را در يك ماهيتابه كوچك ريخته و روي شعله متوسط-زياد قرار دهيد. وقتي روغن خوب داغ شد، پياز و فلفل هاي خرد شده را به آن اضافه كنيد تا زمانيكه بپزند (4 دقيقه). شعه را تا حد ملايم پايين بياوريدو حال سير خرد شده و فلفل سياه را اضافه كنيد و اجازه بدهيد دقيقه اي بيشتر بپزد. ريحان تازه، سس مارينارا، و آب انگور قرمز را اضافه كنيد و اجازه بدهيد تا وقتي كه كه سس خوب درست شده و داغ شود، بجوشد. (يك يا دو دقيقه بيشتر). اين سس را مي توانيد با پاستا، مرغ و ماهي ميل كنيد.
(براي 4 نفر هركدام 4/3 فنجان تا يك فنجان)

هر سرو: 32 كالري، 3 گرم پروتئين، 17 گرم كربوهيدرات، 6 گرم چربي، 0.9 گرم چربي اشباع، 3.8 گرم چربي غيراشباع، 1.4 گرم چربي غيراشباع پلي، 0 ميليگرم كلسترول، 3 گرم فيبر، حدود 500 ميليگرم سذيم، كالري چربي ها: 41%

سالاد ساده گوجه فرنگي و سبزي ها

اين سالاد تقريباً ساده است چون براي سس آن از سس هاي آماده استفاده ميشود. خرد و آماده كردن سبزيجات آن هم خيلي سريع انجام مي گيرد.

1.25 كيلو (حدوداً 6 عدد متوسط) گوجه فرنگي تازه

½ فنجان پياز قرمز كه باريك خرد و حلقه حلقه شده باشد

2 عدد موسير، باريك خرد شده باشد

6 قاشق غذاخوري سس مايونز كم چرب يا هر سسي كه دوست داريد

3/1 فنجان سبزي هاي تازه ريز شده مثل ريحان، جعفري، و ترخون

گوجه فرنگي ها را برش هاي 2، 3 سانتي ببريد و آنها را در ظرفي گود بچينيد. پياز و سبزي هاي خرد شده را نيز روي آن بپاشيد. حال كمي سس روي آن بزنيد. وي ظرف را كشيده و به مدت 20 تا 30 دقيقه در يخچال قرار دهيد بعد استفاده كنيد.

خواص انار

انار با نام علمي(punica granatum) يك درختچه به طول 5-8 متر، با برگهاي براق، كشيده و باريك، گل هاي قرمز با قطر 3 سانتي متر و ميوه هايي شش گوش و كروي به قطر 7-12 سانتي متر با پوست قرمز و يا زرد، چرمي و دانه هاي فراوان ميباشد. انار بومي ايران و هند ميباشد و از 4000 سال قبل از ميلاد نيز مورد استفاده قرار ميگرفته است.مصرف انار از ايران به هند، واز آنجا به آفريقاي شمالي و چين و سپس به اروپا و امريكا گسترش يافت است. واژه انگليسي انار(pomergranate) از زبان يوناني به معني "سيب پرهسته" برگرفته شده است.

1-مرغوب ترين انار جهان در كاشان، ساوه و يزد ايران كشت ميگردد.

2-مصريان باستان همراه با انار دفن ميشدند. بابلي ها اعتقاد داشتند خوردن دانه هاي انار قبل از پيكار آنها را شكست ناپذير ميسازد.

3-در قرآن 3 مرتبه نام انار ذكر شده است. در اسطوره هاي يونان نيز از انار ياد گرديده است.

4-بزرگترين توليد كنندگان انار به ترتيب ايران، قزاقستان، اسپانيا و امريكا ميباشند.

5-طعم انار بسته به نوع و درجه رسيده بودن آن از شيرين وملس تا ترش متغير است.

6-انار بصورت ميوه تازه، آب انار، كنسانتره انار و رب انار عرضه ميگردد.

7-دانه هاي انار 52 درصد وزن كل ميوه انار را تشكيل ميدهند.

8-يك انار متوسط به مقدار 3/4 فنجان دانه انار و 1/2 فنجان آب انار توليد ميكند.

9-آب انار باعث لكه دار شدن لباس ميگردد. لك هاي ايجاد شده تنها با سفيد كننده قابل رفع ميباشند.

10-آب انار به عنوان يك رنگ طبيعي براي الياف غير سنتتيك بكار گرفته ميشود.

ارزش تغذيه اي يك انار متوسط به وزن 107 گرم:

كالري 80

چربي 0.5 گرم

آب 85 گرم

كلسترول 0

كربوهيدرات 15 گرم

پروتئين 1 گرم

سديم 4 ميلي گرم

پتاسيم 260 ميلي گرم
فيبر 1 گرم
ويتامين C 4 ميلي گرم
آهن 0.5 ميلي گرم
ويتامين هاي B 0.3 ميلي گرم
كلسيم 7 ميلي گرم
انتخاب و خريد انار:
1-هنگام خريد انارها را بلند كنيد و وزنشان را احساس كنيد. هرقدر ميوه انار سنگين تر باشد بهتر است.
2-پوست انار بايد نازك، سفت، براق و فاقد ترك خوردگي باشد.
نگهداري انار:
انار تازه در دماي اتاق (در محل تاريك و خنك) تا يك هفته قابل نگهداري است.انار قاچ خورده درون يخچال تا 2 هفته قابل نگهداري است.دانه هاي انار را ميتوان درون يك ظرف دردار تا 6 ماه درون فريزر نگهداري كرد.
نحوه دان كردن انار:
1-تاج انتهايي انار را جدا كنيد.
2-به آرامي پوست انار را چندين برش قطري بدهيد.
3-انار را درون يك كاسه آب به مدت 5 دقيقه بخيسانيد.
4-انار را زير آب نگه داشته و دانه ها را از پوست و پرده هاي سفيد رنگ جدا كنيد. دانه ها به ته ظرف رفته، و پوست و پرده ها روي آب شناور خواهند شد.
5-پوست و پرده ها را از روي سطح آب بر داريد.
6-دانه ها را درون صافي و يا آبكش ريخته و آب آنها را بگيريد. سپس با يك دستمال تميز آنها را خشك كنيد.
فوايد انار براي سلامتي:
1-انار غني از آنتي اكسيدانهاي قوي پلي فنوليك(POLYPHENOL)، تانن(PUNICALAGINS)،(TANNINS) و(ANTHOCYANINS) ميباشد.
2-الاژيك اسيد ELLAGIC ACID موجود در اناراز بروز سرطان جلوگيري كرده و رشد تومورهاي سرطاني را كند ميسازد.
3-انار براي سلامتي قلب و عروق، جلوگيري از تصلب شريانها و سكته ها، جلوگيري از پيري زودرس و آلزامير و پيشگيري از سرطانها بويژه سرطان پروستات مفيد است.
4-آب انار خاصيت ميكروب كشي و ضد عفوني كنندگي دارد.
5-يك انار معمولي 40 درصد نياز روزانه بدن به ويتامين C را تامين ميكند. همچنين انار منبع خوبي از اسيد فوليك، پتاسيم و آهن ميباشد.
6-كاهش فشار سيستوليك خون و كلسترول بد نيز از ديگر خواص انار

ميباشد.
7- آنتي اكسيدان هاي موجود در انار 3 برابر ميزان آنتي اكسيدانهاي موجود در چاي سبز و شراب قرمز است.
8-انار تشكيل پلاك عروق را تا 30 درصد كاهش ميدهد.انار ميزان نيتريك اكساىد بدن را نيز افزايش ميدهد.
9-انار خون ساز و تصفيه كننده خون است.
10-انارعطش را برطرف كرده و خنك كننده است.
11-انار براي درمان اسهال،آرتريت،زردي و بواسير مفيد است.
12-انار اشتها آور است.
13-انار در درمان كم خوني و افزايش انرژي بدن موثر و مفيد است.
14-انار تقويت كننده كبد و كليه ها ميباشد.
خواص ديگر انار:
1-دم كرده پوست انار گلودرد را تسكين ميدهد.
2-انار براي التهاب معده مفيد است.
3-انار قابض است بويژه پوست ريشه درخت و پوست ميوه آن.
4-جوشانده پوست ريشه درخت انار كرم معده را نابود ميسازد.
5-انار ادرار آور است.
6-براي درمان اسهال 30 گرم پوست انار را با 3 گرم دارچين در يك ليوان آب بجوشانيد و بصورت خنك ميل كنيد.
7-براي رفع گرفتگي صدا 30 گرم پوست انار را به همراه 2 گرم زاج سفيد جوشانده و غرغره كنيد.
8-براي رفع دل درد روي دانه هاي انار نمك و فلفل زده وآن را ميل كنيد.
9-براي رفع تب يك ليوان آب انار را به همراه اندكي زعفران ميل كنيد.
10-پوست انار را در زير نور آفتاب خشك كرده و تبديل به پودر كنيد. سپس آن را با اندكي فلفل سياه و نمك مخلوط كرده و همراه با خمير دندان، دندانها را مسواك بزنيد. اين مخلوط باعث سفيد و درخشان شدن دندانها شده و براي سلامتي لثه ها نيز مفيد است.
11-جوشانده پوست انار براي گلودرد و التهاب گلو مفيد بوده و همچنين خاصيت ضد كرم نيز دارد.
12-دانه انار براي حل كردن سنگ كليه و مثانه مفيد است.

برنج از منظر روايات

خلاصه : پيامبر خدا (ص): برنج در ميان خوراكي ها ،به سان مهتر (رئيس ) در ميان قوم است .
پيامبر خدا (ص): برنج در ميان خوراكي ها ،به سان مهتر (رئيس ) در ميان قوم است .
پيامبر خدا (ص) : مهتر همه خوراكي هاي ساكنان اين سراي و آن سراي ،گوشت و سپس برنج است .
خواص برنج
پيامبر خدا (ص) : برنج ، نيكو دارويي است : سرد است و سالم و بركنار از هر بيماري .
امام صادق (ع) : " برنج ،نيكو غذايي است . ما آنرا براي بيماري خود نگه مي داريم .
امام صادق (ع) : از جانب شما ، چيزي دوست داشتني تر از برنج و بنفشه براي ما نمي آيد . من يكبار از دردي سخت در رنج بودم و دراين هنگام به من الهام شد كه برنج بخورم . گفتم كه آن را فراهم آورند .....، پس خداوند با /ان دردم رااز ميان برد .

## خواص ميوه موز( نام علمي Musa sapientum)

موز گياهي است علفي كه مانند درختچه است . برگهاي آن بسيار بزرگ و پهن و گاهي تا ? متر مي رسد . گلهيا آن مجتمع و بصورت سنبله است ميوه آن ابتدا سبز و بعد از رسيدن برنگ زرد در مي آيد .
موز از چهار هزار سال قبل در هندوستان كشت مي شده است . پرتغاليها موز را در سواحل گينه پيدا كردند و به جزائر قناري بردند و سپس بوسيله ميسيونر مذهبي اسپانيولي به نواحي حاره آمريكا برده شد و اكنون موز در تمام مناطق گرمسير دنيا كشت مي شود .
موز را هنگاميكه هنوز سبز است از درخت مي چينند و به مناطق مختلف مي فرستند و در آنجا بوسيله گرما دادن آنرا مي رسانند .
موز انواع مختلف درد يك نوع آن بسيار درشت و نوعي از آن هم خيلي ريز است كه مزه شيريني درد .
در كشورهاي استوايي معمولا موز را مي پزند و همراه با برنج و لوبيا مي خورند در كشورهاي آمريكاي لاتين موز را ورقه ورقه كرده و در آفتاب خشك مي كنند
هنگاميكه موز انتخاب مي كنيد بايد پوست آن زرد و سفت و روي آن لكه هاي سياه وجود داشته باشد و اين نشانه موز رسيده است . موز نارس بدليل داشتن نشاسته زياد هضمش سنگين است .
تركيبات شيميايي:
قندي كه در موز وجود دارد بسرعت قابل جذب است
در صد گرم موز مواد زير موجود است
انرژي ??? كالري
آب ?? گرم
پروتئين ?/? گرم
چربي ?/? گرم
قند ?/? گرم
كلسيم ? ميلي گرم
فسفر ?? ميلي گرم
آهن ?/? ميلي گرم
سديم ? ميلي گرم
پتاسيم ??? ميلي گرم
ويتامين آ ??? واحد
ويتامين ب? ?/?? ميلي گرم
ويتامين ب ? ?/?? ميلي گرم

ويتامين ب ? ?/?? ميلي گرم
ويتامين ث ?? ميلي گرم
در موز چند ماده شيميايي بسيار مهم مانند سروتونين ، نوروپي تفرين ، دوپامين و كاته چولامين وجود دارد .
خواص داروئي:
موز از نظر طب قديم ايران معتدل و تر است و خون را غليظ مي كند .
موز انرژي زيادي درد و چون نرم هست غذاي خوبي براي كودكان و اشخاص مسن مي باشد
?)بدليل داشتن پتاسيم زياد ضد سرطان بوده و غذاي خوبي براي ماهيچه ها مي باشد
?)موز ملين بوده و همچنين درمان اسهال و اسهال خوني است
?)موز خونساز است بنابراين اشخاص لاغر و كم خون حتما بايد موز بخورند
?)موز تقويت كننده معده و نيروي جنسي است
?)موز درمان زخم معده و روده مي باشد
?)گرد موز همچنين داروي خوبي براي پائين آوردن كلسترول است
?)شيره گلهاي موز درمان كننده اسهال خوني است
?)ضماد برگ درخت موز براي درمان و سوختگي مفيد است
??)ريشه موز دفع كننده كرم معده است
??)موز نفاخ است و زيادخوردن آن خصوصا در سرد مزاجان توليد گاز معده مي كند براي رفع اين عارضه بايد پس از موز كمي نمك خورد
??)موز تاثير خوبي در تامين رشد و تعادل سيستم اعصاب درد.
??)براي درمان ضعف بدن موز را با عسل بخوريد
??)موز بعلت درا بودن قند زياد براي مبتلايان به مرض قند مضر است و نبايد در خوردن آن افراط كنند.

خواص زيتون از منظر اسلام

خلاصه : پيامبر خدا (ص):" چه نيكو مسواكي است زيتون ،از درختي خجسته ! دهان را خوش بو مي كند ،جرم دندان را مي برد ومسواك من و پيامبران پيشين است .
پيامبر خدا (ص):" چه نيكو مسواكي است زيتون ،از درختي خجسته ! دهان را خوش بو مي كند ،جرم دندان را مي برد ومسواك من و پيامبران پيشين است .
امام صادق(ع):"زيتون بادها رااز بدن دور مي كند ."
امام كاظم (ع):"يكي از چيزهايي كه آدم به فرزند خود آموخت اين بود كه "زيتون بخور چراكه درختي خجسته است ."
خواص روغن زيتون
پيامبر خدا( ص): " روغن زيتون بخوريد و خود را با روغن زيتون چرب كنيد ؛چرا كه آن از درختي خجسته است ."
پيامبر خدا (ص):"روغن زيتون بخوريد چرا كه خجسته است .از آن خورش بسازيد و از روغن آن برخويش بماليد چرا كه از درختي خجسته بيرون مي ايد . "
پيامبر خدا(ص):" روغن زيتون بخوريد و خود را با آن چرب كنيد زيرا در آن درمان هفتاد درد است كه جزام از جمله آنهاست ."
پيامبر خدا (ص):" روغن زيتون ،روغن پاكان و خورش نيكان است .در آن ،بدان گاه كه روي مي كند و نيز بدان گاه كه پشت مي كند بركت نهاده شده است و دوبار پاكي غوطه ور شده است . "
امام علي (ع):" با روغن زيتون بدن را چرب كنيد و با آن خورش بسازيد چرا كه روغن نيكان و خورش برگزيدگان است دوبار پاكي در آن سوده شده و درآن بدان هنگام كه پشت كندوبدان هنگام كه روي مي كند بركت نهاده شده است و با وجود آن هيچ بيماري اي زيان نمي زاند . "
امام صادق (ع):" خوردن سويق با روغن زيتون گوشت مي روياند ،استخوان را استحكام مي بخشد ،پوست را نازك مي كند و برتوان جنسي مي افزايد . "
امام صادق (ع):" اگر از بدن كسي از شما جوش يا آماسه اي بيرون زد ،آن را ببندد وبا روغن زيتون يا روغن حيواني درمان كند . "

## خواص توت فرنگي (Strawberry)

گياهي است با نام علمي Fragaria Vesca از خانواده گل سرخ كه دو نوع ساقه راست و خوابيده دارد گل‌هاي آن منظم و به رنگ سفيد مي‌باشد قسمت مورد استفاده خوراكي توت فرنگي در حقيقت نهنج گل آن است كه به تدريج بزرگ شده و به اصطلاح به عنوان ميوه توت فرنگي معروف است

توت فرنگي به حالت خودرو در بعضي نواحي شمالي ايران وجود دارد و بعضي اوقات به دليل خوش طعمي ميوه آن را به طور مصنوعي پرورش مي‌دهند از ديرباز همه قسمت‌هاي اين گياه مصرف دارويي داشته است و از برگ و ريشه آن كه حاوي مقدار قابل ملاحظه‌اي تانن است به عنوان ضد اسهال و ادرارآور استفاده مي‌شده است توت فرنگي، ميوه اي شبيه توت است ولي كمي درشت تر، رنگش قرمز و طعم آن ترش و مطبوع است. بوته اش كوتاه و داراي برگهايي درشت و ساقه هايي باريك و خزنده است كه روي زمين مي خوابد و ريشه مي دواند.

قسمت هايي كه از بوته توت فرنگي مورد استفاده قرار مي گيرند، عبارتند از: ميوه ، برگ و ريشه .از ديرباز همه قسمت هاي اين گياه مصرف دارويي داشته است و از برگ و ريشه آن كه حاوي مقدار قابل ملاحظه اي تانن است به عنوان ضد اسهال وادرارآور استفاده مي شده است.توت فرنگي به صورت هاي گوناگون مورد استفاده قرار مي گيرد: خام، جوشانده، مربا، شربت و بستني.

خواص تغذيه اي توت فرنگي و اثر آن در سلامتي انسان :

توت فرنگي منبع خوبي از فيبر، ويتامين C، فولات، پتاسيم و آنتي اكسيدان ها مي باشد كه اين مواد مغذي باعث مي شوند توت فرنگي بعنوان يك جايگزين شيرين، باعث افزايش سلامت قلب، كاهش خطر ابتلا به انواع سرطان و در كل ارتقاء سلامتي بدن شود. همچنين داراي املاح كلسيم، آهن و فسفر مي باشد. از مواد موثر مهم آن مي توان تانن، موسيلاژ، قندهاي مختلف، ساليسيلات ها و به خصوص اسيدهاي ميوه را نام برد.توت فرنگي سرشار از ويتامين و فاقد چربي اشباع است و كالري كمي دارد.يك واحد توت فرنگي معادل ? عدد است كه ?? كالري انرژي دارد. توت فرنگي مانند ساير توت ها مثل شاه توت، توت سفيد، تمشك و... پاك كننده روده و مثانه است.

تحقيقات اخير نشان داده است، دريافت روزانه يك واحد توت فرنگي باعث افزايش قابل توجهي در مقدار فولات خون شده و نيز فشار خون بالا را كاهش مي دهد . فولات، مقدار هموسيستئين خون را كاهش مي دهد.

هموسيستئين اسيد آمينه اي است كه در مقادير زياد باعث مسدود شدن رگهاي خوني مي شود.همچنين توت فرنگي داراي مقادير بالايي از آنتي اكسيدان ها مثل الاژيك اسيد و آنتوسيانين(رنگدانه قرمز) است كه در پيشگيري از بيماري هاي قلبي موثرند.اين مطالعات اهميت مصرف توت فرنگي را در برنامه غذايي بعنوان عامل بهبود عملكرد سيستم قلبي-عروقي نشان مي دهد. همچنين مطالعات قبلي نشان داده بود كه باعث بهبود عملكرد حافظه و كنترل آرتريت روماتوئيد( التهاب مفاصل) مي شود. از ديگر خواص توت فرنگي مي توان به موارد زير اشاره كرد :- مصرف اين ميوه علاوه بر وجود انواع ويتامين، املاح و آب كه هر كدام اثرات خود را بر بدن اعمال مي كنند داراي خاصيت تقويت كننده، ملين و خنك كننده نيز مي باشد.- توت فرنگي از تصلب شرائين جلوگيري مي نمايد.- توت فرنگي اشتها آور است و ادرار را زياد مي كند.- دم كرده برگ توت فرنگي در زياد كردن ادرار و شير بانوان مفيد است.- دم كرده برگ توت فرنگي يا ميوه توت فرنگي مي تواند نقرس و سنگ هاي مثانه را معالجه كند. - املاح معدني موجود در توت فرنگي خاصيت مسهلي به آن بخشيده است، زيرا اين املاح عضلات روده را به انبساط و انقباض وادار مي كند و به همين جهت توت فرنگي براي درمان يبوست مؤثر است. - اگر توت فرنگي را له كنيد و در آب بريزيد، نوشابه اي به دست مي آيد كه براي درمان تب هايي كه با بيماريهاي التهابي همراه مي باشد، بسيار مفيد است. - توت فرنگي به علت داشتن آهن و ويتامين C در خونسازي بدن مؤثر است. - توت فرنگي به علت دارابودن مقادير كافي كلسيم و فسفر، در رشد و نمو كودكان و نوجوانان ، استحكام دندان ها و ترميم شكستگي استخوان ها بسيار مؤثر است. - توت فرنگي حاوي موادي چون فسفر، كلسيم، منيزم، پتاسيم و مقداري آهن و هيدرات ? كربن بوده و در بدن توليد انرژي كرده و خستگي را برطرف مي‌كند.- توت فرنگي به دليل داشتن ويتامين C، در درمان بيماري لثه مؤثر بوده و به هضم غذا كمك زيادي مي‌كند.- دانشجويان و افرادي كه تمرينات فكري مي‌كنند، بهتر است حتما توت فرنگي ميل كنند چرا كه خوردن اين ميوه باعث تامين فسفر مورد نياز مغزشان ميشود.- همچنين، توت فرنگي به علت داشتن ويتامين B در كاهش و رفع ترس، عصبانيت، خمودي، اضطراب، هيجان و سستي مؤثرست.- توت فرنگي نقش مهمي در خونسازي بدن دارد و از خاصيت ضدعفوني كننده‌اي برخوردارست. علاوه بر اينها خوردن توت فرنگي باعث پاك شدن خون از مواد مضر و زايد مثل اوره، اسيداوريك و چربي مي‌شود و نيز درمان كننده نقرس است.- ويتامين A موجود در توت باعث رشد ناخن‌ها و تقويت چشم مي‌شودمصرف روزانه ? واحد ميوه و سبزي، احتمال ابتلاء به سرطان را كاهش مي دهد.مطالعات جديد نشان مي دهد

مصرف روزانه ? يا ?? واحد ميوه و سبزي به همراه ? واحد لبنيات كم چرب، در كاهش فشار خون بالا بسيار مؤثر است.

# درمان بي خوابي با گياهان دارويي

گياهان دارويي
بي خوابي :
مدت خواب بستگي به سن وشرايط كاري فرد عموما بين شش تاهشت ساعت تغيير مي كند .
بي خوابي علت هاي گوناگوني دارد كه مي توان به موارد زير اشاره كرد:
1- نگراني واضطراب
2- نوشيدن چاي وقهوه زياد
3- كشيدن سيگار
4- ناراحتي هاي اعصاب و...
- درمان بي خوابي
براي درمان بي خوابي دستورهاي گوناگوني وجود داردكه ما دراينجا به برخي ازآنها اشاره مي كنيم تا شايد آن دسته ازخوانندگان ، كه تا به امروز خواب راحتي نداشته اند . بتوانند پس ازانجام دادن اين دستورها ساعاتي را بدون اضطراب استراحت كنند .
- دستوراول :
براي رفع بي خوابي با غذا گشنيز بپزيد ومیل كنيد .گشنيز در درمان بي خوابي بسيارموثر است.
- دستوردوم:
كدوتنبل سرشار ازويتامين A است وشيره تخم كدو همراه با شير مسكن است و براي رفع بي خوابي بسيار موثر است.
- دستور سوم :
كاهو سرشار از ويتامين A، B،C مي باشد ومواد معدني مانند آهن ، كلسيم ،فسفر ، منيزيم ،منگنز، يد، روي ومس را داراست. زود هضم است وروده ها راتقويت مي كند ودر رفع بي خوابي موثر است.
- دستورچهارم :
دم كرده گل بيدمشك را روزي دو،سه فنجان ميل كنيد . اعصاب را آرام وخواب رازياد مي كند.
- دستورپنجم :
دم كرده خرفه به مقدار 25 گرم در يك ليترآب براي رفع بي خوابي و راحتي اعصاب موثراست.

جنگ عليه سرطان با سبزيجات

مترجم: راحله زند وكيلي
كلم بروكلي، كلم، جينگو بيلوبا(درختي كوچك با برگ هاي بادبزني) و سير مي توانند از بروز انواع سرطان ها جلوگيري كنند يا جلوي پيشرفت تومورها را بگيرند. تحقيقات متعددي كه بر تأثير غذا و فعل و انفعالات درون سلول ها و DNA انجام شده، نشان مي دهد كه رژيم مناسب غذايي مي تواند تا حد زيادي از بروز يا پيشرفت بيماري ها جلوگيري كند.
مطالبي كه در زير مي خوانيد برگرفته از تحقيقاتي است كه در سازمان تحقيقات سرطان آمريكا در بالتيمور انجام شده است:
در مرحله اول، دكتر آكينوري ياناكا و همكارانش از دانشگاه تسوكوباي ژاپن دريافتند كه در 20 نفر كه رژيم غني از كلم بروكلي داشتند، ميزان عفونت هليكوباكتر پيلوري كه باعث بروز ورم ديواره معده، زخم و سرطان معده مي شود، به شدت كاهش يافته است.
دكتر ياناكا مي گويد: با وجود اينكه هنوز نتوانسته ايم هليكو باكتر پيلوري را به طور كامل از بين ببريم، ولي كنترل و كاهش ميزان آن كه باعث كندي يا توقف رشد بيماري هاي معده به خصوص سرطان ديواره معده مي شود، آن هم با وسيله اي ساده مثل خوردن كلم بروكلي امكان پذير است. اين براي بيماران خبر بسيار مسرت بخشي است و جاي اميدواري دارد.
سولفورافان ها و آنتي اكسيدان ها
سولفورافان يكي از مواد شيميايي موجود در كلم بروكلي است كه خاصيت بسيار قوي و مؤثر ضد سرطاني دارد. اين ماده قدرت دفاعي سلول ها در برابر عوامل سرطان زا را بالا مي برد.
آنتي اكسيدان ها غيرفعال كننده مولكول هاي سمي از بين برنده DNA و كشنده سلول ها و در نتيجه مؤثر در پيشگيري از سرطان هستند.
در تحقيق ديگري كه بر روي كلم بروكلي صورت گرفت مشخص شد، وقتي مقداري از كلم بروكلي روي پوست موش آزمايشگاهي ماليده شد، تأثير خنثي كننده اشعه ماوراء بنفش(UV) كه عامل اصلي سرطان پوست است از خود نشان داد. يكي از محققين فعال در اين تحقيق به نام آلباناتي دينكئوواكستوا مي گويد: به محض اينكه تابشUV ، بر موش را قطع نموديم، شروع به گذاشتن تكه هاي بروكلي بر پوستش كرديم و متوجه شديم كه50 درصد از ميزان تهديد و حالت تهاجمي تومورهاي موش در مقايسه با موش هايي كه در همان شرايط مورد تابش UV قرار گرفتند و ماسك بروكلي را دريافت نكردند، كاسته شد. اين مي تواند راه حل مناسبي براي كاهش پيشرفت سرطان پوست يا جلوگيري از بروز آن

باشد. اين تيم در حال بررسي ميزان تأثير بروكلي بر سرطان پوست انسان هستند و بسيار اميدوارند كه در مورد سرطان پوست انسان نيز مانند سرطان معده به جواب هاي رضايت بخشي برسند.
در مرحله سوم مطالعات، محققان دريافتند كه كلم و ترشي آن مي تواند عامل مؤثر در جلوگيري از بروز سرطان سينه در زنان باشد. بر اساس اطلاعات جمع آوري شده توسط سازمان سلامت زنان آمريكا، خوردن كلم مي تواند تا حد زيادي خطر ابتلا به سرطان سينه را در زنان كاهش دهد. همچنين تحقيقات نشان مي دهد كه زناني كه در اوايل سنين بلوغ، كلم را به وعده هاي غذايي خود افزودند و روزانه ميزان قابل توجهي از آن را دريافت كرده و اين روند را تا بزرگسالي نيز ادامه دادند، بدن بسيار مقاوم تري در برابر سرطان سينه دارند. البته كلم پخته يا نيم پز بسيار مفيد تر از كلم خام يا كلم ترشي است.
اين تحقيقات نشان داد كه گلوكوسينولات هاي موجود در كلم با مقاوم سازي سلول و جلوگيري از بين رفتن DNA و تغيير شكل سلول ها، باعث كاهش ماده مولد سرطان مي شود و در مراحل اوليه، پيشرفت سلول هاي سرطاني را به خوبي كنترل مي سازد و در مراحل بعدي با ساكن كردن فرآيند پيشرفت سلول هاي مهاجم سرطاني و از بين بردن اين سلول ها، از پيشرفت سرطان و وخيم شدن آن جلوگيري كرده و همچنين از تغيير شكل يافتن سلول هاي سالم نيز پيشگيري مي كند.
در بخش ديگري از تحقيق تأثير گياه جينگو بيلوبا بر جلوگيري از بروز و پيشرفت سرطان تخمدان در خانم ها آزمايش شد.
طي تحقيقات به عمل آمده در بيمارستان زنان بوستون، مشخص شد كه زناني كه از گياه جينگو بيلوبا استفاده مي كردند، به سرطان تخمدان دچار نشده بودند و بدين ترتيب تحقيق روي زنان مبتلا به سرطان نيز شروع شد.
دكتر "بين يه" يكي از محققان اين طرح مي گويد: مطالعات جمعيتي انجام داديم تا از تأثير گياهان و سبزيجات بر سرطان آگاه شويم و در نهايت متوجه شديم كه تنها 6/1 درصد از زناني كه از گياه جينگو مصرف مي كردند، به سرطان تخمدان مبتلا شده بودند. در اين تحقيقات پي برديم كه اين گياه تأثير بسيار قوي در جلوگيري از سرطان دارد و تا 80 درصد از پيشرفت سلول هاي سرطاني جلوگيري مي كند و سلول هاي مهاجم را از بين مي برد. با تلفيق اطلاعات و آمار تحقيقات جمعيتي و آزمايشگاهي، نقش بازدارنده و از بين برنده اين گياه بر سلول هاي سرطاني ثابت گرديد.
در مرحله نهايي اين تحقيق، محققان دريافتند كه، گوشت و تخم مرغ پخته شده با حرارت زياد، ماده شيميايي به نام PHIP توليد مي كند كه باعث

سرطان مي شود و با همراه كردن سير با اين مواد غذايي مي توان اين ماده را خنثي كرد.
تحقيقات نشان داده است كه زناني كه بيشتر گوشت مي خورند، بيشتر به سرطان سينه دچار مي شوند و عواملي مانند بالا بودن چربي خون و دريافت زياد چربي در وعده هاي غذايي و نامتعادل بودن هورمون ها ابتلا به اين سرطان را افزايش مي دهند.
در اين تحقيقات ثابت شد كه مواد موجود در سير باعث خنثي شدن PHIP مي گردد. PHIP با از بين بردن DNA و ايجاد تغييراتي در بدن باعث بروز سرطان مي شود. اين ماده با ترشح آنزيمي باعث تشديد يا بروز سرطان مي شود و اين خطر در افراد بالاي 40 سال بيشتر است.
گوشتي كه زياد سرخ يا پخته مي شود، اين ماده را ترشح مي كند و با خوردن آن خطر ابتلا به سرطان بسيار افزايش مي يابد. DAS موجود در سير عامل پيشگيري از بروز و پيشرفت تومورهاست و با اضافه كردن آن به گوشت مي توان اين خطر را خنثي كرد.
"پل برنان" سر محقق مركز تحقيقات سرطان ليون فرانسه مي گويد: ما به روشني آثار ضد سرطاني گياهان چليپايي را كشف كرديم. تمامي اين تحقيقات مؤيد آثار ضد سرطاني سبزيجات هستند. براي مثال با دريافت روزانه انواع كلم مي توان تا حد بسيار زيادي از بروز و پيشرفت سرطان ريه جلوگيري كرد. بدين ترتيب مي بايست برنامه غذايي روزانه خود را طوري تغيير دهيم و تنظيم كنيم كه ميزان قابل توجهي ميوه و به ويژه سبزيجات دريافت كنيم تا از ابتلا به سرطان به همين سادگي جلوگيري كنيم.

## شلغم (TURNIP)

گياهي از خانواده شب بو برگ هاي ان دارايي بريدگي و محوري كه گل ها بر ان ظاهر مي شوند و بافاصله از برگ ها قرار مي گيرند ريشه ان متورم و حاوي مواد اندوخته اي است كه به مصرف مي رسد. شلغم گياهي است زراعي كه در غالب مزارع پرورش داده ميشود.
شلغم داراي قند طبيعي و منيزيم زياد مي باشد و از همين جهت اسكلت را محكم مي كند و فسفر ان مغزو اعصاب را تقويت مي كند.خوراك مغز است و تسكين ميدهد و تقويت مي نمايد .شلغم باعث درمان تشنج و گواتر ميشود اما شلغم براي كساني كه معده ضعيف دارند به علت دير هضم شدن ان ممكن است كه باعث شود نفخ كنندچون داراي مقداري سلولز است و كمي سنگين است .لذا براي اين اشخاص بهتر است اولا از شلغم هاي كوچكتر و لطيف تر استفاده كنند دوما براي خنثي كردن زيان هاي احتمالي همراه ان از زيره و فلفل و شيريني استفاده كنيد مفيد خواهد بود.

شلغم ، سبزي ضد سرطان

شلغم نه تنها از نظر داشتن ويتامين و خواص معدني اش ارزنده است ، بلكه از نظر ساير ويژگي هاي غير غذايي هم سرآمد بوده و در زمره ي سبزي هاي مهم شمرده مي شود .
علاوه بر پياز ، سبزي هاي ليفي ( گياهان سبز ) نيز ، عوامل عمده ي پيشگيري از سرطان به شمار مي آيند ، زيرا آنها همانند كلم پيچ و ساير گياهان چليپايي ( يك گروه از گياهان )، از موادي برخوردارند كه رشد سرطان را در جانوران متوقف مي سازند . همچنين شلغم روغني ( منداب ) كه شلغمي بزرگ و زردرنگ است ، داراي مواد ضد سرطاني است .
يكي از اين مواد ضد سرطان كه در شلغم وجود دارد، « گلوكوسينوليت ها » نام دارند.
سبزي هاي شلغمي از قبيل كلم برگي و اسفناج ، جزء اين گياهان سبز و پر برگ اند و مشاهده شده ، در بين جمعيتي كه اين سبزي ها جزء بيشترين مواد غذايي مورد مصرفشان است ، ميزان ابتلاي آنان به انواع سرطان ها به ويژه سرطان ريه كم بوده است .
مطالعات جهاني پيوسته حكايت از اين داشته اند كه گياهان سبز ، تند و پربرگ شايد تنها عوامل جلوگيري كننده از بعضي سرطان ها باشند . در ضمن چنين سبزي هايي از كاروتنوئيدها كه شامل بتاكاروتن و كلروفيل است ، سرشار هستند . هر دوي اين مواد ، خاصيت ضد سرطاني دارند .
نكات مفيد
مقداري از شلغم معمولي و شلغم روغني ( منداب ) را به صورت خام بخوريد . چرا كه پختن ، سبب از بين رفتن « گلوكوسينوليت » در آنها مي شود .
طرز تشخيص شلغم روغني از شلغم سفيد اين است كه شلغم سفيد داراي ريشه سفيد بوده و طوقه ي صورتي به دور گره اش ديده مي شود . شلغم روغني از ريشه زرد مايل به صورتي برخودار بوده و بزرگ تر و سفيد تر از شلغم سفيد است .
شلغم يكي از بقولات بسيار مقوي و مغذي است كه به سبب دارا بودن ده درصد مواد قندي و سرشار بودن از املاح مفيدي مانند كلسيم و منيزيم جزء مواد غذايي بسيار با ارزش به حساب مي آيد . شلغم يكي از پاك كننده ها و سازنده هاي خون بوده و چنان كه گفته شد ،املاح كلسيم و منيزيم موجود در آن موجب جلوگيري از ابتلا به بيماري هاي خطرناكي مانند سرطان مي شود .
هم چنين شوره موجود درآن باعث تصفيه خون و دفاع از بدن در برابر

بيماريهاي عفوني مي شود . پتاسيم موجود در شلغم، چربي را خنثي مي كند و ارسنيك آن در در تشكيل گلبول هاي سفيد و قرمز خون دخالت مستقيم دارد. از طرفي فسفر موجود در شلغم موجب تقويت ياخته هاي عصبي مي شود. نه تنها در برگ شلغم مقدار زيادي كلسيم وجود دارد بلكه علاوه بر آن ، اين گياه حاوي مقدار زيادي آهن و مس نيز هست كه سبب ازدياد خون به ويژه هموگلوبين مي شود. به هر اندازه رنگ برگ شلغم تيره تر باشد ، يد بيشتري در آن هست. همچنين وجود ويتامين هاي A , B , C ، در برگ و ريشه آن به خوبي نشانگر نقش موثر و مهم آن در حفظ تعادل عصبي و به خصوص در تعادل تغذيه ي آن است . دكتر " برتوله " ثابت كرده است كه عصاره شلغم دفع سنگ هاي كليوي را به علت خاصيت حل كنندگي كه بر روي اسيد اوريك دارد ، تسهيل مي كند .
شلغم اثر مفيد و موثري در درمان بيماري هاي تنفسي دارد. براي اين منظور از سوپ يا آش آن استفاده مي شود . همين طور مي توان عصاره آن را به دست آورد . براي اين كار شلغم را با شكر سرخ به وزن مساوي در كمي آب مي ريزند و به ملايمت حرارت مي دهند . طريقه ي ديگر آن است كه وسط شلغم بزرگي را خالي كرده و شكر سرخ درون آن مي ريزند و پر مي كنند و مي پزند . شكل سوم نيز آن است كه شلغم را به شكل حلقه هاي گرد بريده و پياز را نيز به همين شكل در مي آورند . سپس طبقات شلغم و پياز را در ظرف گردي بر روي حرارت مي گذارند و هنگامي كه گرم مي شود به تدريج شربت آن جدا مي شود . اين شربت براي درمان سرما خوردگي و گلو درد بسيار نافع است و از آن مي توان به عنوان قرقره نيز استفاده كرد كه در موارد گلو درد به كار برده مي شود .
در موارد دمل، كورك و هر نوع كانون التهابي و تورمي يا چركي از ضماد پخته شده استفاده شده و بر روي موضع مي گذارند .
ترب سياه هم كليه خواص شلغم را دارا بوده و حتي در بعضي مواقع غني تر هم هست . بهتر آن است كه ترب سيا ه و شلغم خام را رنده كرده و به شكل خام ميل كنند تا از خواص آن به طور كامل بهره گيرند . مي توان از اين دو همراه سبزي هاي ديگر نيز به صورت سالاد استفاده كرد .
سایر فواید شلغم
اين سبزي از انواع سبزي هاي نادري است كه داراي ارسنيك و روبيديم است. اين دو عنصر با كمك گوگرد در جلوگيري از مرض جذام نقش مهمي دارند.
فواید دیگر شلغم به قرار زیر است :
1- شلغم برطرف كننده سرفه است.
2- شلغم نرم كننده سينه، معده و روده است.
3- شلغم اشتها را تحريك مي كند .

4- شلغم سنگ هاي مثانه ، كليه و كبد را خرد، و ادرار را زياد مي كند.
5- شلغم به علت داشتن ويتامين هاي A , B , C ، بر نور چشم و قدرت بينايي مي افزايد.
6- ريشه شلغم اثر نرم كنندگي دارد و در رفع سياه سرفه و آسم به صورت جوشانده هاي غليظ و مخلوط با عسل ، مورد استفاده قرار مي گيرد.
7- جوشانده ي غليظ شلغم به شكلم مرهم ، در تسكين دردهاي مفصلي ، نقرس ، آبسه ها ، سرمازدگي و غيره به كار مي رود.
8- شلغم داراي يك ماده ضد عفوني قوي است و به همين جهت در درمان سرماخوردگي و بيماري هاي عفوني تاثير بسيار زيادي دارد.
9- شلغم حاوي فسفر ، كلسيم ، آهن و ويتامين هاي B , Cاست و سبب افزايش نيروي جنسي و تقويت عمومي بدن مي شود.
10 - شلغم براي رشد و استحكام استخوان بندي بسيار مفيد است.
11- اگر ريشه هاي نازك و باريك روي شلغم ، خشك و ساييده شده و سپس با عسل مخلوط شود ، براي سختي ادرار مفيد خواهد بود و بسياري از امراض مجاري ادرار را درمان مي كند.
12- آب شلغم پخته را مي توان در انواع گلودردها و به خصوص عوارض سرماخوردگي قرقره كرد.
13- چنانچه شلغم را در ظروف سربسته يا درون خمير بپزيد ، چون آب و اسانس هاي آن خارج نمي شود ، باعث زياد شدن اشتها مي شود.
14- آب شلغم به سبب داشتن انسولين گياهي و ويتامين هاي مفيد براي درمان مرض قند و سنگ مثانه مفيد است.
15 – شلغم براي جلوگيري از ناراحتي هاي پوستي به ويژه جوش صورت ( غرور ) بسيار سود بخش است.
16- شلغم به علت داشتن ويتامين Cاز رقيق شدن خون جلوگيري كرده و به علت وجود همين ويتامين ، مانع از خونريزي مي شود و خستگي را برطرف مي كند.
17- ريشه هاي نازك شلغم ورم طحال و سوزش ادرار را برطرف مي كند، بدين منظور بايد ريشه هاي باريك شلغم را تميز شسته و پس از خشك كردن بسائيد و همراه با كمي عسل ميل كنيد.
18- ترشي شلغم، مقوي احشاء ، اشتها آور و بي نفخ است.
19- شلغم به سبب داشتن ويتامين A براي تسكين خارش و دردهاي مفصلي ، سرما خوردگي ، نقرس و معالجه ترَك به صورت استعمال خارجي مفيد است . براي اين منظور بايد شلغم را در مقدار كمي آب پخته و به صورت مرهم درمحل مورد نظرقرار دهيد.
20- در بيماري نقرس و درد مفاصل ، يك عدد شلغم را پخته و آن را ريز

ريز كنيد و به شكل فرني درآوريد، سپس مانند مرهمي روي مفاصلي كه درد مي كند ، بگذاريد.
21- تخم شلغم از نظر تمام خواص و اعمال ، از شلغم مفيدترو قوي تر است. شيوه و مقدار مصرف آن نيز به اين گونه است كه در هر دقيقه حدود 25/6 گرم آن را همراه با عسل يا شربت، براي معالجه امراض ياد شده مي خورند.
22- مصرف شلغم در درمان كم خوني ، تجويز شده است ، زيرا در افزايش گلبول هاي قرمز خون ، بسيار موثر است.
23- براي معالجه سرما خوردگي ، ورم لوزه ها و آنژين شديد و گلو درد مي توان از شربت شلغم استفاده كرد.
24- شربت شلغم براي معالجه سياه سرفه ي بچه ها مفيد است و مصرف اين شربت هيچ ضرري براي بچه ها ندارد.
شربت شلغم
روش تهيه ي شربت شلغم به اين ترتيب است كه : ابتدا وسط يك شلغم را خالي مي كنند و در آن كمي شكر مي ريزند . پس از مدتي آب در آن جمع مي شود . آب را با قاشق برداشته و مصرف مي كنند.
هشدار : كساني كه از نظر هضم غذا يا معده دچار اشكال هستند و يا روده هاي ظريفي دارند ، بايد از مصرف شلغم خودداري كنند .
نشانه هاي شلغم خوب
شلغم خوب سه علامت دارد:
1- شلغم بايد پر باشد . بنابراين اگر وسط آن شل باشد و با فشار انگشت فرو برود، پلاسيده و مانده است و چنانچه پخته ومصرف شود، توليد نفخ مي كند .
2- پوست خارجي شلغم بايد براق و شفاف باشد .
3- شلغم بايد سنگين باشد و وقتي وسط آن را بريديد ، درونش روشن و شفاف باشد .
بر اساس تحقيقات و بررسي هاي دانشمندان، هر صد گرم شلغم داراي 35 كيلو كالري انرژي ، 1 گرم پروتئين ، 7 گرم قند ، 2/0 گرم چربي ، 1/1 گرم فيبر ، 45 ميلي گرم گوگرد، 280 ميلي گرم پتاسيم ، 60 ميلي گرم كلسيم ، 36 ميلي گرم ويتامين C است، همچنين صد گرم برگ شلغم داراي 36 كيلو كالري انرژي، 3 گرم پروتئين ، 4/0 گرم چربي ، 5/5 گرم قند ، 2/1 گرم فيبر، 55 ميلي گرم گوگرد ، 375 ميلي گرم پتاسيم ، 260 ميلي گرم كلسيم ، 60 ميلي گرم فسفر، 9 ميلي گرم سديم ، 4/2 ميلي گرم آهن و 40 ميلي گرم ويتامين C است.

## ميخك(clove)

يكي از ادويه هاي غذايي و دارويي بوده وغنچه درخت بزرگي مي باشد كه زادگاه اوليه ان جزاير "ملوك"در اقيانوسيه است و اكنون در زنگبار ماداگاسكار و جزاير انتيل ان را مي كارند و چون پس از خشك شدن يك قيه و بدنه اي شبيه به ميخ دارد به اين جهت در فارس به ان ميخك مي گويند.نبايد اين گياه را با گل گلداني ميخك كه اين روزها در گل فروشي ها وجود دارد اشتباه گرفت .هيچگونه نسبت و شباهتي به ان ندارد فقط بوي گل انها كمي شبيه بوي ان است .قرنفل نام گلي است كه خوشه اي بوده و قد ان كوتاهتر از گل ميخك مي باشد به ان حسن يوسف قرنفل باغي و قرنفل شاعر هم مي گويند و يك نوع وحشي وخودرو هم دارد و فرنجمشك نوع بستاني ان است .باري اين توضيحات فقط براي اين داده شد كه ميخك دارويي با گل ميخك گلداني و هر دوي ان ها را با گل قرنفل اشتباه نفرماييد .ميخك يا قرنفل سياه و تند با عطريت قوي وتلخ در طبيعت گرم و خشك است.

ميخك مقوي عقل و حافظه و مسكن اعصاب مي باشد هوش را زياد ميكند و براي رفع سر درد مفيد است .براي درمان فلج و سكته ناقص تجويز شده و مي گويند از سكته مغزي جلوگيري مي كند.

كلم و تخم كلم :
كلم سبز و كلم قرمز، كلم پيچ، كلم چيني، كلم دلمه‌اي، گل كلم، كلم بروكسل و كلم بروكلي همه از انواع كلم‌ها هستند. كلم سرشار از ويتامين‌هاي A، B، B?، C است و داراي مواد معدني گوگرد، كلسيم، كلر، يد، پتاسيم، منيزيوم و كمي ارسنيك مي‌باشد، به همين جهت يكي از پاك كننده‌هاي خوب به حساب مي‌آيد. ملين است و به رشد عمومي بدن كمك مي‌كند. كلم به دليل دارا بودن كلسيم و گوگرد براي موها و ناخن‌ها مفيد است، پوست را نرم مي‌سازد و در درمان زخم‌هاي روده‌اي و معده‌اي مؤثر است. دانشمندان ماده فعالي را كه در كلم است و زخم معده و روده را ترميم مي‌كند، ويتامين يو «U» ناميده‌اند. علاوه بر اينها كلم سنگ‌هاي كليه و مثانه را از بين مي‌برد. در يونان قديم كلم را به عنوان داروي شفابخش و جواني مي‌شناختند. ارسنيك موجود در كلم موجب تقويت اعصاب مي‌شود و رعشه را از بين مي‌برد و از ابتلا به بيماري جذام نيز جلوگيري مي‌كند. گوگرد موجود در كلم با باكتريهاي درون روده‌ها واكنش انجام مي‌دهد و ايجاد گاز مي‌نمايد و مسير دفع مواد زايد را نرم مي‌سازد. بذر سبز اين گياه را نيز مي‌توان آب گرفته و استفاده نمود كه همان خواص كلم را دارد. كلم براي قوه بينايي مفيد است، صدا را باز مي‌كند، ورم طحال و روده را معالجه مي‌كند. كلم كمي خواب‌آور است، اين عامل دارويي در كلم قرمز مربوط به آنزيم‌ها است كه در اكثرساقه‌هاي زيرزميني، هويج و شلغم نيز وجود دارد. اما در كلم بيشتر يافت مي شود. آب كلم قرمز براي سينه مفيد است. ماليدن آب كلم روي جايي از بدن كه روماتيسم يا نقرس دارد، مفيد است. افراط در خوردن انواع كلم باعث ديدن خواب‌هاي پريشان، توليد نفخ و بالاخره غليظ شدن خون و بالا رفتن فشارخون مي‌شود. كلم طبيعتاً گرم است و براي اشخاص سرد مزاج مفيد است. براي افراد گرم مزاج چندان سودمند نيست. كلم خاصيت نيروبخشي زيادي دارد. جهت رشد اطفال مناسب است. آب برگ‌ها و ساقه و جوانه كلم كرم‌كش است و جهت دفع كرم معده كودكان بسيار مؤثر است. آب كلم قرمز جهت مبارزه با چاقي اگر به همراه آب پرتقال يا نارنج مصرف شود، تأثير فراوان دارد. براي رفع گرفتگي صدا و اختلالات ريوي بهتر است يك يا دو برگ كلم قرمز را خرد كرده و در نيم ليتر آب جوشانده و ميل شود. كلم كلسيم، كلروفيل و ويتامين A دارد. كلروفيل آن موجب افزايش تعداد گلبول‌هاي قرمز خون مي‌شود و گردش خون و تنفس سلولي را تقويت مي‌كند. كلم قمري نيز طعمي تند و غليظ دارد و مزه آن

چيزي مابين كلم پيچ، تربچه و شلغم است. كلم قمري داراي كلسيم و آهن است و ديگر مواد آن كربوهيدرات و كلروفيل و ويتامين C است. آب كلم قمري به همراه آب ديگر ميوه‌جات يا سبزيجات طعم خوبي دارد.
پياز :
پياز خام داراي ويتامين «ث» فراوان و ويتامين‌هاي A و B و املاح معدني از قبيل گوگرد، آهن، آهك، فسفر، پتاسيم، سديم، يد، سيليس، كلسيم، نيترات، صمغ و موم است.
فسفر قدرت تفكر را بالا مي‌برد. گوگرد موجود در پياز جهت ضد عفوني كردن خون و ششها، برطرف كردن آسم، ورم گلو، برونشيت و گريپ مؤثر است. پياز داراي يد است و در درمان گواتر، آبسه و جوشهاي زير پوست تأثير فراوان دارد.سيليس موجود در پياز در نگهداري استخوانها و رگ‌ها ضروري است. پياز حاوي مقداري هورمون و دياستاز است كه موجب تقويت غدد اشكي، گوارشي و جنسي مي‌شود و داراي آنتي بيوتيك است كه خون و "بيماريهاي تنفسي" را ضد عفوني مي‌كند.
پياز از بيماريهاي "قندي"، كليوي، مثانه، ورم ساق‌ها، پروستات و رماتيسم مفصلي جلوگيري مي‌كند و در رفع سرماخوردگي‌هاي خفيف و ميگرن مفيد است همچنين از لخته شدن خون در رگ‌ها و سكته مغزي و قلبي جلوگيري مي‌كند و مشكلات تأخير در دوران قاعدگي را برطرف مي‌سازد.
آب پياز محرك عمومي بدن و مقوي قلب و اعصاب و ضد ديفتري است. پياز داراي مقدار كمي فسفات و انسولين گياهي موسوم به گلوكولينين، قند ساكاروز و مقداري تركيبات پلي فنولي، آليسين و اسانس فرار بنام سولفورداليل مي‌باشد. سولفورداليل محرك چشم است و موجب ريزش اشك مي‌شود. اين اسانس بر اثر حرارت از بين مي‌رود. آب پياز داراي خواص ديگري نيز از جمله دفع انگل‌هاي روده‌اي و تخميرهاي روده‌اي، تعادل اعمال غدد تحريك دستگاه گوارش و اشتهاآوري، كاستن قند و فشارخون و ناراحتي‌هاي نفخ شكم، درمان اسكوربوت، نرم كردن سينه و دفع خلط، رشد موها، هضم غذاهاي سنگين، رفع خستگي، درمان الكليسم، آب آوردن شكم، جلوگيري از سرطان كبد، دفع ادرار، رفع سرفه‌هاي خشك، رفع يبوست، رفع ناراحتي‌هاي گوش، رفع بيحالي، رفع خستگي‌هاي فكري، رفع چاقي و درمان ناتواني جنسي.
در مواردي مصرف زياد پياز و آب پياز توصيه نمي‌شود، از جمله براي كساني كه معده و روده ضعيف دارند يا ناراحتي‌هاي پوستي و كبدي و يا سابقه خونريزي معده دارند و يا مبتلا به كوليت هستند، افرادي كه زياد آروغ مي‌زنند. لايه‌هاي نازك دروني پياز ديرهضم هستند. پياز اسيديته شيره معده را زياد مي‌كند و براي كساني كه سو هاضمه دارند، مضر است.

مي‌توان آب پياز را گرفت و با آب سبزيجات ديگر مخلوط كرد و مصرف نمود. آب پياز سريعاً مي‌بايست مصرف شود، چون فاسد مي‌گردد.

## هل(Cardamom)

درختي است از خانواده زنجبيل به صورت وحشي و پرورشي در مناطق كوهستاني و در سايه درختان مي رويد.ارتفاع درخت 30تا 50 سانتي متر و بعصي ها داراي اعضاء چوبي تا 3 متر ارتفاع و شاخه هاي هوايي و برگ هاي متناوب نوك تيز با گل هاي ريز سفيد مانند گل باقلا و ميوه ان كوچك ناشكوفا (پوشينه دار ) بقدر بند انگشت با پوست تيره رنگ و دانه هاي متعدد مي باشد.هل انواع مختلفي دارد :هل سفيد و هل سياه و هل سبز و هل رسمي .كه طبيعت همه ان ها گرم و خشك و نوع سبز ان تند و معطر بوده و از دو نوع ديگر مرغوب تر است.دانه هاي هل بويي قوي و طعمي مطبوع دارد از مغز و پوستش براي درمان و معطر ساختن غذاها و پختن شيريني استفاده مي شود.

خواص آن

مصرف دم كرده ان مفرح مقوي دل و معده لطيف و بادشكن و بيماري هاي صرع جنون و احشاءو سر درد و ضد رطوبت مزاج است.

اثر روحي ورواني هل كه داراي اسانس مي باشد انسان را سر حال مي اورد از ترس و وحشت انسان مي كاهد و روحيه خوش بيني را القاء ميكند.البته مصرف زياد ان تپش قلب را افزايش ميدهد و براي بيماري هاي قلبي و ريه و در مزاج هاي گرم ضرر دارد و بايد با شكر خورده شود .

توجه كنيد كه مقدار مصرف بايد از يك مثقال بيشتر نشود.

خاکشیر

منبع: آرشیو شرق
سحر شهنازي: گياهي است علفي، يك ساله يا دوساله تا ارتفاع 80سانتي متر كه به طور خودرو در كنار جاده ها و اماكن غيرزراعي و نسبتاً مرطوب مي رويد. ساقه از سطح زمين و يا از قسمت هاي بالاتر منشعب است. برگ هاي ساقه اي از لب هاي دراز يا كشيده تشكيل شده و بنابراين داراي بريدگي هاي زيادي است. برگ هاي طوقه اي داراي دمبرگ هاي دراز، منقسم، برگ هاي ساقه اي با دمبرگ هاي كوتاه و لب هاي خطي يا كشيده است. گل ها كوچك و به رنگ زرد روشن هستند.
دانه خاكشي در ميوه هاي خورجين و باريك قرار دارد. دانه خاكشي ريز و به رنگ زرد تيره يا قهوه اي روشن است كه سطحي ناصاف به شكل بيضي كشيده دارد كه يك رأس آن بريده و داراي حلقه اي قهوه اي رنگ و شفاف است. دانه هاي خاكشي را پس از به ميوه نشستن گياه عموماً در مرداد و شهريورماه محصول برداري مي كنند. دانه خاكشي حاوي اسيدهاي چرب پالميتيك، لينولنيك، اولئيك و استئاريك است. دانه خاكشي به طور عمده به عنوان ملين و كاهش دهنده دماي بدن به صورت مخلوط با كمي آب سرد مورد استفاده قرار مي گيرد. در طب گذشته خاكشي به عنوان اشتهاآور، مقوي معده، ضدتب و ملين و در درمان سوءهاضمه مورد مصرف قرار مي گرفته است. بايد دور از نور، در جاي خنك، غيرمرطوب و در ظروف بسته نگهداري شود. اين گياه بومي آمريكاي شمالي است ولي در مناطق معتدل هيماليا، سراسر اروپا، آفريقا و اغلب نواحي ايران هم مي رويد. در ايران در نواحي هراز، آمل، تبريز، سنندج، كرمان، شيراز، تهران، يزد، اصفهان و... مي رويد.

## خواص گوجه فرنگي

كارشناسان تغذيه معتقدند كيلوپن موجود در گوجه فرنگي از رگهاي بدن محافظت مي كند.
به نوشته نشريه فرانسوي سانته زناني كه هرروز در وعده هاي غذايي خود گوجه فرنگي مصرف مي كنند، كمتر از ساير افراد دچار حمله هاي مغزي يا قلبي مي شوند. براساس پژوهش هاي انجام شده در دانشگاه هاروارد كه بر روي 40 هزار زن آمريكايي در طي هفت سال صورت گرفته است زناني كه هفت بار در هفته غذاهاي حاوي گوجه فرنگي مصرف كرده اند، خطر ابتلا به بيماري هاي قلبي عروقي در آنها 30 درصد كمتر از افرادي است كه يكبار در هر هفته گوجه فرنگي خورده اند. بررسي هاي جديد حاكي است افرادي كه در هفته دوبار غذاهاي تهيه شده با گوجه فرنگي و حتي سس گوجه فرنگي مصرف مي كنند از خواص پيشگيرانه گوجه فرنگي بهره مند خواهند شد. به گفته پژوهشگران كيلوپن، رنگدانه اي از خانواده كاروتنوئيدهاست كه موجب قرمزشدن رنگ گوجه فرنگي مي شود و داراي خاصيت آنتي اكسيدان است. گوجه فرنگي سرشار از ويتامين سي و اي است كه هر كدام از اين ويتامين ها خاصيت آنتي اكسيدان دارند. پژوهش هاي اخير همچنين نشان داده اند كه مصرف مداوم گوجه فرنگي خطر سرطان پروستات را در مردان30 درصد كاهش مي دهد. تحقيقات ديگر حاكي از كاهش خطر سرطان هاي معده و ريه در صورت مصرف گوجه فرنگي است. كارشناسان تغذيه توصيه مي كنند گوجه فرنگي هاي رسيده با روغن زيتون كه خود نقش محافظتي براي رگها دارد كمي پخته شود و سپس مصرف گردد.

## كنجد (sesame)

گياهي است يكساله از تيره چليپائيان به ارتفاع ?/? تا ?/? سانتي متر و طول ان تا يك متر هم مي رسد .داراي برگ هايي به صورت متقابل در سمت انتهاي ساقه و گل هاي منفرد به رنگ سفيد يا سرخ ميوه ان شبيه كپسول و محتوي دانه هاي ريز به رنگ سفيد و قهوهاي يا سياه است.
دانه هاي كنجد را به صورت بو داده يا خام مي خورند و روي نان هم مي ريزند و بسيار مقوي است .
روغني كه از كنجد گرفته مي شود طعم ان شيرين است و در پختن غذا و شيريني به كار مي رود .دانه كنجد داراي مواد معدني مانند مس منيزيم كلسيم الومينوم كرم كلرورسديم سيليس اهن فسفر نيكل و ماده پروتئيني مهم ليزين و هورمون نباتي (ليستسن)و چربي و ?? درصد روغن مي باشد.اين گياه بسيار مفيد ميتواند خستگي فكري را كاهش دهد و همچنين بهترين غذا براي كساني است كه داراي كارهاي فكري مي باشند. اگر هنگام خواندن كتاب احساس خستگي كرديد كافي است مشتي كنجد بو داده ميل كنيد تا خستگي شما برطرف شود همچنين دانش اموزان و دانشجويان مي توانند در شب هاي امتحان از اين اكسير بسيار مفيد استفاده نمايند.ليستين اين گياه يك نوع چربي حاوي فسفر است كه وجود ان براي اعصاب و نسوج نهايت ضرورت را دارد و مغز و غدد بدن انسان نياز زيادي به ان دارند حتي تقويت حافظه انسان نيز نياز زيادي به اين ماده دارد ?? درصد مغز را ليستين تشكيل ميدهد و مغز انسان بيش از ساير حيوانات از اين ماده دارد لذا سر موفقيت بشر در تمدن و پيشرفتها مرهون همين ليستين است.كه قوت جواني و صحت مزاج به انسان ميبخشد .در تسهيل تفكر عمل ان تحسين اميز است.
مقدار خوراك طبي ان براي هر نفر معمولي ?? گرم است.البته در خوردن ان نبايد زياده روي شود زيرا دير هضم است و افراط در خوردن باعث خارش اعضا و مولد بد بوئي دهان و سردرد .خنثي كننده زيان هاي احتمالي ان عسل و يا بو دادن ان قبل از خوردن است.

خارج از نسخه ؛ داروهاي ضد اسهال

منبع:روزنامه قدس
دسته دارويي: ضد اسهال- ضد نفخ
توجه: استفاده از زغال فعال به عنوان پادزهر تنها تحت نظارت مستقيم پزشك مجاز مي باشد.
اشكال دارويي خارج از نسخه: فله (پودر براي تهيه سوسپانسيون)
مقدار مصرف: بزرگسالان و كودكان بالاتر از 3 سال- نيم گرم، هر نيم تا يك ساعت (حداكثر 4 گرم در روز)
كودكان زير 3 سال- طبق تجويز پزشك
به عنوان ضد نفخ: براي بزرگسالان و كودكان بالاتر از 12 سال 1 تا 4 گرم، بلافاصله پس از هر وعده غذا
نحوه مصرف: مقدار تعيين شده از پودر را در مقدار متناسبي آب يا آب ميوه پراكنده كرده، ميل نماييد.
موارد منع مصرف: مسموميت با مواد خورنده و سوزاننده- عدم هوشياري كامل بيمار
عوارض جانبي: استفراغ (معمولاً در صورت مصرف مقادير زياد)- يبوست- مدفوع سياهرنگ
مصرف در بارداري: منعي ندارد
مصرف در شيردهي: منعي ندارد
نكات قابل توجه قبل از مصرف دارو:
- اگر اسهال بيش از دو روز و تب يا نفخ بيش از يك هفته پس از مصرف دارو باقي بماند، به پزشك اطلاع دهيد.
- ميان مصرف اين دارو و ساير داروها فاصله زماني 2 ساعته را مراعات نماييد.
- اين دارو را همراه با لبنيات مصرف نكنيد، زيرا از اثر آن كاسته مي شود.
- اين دارو رنگ مدفوع را سياه مي كند كه جاي نگراني نيست.
- دارو را در ظروف دربسته شيشه اي يا فلزي نگهداري كنيد.
2)اُ-آر-اس (O.R.S)
دسته دارويي: جايگزين كننده آب و املاح از دست رفته
تركيبات: 3/5 گرم سديم كلرايد+ 1/5 گرم پتاسيم كلرايد+ 2/9 گرم تري سديم سيترات + 20 گرم دكستروز در هر بسته پودر
اشكال دارويي خارج از نسخه: پودر بسته بندي شده در بسته هاي گرمي
مقدار مصرف: بزرگسالان و كودكان بالاتر از 3 سال برحسب نياز
كودكان پايين تر از 12 سال تا روزي 3 ليتر از محلول آماده شده

شيرخواران تا روزي يك ليتر از محلول آماده شده
نحوه مصرف: هر بسته از پودر را در يك ليتر (چهار ليوان) آب جوشيده سرد شده حل نموده، براي طعم بهتر، در يخچال نگهداري كنيد و بلافاصله پس از تهيه، مصرف نماييد.
موارد منع مصرف: منعي ندارد

# عسل، منبع آنتي اكسيدان هاي مفيد

منبع:روزنامه كيهان
اگر در پي بهترين نوع عسل هستيد انواع شهد گلهاي تيره تر را انتخاب كنيد چرا كه زنبورهايي كه آنها را مي سازند ترشحات شيريني كه حشرات بر گياهان برجاي مي گذارند يعني همان شهد گلها را جمع آوري مي كنند.به گزارش هلث دي، نتايج يك مطالعه جديد واريته هاي اسپانيايي نشان داده است عسل شهد گل در مقايسه با عسلي كه زنبورها از نكتار مي سازند سطوح بالاتري آنتي اكسيدان دارد اما متخصصان مي گويند همه انواع عسل بدون توجه به نوع آن براي سلامت مفيدند. عسل علاوه بر ارزشي كه به عنوان يك شيرين كننده دارد حاوي آنتي اكسيدان هاي مفيدي است كه فعاليت ضدباكتريايي دارند.
در سالهاي اخير جايگاه عسل به عنوان ماده غذايي سالم به ويژه در سايه تحقيقاتي كه قدرت ضدميكربي و محتواي بالاي آنتي اكسيدان هاي آن را نشان داده اند ثابت شده است. در سال 2004 محققان طي يك ارزيابي دريافتند سطوح آنتي اكسيدان در افرادي كه بين چهار تا 10 قاشق چايخوري عسل در روز مي خورند بيشتر بود. اما در آن زمان مشخص نبود كدام انواع بيشترين مقادير آنتي اكسيداني را داشتند.در تحقيق جديد دو نوع عسل شامل عسل ساخته شده از شهد شكوفه گل ها يا نكتار و عسل شهد گل يا هاني ديو كه از يك ماده شيرين و چسبناك مترشحه توسط حشراتي كه روي گياه زندگي مي كنند توليد مي شود را مورد بررسي قرار دادند.
بر اساس نتايج اين بررسي عسل شهد گل يا هاني ديو سطوح بيشتري آنتي اكسيدان دارد. همچنين محققان دريافتند عسل هاي هاني ديوي اسپانيايي رنگ تيره تري دارند و اسيدي تر از نوع نكتاري هستند. اما مردم بايد توجه داشته باشند نبايد بيش از حد عسل مصرف كنند. در واقع رژيم غذايي غني از آنتي اكسيدان هاي طبيعي شامل ميوه، سبزيجات تازه، روغن زيتون و عسل در جلوگيري به ابتلا به بيماري ها موثرند.از طرفي عسل سرشار از كربوهيدرات است بنابراين مصرف كنندگان بايد توجه داشته باشند و حدود 80 درصد آن قند است بنابراين بايد به ميزان كافي و نه بيش از حد لازم در برنامه غذايي گنجانيده شود.

معجزه سير

سير گياهي است علفي و دائمي كه ساقه آن تا ارتفاع 40سانتيمتر نيز مي رسد. قسمت زير زميني آن متورم و مركب از 5تا 12قطعه و محصور در غشاهاي نازك و ظريف به رنگ خاكستري مايل به سفيد است. برگ هاي آن باريك و نواري شكل به رنگ تيره و گل هاي آن كوچك و صورتي رنگ كه به صورت يك چتر در انتهاي ساقه ظاهر مي شود.سير و پياز با هم رابطه اي نزديك دارند كه شايد به دليل بوي بد آنها است. نام سير در كتاب مقدس آمده است و در مصر قديم براي مومياييي مردگان و خوش طعم كردن غذاها به كار مي رفته است. هومر شاعر عصر باستان در نوشته هاي خود از آن ياد كرده است.مردم در اروپا و اسپانيا از قبل از ميلاد مسيح(ع) آن را مي شناختند و از آن استفاده مي كردند. بقراط پدر علم طب در نوشته هاي خود از خواص آن ياد كرده و يكي ديگر از دانشمندان قديم 61خاصيت مختلف براي سير قائل شده است.
حضرت محمد (ص) براي سير70خاصيت مختلف قائل شده اند ومي فرمايند : از سبزي سير تا مي توانيد استفاده كنيد زيرا سير دواي هفتاد درد است اما كسي كه سير وپياز خورده به مسجد نيايد و به مردم نزديك نشود.
تركيبات شيميايي
سير داراي تركيبات گوگردي است كه خاصيت ضد عفوني كننده ميكرب كشي و جرم كشي به اين گياه مي دهد. سير همچنين داراي موادي به نام آليسين و آليساتين است كه ميكرب هاي حصبه و «پاراتيفوئيد» را از بين مي برد.
در ??? گرم سير خام، ?? گرم آب، ? كالري انرژي، ?? گرم مواد نشاسته اي، ? ميلي گرم چربي، ?? ميلي گرم كلسيم، ??? ميلي گرم فسفر، ??? ميلي گرم پتاسيم، ?/? ميلي گرم آهن، ??ميلي گرم سديم، ?? واحد ويتامين آ، ?? ميلي گرم ويتامين ب ،? ? ميلي گرم ويتامين ب ? و?? ميلي گرم ويتامين ث وجود دارد.
خواص دارويي
سير از نظر طب قديم ايران گرم و خشك، بادشكن وضد عفوني كننده است. خوردن سير مصونيت بدن را در مقابل بيماري ها افزايش مي دهد.سير كرم كش، محرك و تقويت كننده بدن، داروي سرماخوردگي و زكام است. سير اثر خوبي در معالجه سل دارد. ضمن آن كه سير خون را رقيق مي كند و سير اثر خوبي در تنگي نفس دارد. خوردن مداوم سير لقوه، رعشه و رطوبت معده را از بين مي برد و دردهاي مفاصل را درمان

مي كند.سير درمان كننده دردهاي مفاصل ، سياتيك و نقرس است. ضمن آن كه براي تقويت نيروي جنسي و افزايش توليد اسپرم در اشخاص سرد مزاج بسيار مفيد است. آنهايي كه قطره قطره ادرار مي كنند بايد حتما سير بخورند تا بيماري شان درمان شود. اين گياه زخم هاي ريه و درد معده را از بين برده، سنگ هاي كليه را شكسته و خارج مي سازد.
اگر سير با زيره پخته شود براي تقويت دندان مفيد است. ماليدن سير پخته به دندان ، درد دندان را تسكين مي دهد. اگر سير را بسوزانيد وبا عسل مخلوط كنيد و ضمادي از آن درست كنيد اين ضماد براي رفع خون مردگي زير پلك چشم مفيد است. سير به علت مدر بودن براي رفع آب آوردن انساج مفيد است. براي از بين بردن ميخچه كف پا نيز از ضماد آن استفاده مي شود. براي رفع دردهاي رماتيسمي و عصبي ضماد سير بسيار مؤثر است. توصيه مي شود براي ضد عفوني كردن دستگاه تنفسي در هنگام بيماري هاي مربوطه از شربت سير استفاده شود. به تازگي نيز در يكي از بيمارستان هاي آمريكا براي ضدعفوني كردن فضاي بيمارستان از سير استفاده مي كنند. لويي پاستور پزشك معروف فرانسوي نيز آزمايش هاي زيادي روي سير انجام داد و اثر باكتري كشي سير را تأييد كرده است.
سير در عين حال ضد انعقاد و لخته شدن خون است. خوردن سير در عين حال سلول هاي سرطاني را از بين مي برد. يكي از دانشمندان آمريكايي هم كه در دانشگاه فلوريدا روي مرض ايدز تحقيق مي كند، معتقد است سير روي درمان مرض ايدز اثر مثبت دارد. مصرف سير كلسترول خون را پائين آورده و از سرطان جهاز هاضمه هم جلوگيري مي كند. چيني ها قرن هاست براي پائين آوردن فشار خون از سير استفاده مي كنند.
مضرات
سير با آن كه خواص بسياري دارد بايد درحد اعتدال مصرف شود، چرا كه استفاده زياد از آن در بعضي اشخاص موجب سردرد ، ضعف نيروي جنسي ، ضعف چشم و عوارض بواسير مي شود. سير براي آنهايي كه اسهال دارند، مضر است. افرادي هم كه معده ضعيف دارند و به طور كلي سيستم هاضمه آنها ضعيف است نبايد در خوردن سير افراط كنند. كساني كه يبوست دارند نبايد سير بخورند و براي رفع مضرات آن سير را بايد با آب و نمك پخته و كمي به آن روغن بادام يا كره اضافه كنيد تا مضر نباشد. اشخاصي كه گرم مزاج هستند اگر مي خواهند سير بخورند براساس توصيه ابن سينا، حكيم ايراني، بايد سير را بپزند يا از سير ترشي استفاده كنند. براي پختن سير پس از پوست كندن آن را به مدت سه دقيقه بخار دهيد. اشخاصي كه فشار خون پائين دارند نيز نبايد سير بخورند و همين طور كساني كه آلرژي دارند نبايد از سير استفاده كنند.

# كليات گياه شناسي انار

منبع:روزنامه جوان
درخت انار بومي ايران و مناطق مجاور آن است. كلمه انگليسي Pomegranateاز زبان يوناني مشتق شده كه به معني (سيب با هسته هاي زياد) مي باشد.گل هاي انار درشت به رنگ قرمز اناري ولي بي بو مي باشد. ميوه آن كروي با اندازه هاي مختلف داراي پوستي قرمز رنگ و يا زرد رنگ مي باشد.روي هم رفته در حدود بيست نوع مختلف انار در دنيا موجود است. قسمت هاي مختلف درخت انار مخصوصا پوست ريشه و ساقه انار داراي مقداري در حدود ?? درصد تانن و اسيد پوني كوتانيك Punicotanivacidمي باشد. پوست درخت انار داراي الكالوئيدي به نام پله تيه رتين Pelletierinاست.از نظر طب قديم ايران ميوه انار سرد، تر و قابض است. آب انار سرد و تر و پوست انار سرد و خشك و بسيار قابض مي باشد. پوست ريشه درخت انار از بقيه قسمت هاي اين درخت قابض تر است.كليه قسمت هاي درخت انار داراي تانن مي باشد كه بسيار قابض است. براي مصارف دارويي از گل، برگ، پوست درخت، پوست ريشه و دانه انار استفاده مي شود.انار شيرين ادرار آور است، ملين مزاج است، آب انار شيرين براي بيماري هاي مجاري ادرار مفيد است، ترشح صفرا را زياد مي كند، آب انار اسهال را برطرف مي كند، اگر آب انار را با عسل مخلوط كرده و هر روز چند قطره در بيني بچكانيد از رشد پوليپ در بيني جلوگيري مي كند، خون ساز است، خون را تصفيه مي كند، براي سالمندان بهترين دارو براي تقويت كليه است، آب انار خنك كننده است، رنگ صورت را شاداب مي كند، صدا را باز كرده و گرفتگي صدا را برطرف مي كند، براي وزن اضافه كردن انار بخوريد، آب انار مقوي قلب و معده است، جوشانده پوست ريشه درخت انار كرم معده و روده را از بين مي برد، جوشانده پوست درخت انار نيز اثر ضد كرم دارد، براي برطرف كردن گلو درد و زخم گلو از جوشانده پوست انار و يا جوشانده برگهاي انار استفاده كنيد، خانم هايي كه عادت ماهيانه شان منظم نيست مي توانند از جوشانده برگهاي انار استفاده كنند، برگهاي له شده انار را اگر روي پوست بگذاريد خارش را از بين مي برد، براي برطرف كردن سوختگي پوست، گل هاي انار را له كرده و با روغن كنجد مخلوط كنيد و اين پماد را روي قسمت سوختگي بماليد.

# بار هنگ موثر در درمان تنگي نفس

منبع:روزنامه جوان
گياهي است چند ساله و پوشيده از كرك كه در اكثر نقاط ايران مي روید. مزاج بارهنگ سرد و خشك مي باشد. خوردن عصاره بارهنگ براي سل و خونريزي سينه و قرحه ريه و تنگي نفس مفيد و موثر است. ريشه،برگ و دانه اين گياه اثرات نرم كننده داشته و براي درمان آسم مرطوب مفيد است . براي بيماري هاي سينه و سرفه براي بارهنگ را گرفته. خوب شسته روي يك پارچه تميز پهن مي كنند تا خشك شود، بعد آن را خرد كرده و شيره آن را مي گيرند و هم وزن آن عسل اضافه كرده مدت ?? دقيقه دم مي كنند. مصرف اين دم كرده براي بيماري هاي سينه بسيار مفيد است.

# گلابي

منبع:روزنامه قدس
كليات گياه شناسي
گلابي درختي است كه بلندي آن به حدود 10 متر مي رسد و بيشتر در مناطق سردسير و كوهستاني مي رويد. اين درخت بومي مناطق جنوبي درياي خزر مي باشد.ريشه گلابي عميق است، برگهاي آن صاف و دندانه دار مي باشد. گلهاي گلابي سفيد رنگ مايل به صورتي و به صورت خوشه اي است. ميوه درخت گلابي مخروطي شكل، گوشتدار، شيرين يا ترش است. از تمام قسمتهاي گلابي مانند برگهاي جوان، پوست و ساقه آن استفاده طبي مي شود.
خواص دارويي:
گلابي از نظر طب قديم ايران گرم است
1) گلابي، سنگ مجاري ادرار را دفع مي كند.
2)آرام بخش و تب بر است.
3)در رفع عفونت مجراي ادرار مؤثر است.
4)مقوي بدن است.
5)تشنگي را برطرف مي كند.
6)سوزش مثانه و مجراي ادرار را رفع مي كند.
7) آناني كه به مرض قند مبتلايند مي توانند از گلابي استفاده كنند و قند آن برايشان مضر نيست.
8)براي دفع سموم بدن بسيار مؤثر است.
9)براي پايين آوردن فشار خون بايد چند روز فقط گلابي مصرف كنيد و غذاي ديگر نخوريد. البته اين رژيم بايد زير نظر دكتر انجام شود و با اجازه پزشك متخصص باشد.
خواص ديگر قسمتهاي درخت گلابي
برگ و شكوفه درخت گلابي از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است
1- شكوفه درخت گلابي مقوي معده است و خونريزي و اسهال را بند مي آورد.
2-در مورد ورم چشم از ضماد شكوفه گلابي استفاده كنيد.
3-تخم گلابي ضد كرم معده و روده است.
4-دم كرده برگ گلابي براي رفع اسهال مفيد است.
5-براي دفع سنگ كليه 50 گرم برگ گلابي را با 50 گرم پوست سيب در يك ليتر آب جوش ريخته و به مدت 20 دقيقه دم كنيد و آن را بتدريج بنوشيد.

6-براي شستشوي زخمها 50 گرم پوست ساقه درخت گلابي را در يك ليتر آب ريخته و بگذاريد چند دقيقه بجوشد و سپس آن را كم كم بنوشيد.

خواص درماني ذرت

منبع:روزنامه قدس
ذرت داراي ارزش غذايي فراواني است، در آن به علت نداشتن گلوتن (ماده چسب گندم) قابليت تهيه نان را ندارد. بنابراين براي تهيه نان ذرت، آن را با ساير غلات مخلوط مي كنند.
ذرت از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است.
1) پماد ذرت خشك كننده زخمها مي باشد.
2) ذرت غذاي خوبي براي پيشگيري سرطان است.
3) استفاده مداوم از ذرت از كرم خوردگي دندان جلوگيري مي كند.
4) روغن ذرت كلسترول خون را پايين مي آورد.
5) روغن ذرت براي درمان اگزما و بيماريهاي پوستي مفيد است.
خواص درماني كاكل ذرت
كاكل ذرت را قبل از رسيدن كامل ميوه يعني قبل از پژمرده شدن مي چينند و به سرعت خشك مي كنند. كاكل ذرت بعد از خشك شدن رنگ قهوه اي پيدا مي كند.براي درست كردن دم كرده كاكل ذرت، مقدار 30 گرم از آن را در يك ليتر آب جوش ريخته و به مدت پنج دقيقه دم مي كنند.
1- دم كرده كاكل ذرت ادرار آور است و آرام كننده دستگاه ادراري است.
2- درد و ناراحتيهاي دستگاه ادراري را تسكين مي دهد.
3- سنگ مثانه، التهاب، ورم مثانه و درد مثانه را از بين مي برد.
4- كاكل ذرت به طور كلي دستگاه ادراري را تميز مي كند.
بغير از كاكل ذرت از برگ و ريشه وساقه بلال نيز استفاده طبي بعمل مي آيد
1) جوشانده ساقه وسط بلال خونريزي بيني را بند مي آورد.
2) براي دفع سنگ مثانه از جوشانده برگهاي بلال استفاده كنيد.
3) جوشانده ريشه ذرت براي سوزش مجاري ادراري مفيد است.
4) جوشانده وسط بلال درد شكم و معده را از بين مي برد.
5) در قديم براي معالجه سوزاك از جوشانده ساقه بلال استفاده مي كردند.

# قاصدك

منبع:روزنامه قدس
كليات گياه شناسي
گل قاصدك كه به نامهاي هند بابري، خبرآور و كاسني بري نيز معروف است، گياهي است علفي و دائمي كه ساقه آن به ارتفاع 40 سانتي متر مي رسد.اين گياه داراي رشته اي است به رنگ قهو ه اي مايل به زرد كه پر از شيرابه سفيد رنگ مي باشد. در انتهاي ساقه، گل آن قرار دارد. برگهاي گل قاصدك سبز رنگ هستند و بريدگي هاي مثلث شكل و نوك تيز دارد و بر روي سطح زمين مي باشد. گل قاصدك در وسط چمن، حاشيه شوره زار، كنار جاده ها و اراضي بايرو بطور كلي در همه جا مي روید هنگامي كه آن را با وسائل مكانيكي و شيميايي از بين مي بريد، دوباره بعد از چندي سر از خاك بيرون مي آورد.گل قاصدك در حدود 15 نوع مختلف دارد. زنبور عسل اين گياه را بسيار دوست دارد و شهد زيادي از آن به دست مي آورد. برگهاي جوان گل قاصدك را معمولاً با سالاد مي خورند و چون خيلي تلخ است بايد آن را با ترشي يا آبليمو مصرف كرد. از قسمتهاي مختلف گياه مانند ريشه، برگ و شيرابه آن در طب استفاده مي شود.
تركيبات شيميايي:
تلخي برگهاي اين گياه مربوط به يك ماده متبلور تلخ به نام «تاراكسين» است، ضمناً اين گياه داراي ساپونين، قندهاي مختلف و اسيدهاي چرب است.اين گياه بالاترين حد ويتامين «آ» را در بين گياهان دارا است و همچنين داراي مقدار زيادي پتاسيم است.
خواص دارويي:
اين گياه از نظرطب قديم ايران سرد و خشك است و از قديم الايام براي درمان بيماري هاي كبدي به كار مي رفته است.
1) قابض و مقوي معده است.
2) خوردن آن خونريزي سينه را متوقف مي كند.
3) قاعده آور است.
4) براي ازدياد شير نافع است و خانمهايي كه نوزادشان را شير مي دهند بايد مقداري از آن را با سالاد بخورند.
5) خنك كننده و باعث تعريق مي شود.
6) ترشح صفرا را زياد مي كند.
7) خون را تصفيه مي كند.
8) خوردن آب اين گياه مخلوط با روغن زيتون براي رفع مسموميت مفيد است.

9) ضماد ريشه آن را در محل نيش عقرب يا زنبور و يا مار مي گذارند كه بسيار مفيد است.
10) اوره را رفع مي كند.
11) كلسترول خون را كاهش مي دهد.
12) درمان كننده اگزما و بيماريهاي پوستي است
13) درمان كننده كم خوني است.
14) رماتيسم و نقرس را درمان مي كند.
15) دم كرده اين گياه را نيز براي تميز كردن كبد به كار مي برند. مقدار مصرف آن يك فنجان و سه يا چهار بار در روز است.
روش استفاده:
براي تهيه اين دم كرده بايد 50 گرم گياه خشك شده را در يك ليتر آبجوش ريخته و به مدت 5 دقيقه بگذاريد بماند و سپس آن را صاف كرده و استفاده كنيد.
مضرات:
مضرات خاصي براي آن بيان نشده است.

## مصرف سير كلسترول خون را كاهش مي دهد

يك تحقيق علمي در چهارمحال و بختياري نشان مي دهد، مصرف گياه سير موجب كاهش كلسترول خون مي شود. سه نفر از پزشكان و متخصصان علوم پزشكي چهارمحال و بختياري در تحقيقات علمي وپزشكي يكساله خود پي بردند، گياه سيرتقويت كننده معده بوده و خاصيت پايين آورنده كلسترول خون و ضد سرطاني دارد. براساس يافته اين پزشكان كه درمركز تحقيقات سلولي و مولكولي دانشگاه علوم پزشكي چهارمحال و بختياري بر روي موشهاي صحرايي صورت گرفت،مشخص شدكه عصاره گياه سير ميزان ترشح اسيدوپپسين معده رابه طور قابل ملاحظه اي افزايش مي دهد. به گزارش ايرنا، اين تحققيات را «محمد رفيعيان»، «هدايت -الله شيرزاد» و «مهرداد شهراني» از متخصصان و پزشكان و اعضاي هيات علمي دانشگاه علوم پزشكي چهارمحال و بختياري انجام دادند.

# کشف خاصیت مسکن در روغن زیتون

محققان دريافتند كه نوع مرغوب روغن زيتون داراي يك ماده شيميايي طبيعي است كه مانند يك داروي مسكن كار مي كند. به گزارش بي. بي. سي، نتيجه اين تحقيقات حاكي از اين است كه ?? گرم روغن زيتون فرآوري نشده،معادل يك دهم يك دوز داروي ايبوپروفن اثر دارد.اين پژوهشگران مي گويند در حالي كه اين ماده تا آن حد قوي نيست كه براي تسكين سر درد از آن استفاده شود، ولي نشان دهنده منافع رژيم هاي غذايي كشورهاي حوزه درياي مديترانه است. ماده موثر مورد بحث كه مقدارآن در زيتون تازه،بيشتراست مانند ايبوپروفن و ساير داروهاي ضد التهاب در فعاليت آنزيم هايي كه موجب التهاب و تورم مي شوند تاثير مي گذارد. عارضه التهاب به عوامل مختلف از جمله بيماري قلبي و سرطان ارتباط داده شده است. منافع مشابهي به داروهاي ضد استروييد و ضد التهاب مانند آسپرين و ايبوپروفن، نسبت داده شده است. پژوهشگران هنگامي متوجه خاصيت هاي تازه روغن زيتون شدند كه ديدند روغن زيتون فرآوري نشده به همان شيوه ايبوپروفن، موجب ناراحتي در قسمت عقب گلو مي شود. روغن زيتون داراي رشته خواصي است كه ضد اكسيدان بودن از آن جمله است ولي اين كه بگوييم روغن زيتون اثر دارويي دارد، موضوعي است كه به تحقيقات بيشتري نيازمند است. مقدار چربي روغن زيتون زياد است و تنها در حد اعتدال بايد مصرف شود.

# ادويه جات وزن بدن را كنترل مي كند

منبع:روزنامه كيهان
با افزودن ادويه جاتي مانند سير، آويشن، نعنا، كاري، و رزماري به رژيم غذايي مي توانيد از فايده هاي زياد آنها بر سلامت خود بهره مند شويد. به گزارش هلث دي، سوزانا زيك، يك محقق هوميوپاتي در دانشگاه ميشيگان، مي گويد افزودن اين گياهان و ادويه جات به غذا به حفظ وزن سالم كمك مي كند. علاوه بر اينكه در جلوگيري از ابتلا به برخي انواع سرطان، كاهش فشار خون، كنترل قند خون و بهبود سلامت قلب و عروق نيز موثرند.
وي جايگزين كردن مواد مضري مانند قند، نمك و چربي را با اين ادويه ها و گياهان علفي در بهبود سلامت موثر مي داند.
وي توصيه مي كند به جاي نمك از ادويه هايي مانند آويشن، سير، جعفري، رزماري (اكليل كوهي) استفاده شود.
همچنين استفاده از سير تازه را به عنوان يك كاهش دهنده فشار خون و كلسترول مفيد مي داند.سير خشك و يا سيري كه به مدت طولاني مانده باشد فوائد مفيد خود را از دست داده است.رزماري يك آنتي اكسيدان است كه ظاهرا حافظه را تقويت نموده و به جلوگيري از سرطان كمك مي كند.آويشن، نعنا، و رزماري به لحاظ روغن هاي ضروري كه دارند براي مقابله با سرماخوردگي توصيه مي شوند.آويشن براي درمان سرفه هاي مزمن نيز مفيد است. پيش از اين به طور سنتي نيز از اين ادويه براي درمان سرفه استفاده مي شد.ادويه هاي گرم شامل زنجبيل، جوز، دارچين، و فلفل براي كاهش فشار خون مفيدند.و بالاخره محققان دريافته اند موادي در زردچوبه وجود دارد كه خواص ضدالتهابي دارد و براي كاهش كمردرد مفيد شناخته شده است

# کنجد و روغن کنجد

نويسنده:مهدي مسكني
منبع:روزنامه جوان
همه ما بارها و بارها نان بربري و يا سنگك كنجد زده را خورده ايم، ناني كه شايد به غلط در محاوره به «خشخاشي» معروف شده است.وطن اصلي كنجد هندوستان است كه از آنجا به ساير نقاط جهان راه يافته است. اكنون چين بزرگ ترين توليد كننده كنجد در دنيا است. مقدار كنجدي كه در كشور ما كاشته مي شود بيشتر در تهيه روغن كاربرد دارد و تهيه حلوا ارده.
تركيبات شيميايي كنجد: اين دانه مغذي حاوي پروتئين، ويتامين هاي F، E،D و B است. كنجد 50 درصد روغن دارد و 70 درصد اسيدهاي چرب اشباع نشده كه بسيار براي سلامتي بدن مفيد است زيرا اين روغن نه تنها كلسترول خون را افزايش نمي دهد، بلكه آن را كاهش نيز مي دهد.
روغن گرم، روغن سرد: براي تهيه روغن كنجد معمولا دانه را مي شويند تا رنگ روي آن از بين برود. سپس دانه ها را آسياب كرده و در آب مي ريزند تا پوست آنها روي آب بيايد. بعد دانه ها را خشك كرده و در آب جوش مي ريزند و خمير مي كنند. اين روغن را روغن سرد مي نامند و از تفاله باقيمانده تحت اثر فشار و گرما روغني به دست مي آيد كه به نام روغن گرم معروف است كه البته ارزش غذايي روغن سرد را ندارد. تفاله باقيمانده نيز هم چنان مصرف غذايي دارد البته براي دام به ويژه گاوهاي شيرده!
بهتر است روغن سرد بخوريم: اگر مي خواهيد از روغن كنجد استفاده كنيد ترجيحاً نوع روغن سرد را استفاده نماييد؛ روغني كه به نام First cold pressed معروف است، زيرا در اثر حرارت دادن روغن كنجد خواص خود را از دست مي دهد.
خواص مفيد كنجد: از نظر طب قديم ايران، كنجد گرم است و بسيار مغذي كه در بيشتر كشورهاي فقير نخستين گزينه براي جانشين شدن گوشت گرانقيمت است. خواص مفيد كنجد به اين شرح است:
1- اگر لاغريد و مي خواهيد چاق شويد، كنجد بخوريد.
2- كنجد گرفتگي صدا را از بين مي برد و نرم كننده معده و ملين روده است اما اگر مايل به خوردن روغن كنجد هستيد و معده ضعيفي داريد حتما با عسل و سركه ميل نماييد، زيرا هضم آن سنگين است.
3- چنانچه سالاد درست كرده ايد، اين بار مي توانيد روغن كنجد را جايگزين روغن زيتون كنيد .

## خواص دارويي كاهو

كاهو يكي از قديمي ترين سبزيجات دنيا به شمار مي رود كه منشأ آن در هندوستان و آسياي مركزي است. كاهو طبق مداركي كه به دست آمده از ? قرن قبل از ميلاد در ايران مصرف مي شده است و يك قرن قبل از ميلاد به روم راه يافته و غذاي مهمي براي روميان بوده است.
كريستف كلمب تخم كاهو را به دنياي جديد برد، به طوري كه از اوايل قرن پانزدهم ميلادي كاهو در هائيتي و باهاما كشت شد. كاهو گياهي است يكساله كه داراي برگ هاي پهن و دراز و سبز با طعم كمي شيرين است.انواع مختلف كاهو كه در حال حاضر در آمريكا كشت مي شود، حدود ?? نوع است و در تمام طول سال وجود دارد.كاهوي پرورشي و اهلي در سالاد استفاده مي شود و كاهوي گرد (Head Lettuce) و كاهوي ايراني (Romano Lettuce) از انواع مهم آن است.كاهوي ايراني از نظر موادغذايي از كاهوي گرد بهتر است. كاهوي گرد ارزش غذايي چنداني ندارد، زيرا داراي مقدار زيادي الياف است كه توليد گاز و نفخ در معده مي كند.
تركيبات شيميايي
كاهوي ايراني داراي ?? گرم آب، ?? كالري انرژي، ?/? گرم پروتئين?/?، گرم مواد نشاسته اي، ?? ميلي گرم كلسيم، ?? ميلي گرم فسفر، ?/? ميلي گرم آهن و ?/? گرم چربي است.اين سبزي همچنين داراي ?? ميلي گرم كلسيم، ?? ميلي گرم سديم، ??? ميلي گرم پتاسيم، ??? واحد ويتامين آ، ?/? ميلي گرم ويتامين ب ? ، ?/? ميلي گرم ويتامين ب? ، ?/? ميلي گرم ويتامين ب ? ، ?? ميلي گرم ويتامين ث، ?/? ميلي گرم ارسنيك و ?/? ?? ميلي گرم اسيد آگراليك است.كاهو از مواد معدني مانند نيكل، كبالت، سولفور و مس نيز برخوردار است.مواد شيميايي كاهو عبارتند از: لاكتوكاروم (Lactucarum) (كه ماده اي است مخدر) موم، رزين، ماليك اسيد و سوكسي نيك اسيد. لاكتو كاروم خواب آور و مسكن است.از لاكتو كاروم به عنوان داروي خواب آور و مسكن و نيز در چشم پزشكي براي گشادكردن مردمك چشم استفاده مي شود.از كاهو همچنين ماده اي به نام تريداس (Thridace) گرفته مي شود كه مسكن و ضددرد است. براي تهيه تريداس ساقه كاهو رسيده را تكه تكه كرده، شيره آن را با فشار خارج مي سازند. اين شيره را سپس حرارت مي دهند تا در اثر حرارت مواد آلوميني آن منعقد شود. در نتيجه، مايعي صاف به دست مي آيد. اين مايع را تحت درجه حرارت كم و در خلأ حرارت مي دهند تا تريداس به دست آيد. اين مايع را مي توان خشك كرد و به صورت پودر درآورد.

خواص دارويي
كاهو از نظر طب قديم ايران سرد و مرطوب است.
كاهو تميز كننده خون، خونساز و ضد تورم، خواب آور و آرام بخش است.
اين سبزي براي ضعف
اعصاب مفيد و ملين و ادرارآور است.
خوردن كاهو براي ماليخوليا نيز مفيد است.
كاهو زخم هاي مجاري ادرار و مثانه را درمان مي كند.
اگر كاهو را با سكنجبين يا سركه بخورند، اشتهاآور مي شود. ضمن آن كه اثر ضدتشنج هم دارد.
كاهو درد معده را تسكين داده، قواي جنسي را هم تقويت مي كند.
توصيه شده براي برطرف كردن درد سينه، كاهو به صورت پخته مصرف شود.
زنان شيرده هم براي زيادشدن شيرشان مي توانند كاهوي پخته بخورند.
كاهو ورم غدد لنفاوي را نيز برطرف مي كند.
خواص تخم كاهو
تخم كاهو از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است.
تخم كاهو خواب آور است و خوردن تخم آن زكام را برطرف مي كند و براي درد سينه نيز مفيد است.
خوردن تخم كاهو براي دستگاه ادراري نافع است و آنهايي كه قطره قطره ادرار مي كنند، بايد تخم كاهو بخورند (در حدود ?? گرم روزانه) تا اين مرض برطرف شود.
مضرات
اگر در خوردن كاهو افراط نشود، اين گياه به هيچ وجه مضر نيست. زياده روي در خوردن كاهو باعث كم شدن قدرت جنسي، فراموشي و كم شدن حافظه، ضعف ديد چشم و نفخ شكم مي شود.
براي برطرف كردن اين عوارض مي توان كاهو را با نعناع، كرفس و زيره خورد.

# خواص هويج

منبع:روزنامه ايران
* خواص دارويي:
در هويج يك نوع انسولين گياهي وجود دارد كه اثر كم كننده قند خون دارد. به همين خاطر اين باور قديمي كه هويج براي مبتلايان به بيماري قند خوب نيست كاملاً غلط است وبيماران قندي مي توانند به مقدر كم از اين گياه استفاده كنند. هويج با داشتن مواد مقوي و ويتامين ها يكي از مهم ترين و مفيدترين سبزيجات براي بدن است. خوردن هويج مقاومت بدن را در مقابل بيماري هاي عفوني بالا مي برد.مصرف هويج در برطرف كردن بيماري هايي از قبيل آب آوردن انساج بدن، بند شدن ادرار، تحريك مجاري گوارشي و تنفسي، سرفه هاي مقاوم، آسم، خلط هاي خوني و دفع كرم اثر معجزه آسايي دارد.
موارد مصرف هويج در بيماري ها
* براي برطرف كردن يبوست يك كيلو هويج را رنده كنيد و در مقداري آب دو ساعت بجوشانيد تا مانند ژله در آيد صبح ناشتا چند قاشق بخوريد
* سوپ هويج براي كودكان شير خوار كه معده حساس دارند مفيد است. براي تهيه اين سوپ ابتدا ??? گرم هويج رنده شده را در قابلمه بريزيد و به آن يك ليتر آب اضافه كرده و بجوشانيد تا كاملاً هويج ها له شود. سپس آن را صاف كرده و به نسبت مساوي باشير مخلوط كرده و در شيشه شير بچه ريخته و به او بدهيد.
*آب هويج را اگر روي صورت بكشيد موجب روشن شدن و جلوه پوست مي شود.
* اگر بخواهيد لاغر شويد همه روزه با غذا هويج خام بخوريد
* اگر مي خواهيد چاق شويد بعنوان صبحانه بايد آب هويج بخوريد
* هويج وپياز را با هم بجوشانيد و به آن آب ليمو اضافه كنيد داروي مؤثري براي درمان بيماري هاي عصبي امراض كليوي و همچنين جوان كننده پوست است.
مضرات
البته با اين همه خواصي كه هويج دارد در مصرف آن نبايد زياده روي كرد ديده شده آنهايي كه هويج زياد مصرف مي كنند رنگ پوست و چشم شان زرد مي شود كه البته خطري ندارد چون اگر چند روز هويج مصرف نكنند، دوباره پوست و چشم به رنگ طبيعي خود بر مي گردد.

# نعناع را بیشتر بشناسیم

نویسنده:عاطفه خوش اخلاق
منبع:روزنامه جوان
چه قدر گیاه نعنا را مي شناسید؟ طبیعت این سبزي گرم است یا سرد؟ چه خواصي دارد و مضرات آن کدام است؟
نعنا گیاهي است با طبیعتي گرما بخش، سرد و خنك کننده، کمي عجیب است نه! گرچه یافتن خواص گرمي یا سردي در یك گیاه توأمان تعجب آور است اما اثر گرمابخشي یا خنك کنندگي نعنا به نحوه استفاده از آن بستگي دارد، چنان چه به صورت خوراکي مصرف شود اثر گرما بخش دارد و گردش خون را بهبود مي بخشد. نعنا قرن هاست که مصرف مي شود.یونانیان و عبري ها از رایحه خنك و تازگي بخش آن عطر مي ساختند و در روم باستان از برگ نعنا تاج هایي براي مراسم مذهبي درست مي کردند. زنان رومي از مخلوط عسل و نعنا براي رفع بوي بد دهان بهره مي بردند و مردان عرب نیز به عنوان نشانه دوستي و محبت چاي نعنا مي نوشیدند.
خواص بیشمار نعنا: این سبزي از گذشته هاي دور به عنوان تقویت کننده قلب شهرت داشته است و سبب تسکین تپش قلب شده و دستگاه گردش خون را بهبود مي بخشد. کمك مفیدي براي همه ناراحتي هایي است که با اسپاسم و درد همراهند از آن شمار: دل درد، کولیت، نفخ، سوزش سر معده، سوء هاضمه، سکسکه، میگرن، بیخوابي، مشکلات روده اي و اسهال، تندي آن محرك کبد و کیسه صفراست و در درمان سنگ کیسه صفرا مؤثر است. در گذشته روغن نعنا را به عنوان روغني نیروبخش به آب وان حمام مي افزودند. هم چنین از نعنا داروهاي استنشاقي مفیدي براي سرماخوردگي و عفونت هاي تنفسي ساخته مي شود. مصرف نعنا در ایران به صورت سنتي به عنوان سبزي خوردن به همراه غذا و استفاده از آن در طبخ غذاهایي نظیر کرفس و آش، هم چنان متداول است. همه ما با عرق نعنا آشناییم، از این عرق براي تسکین دل درد و تقویت قلب استفاده مي شود.

# این یاقوت سرخ

نویسنده:ملیحه تراب پور
منبع:روزنامه قدس
یاقوت سرخ یا همان انار، یکي از میوه هاي پرطرفدار شب یلداست که در کنار سایر میوه ها زینت بخش محافل پذیرایي این مراسم سنتي است.نام میوه انار در قرآن سه بار ذکر شده، به طوري که خداوند در آیه 68 سوره الرحمن مي فرماید: «در آن دو بهشت هرگونه میوه و خرما و انار بسیار است».یکي از جالب ترین ویژگیهاي انار ساختار داخلي آن است، به طوري که اگر پوست چرمي و زیباي آن به یکباره برداشته شود، صدها گوهر سلول مانند آبدار با طعمي شیرین و خوشایند نمایان مي شود که داخل کیسه هایي شبکه اي مانند قرار دارند.ارزش غذایي انار نیز مانند دو میوه دیگر (خرما و زیتون) که در قرآن ذکر شده، بسیار است. انار میوه اي مغذي با کالري 65 مي باشد و با اینکه مقدار پروتئین و چربي آن ناچیز است، اما به عنوان منبعي غني از سدیم محسوب مي شود. همچنین انار حاوي مقادیر زیادي از ویتامین ث، کلسیم و فسفر مي باشد.

خواص آب انار

آب انار به عنوان نوشیدني بسیار دلپذیر در بسیاري از کشورهاي خاورمیانه مورد استفاده قرار مي گیرد. همچنین براي درست کردن انواع ژله، رب انار، چاشني هاي غذایي و شربت انار کاربردهاي فراوان دارد. نکته جالب توجه اینکه انارهاي ترش به علت فراواني اسیدهاي آلي براي تهیه رب بسیار مرغوبند. آب انار، همچنین یك آنتي اکسیدان قوي به شمار مي رود که از بدن در برابر رادیکالهاي آزاد و مولکولهاي مضر که به ایجاد بیماریهاي قلبي و پیري زودرس و سرطان منجر مي شود، محافظت مي کند.

انار در طب سنتي

انار علاوه بر ارزش غذایي، فواید دارویي پزشکي بسیاري دارد که عمدتاً در طب یوناني براي معالجه امراض گوناگون کاربرد فراوان دارد و از نظر دارویي براي درمان اسهال، گوش درد، ضعف بینایي، تب و ناراحتیهاي دندان و لثه و سوء هاضمه مورد استفاده قرار مي گیرد.دیگر اینکه انار علاوه بر اینکه کم خوني را درمان مي کند، در تصفیه خون نیز نقش بسزایي دارد و این به دلیل وجود پتاسیم و منیزیم در آن است و چون فعالیت سلولهاي کبد را زیاد مي کند در احتقان کبد مؤثر بوده و در رفع کلسترول و اوره و دفع سموم و تعادل مایعات بدن بخصوص خون نقش مهمي دارد.

رابطه مصرف انار و شادابي پوست
انار در زيبايي پوست و شادابي آن نيز بسيار مؤثر است و بوي بد دهان و زردي دندانها را از بين مي برد كه امام رضا(ع) در همين ارتباط مي فرمايند: «خوردن انار باعث نيكويي رخسار كودك مي شود.»
بوميان سريلانكا نيز كه از طب گياهي براي درمان امراض مختلف استفاده مي كنند، به منظور معالجه اسهال و برونشيت، شكوفه درخت انار را به صورت چاي، دم كرده و آن را مصرف مي كنند.شكوفه ها و گلهاي زيباي انار براي كاهش و تسلي دادن درد چشم و ناراحتيهاي آن نيز بسيار مؤثر است، همچنين جوشانده گل انار و استفاده از آن به صورت غرغره براي معالجه ورم گلو و جلوگيري از خونريزي لثه بسيار مفيد خواهد بود.
بنابراين، با فرا رسيدن فصل زمستان و فراواني آن در ميان ميوه هاي موجود در بازار، براي حفظ سلامت و شادابي خود، مصرف انار را از ياد نبريد .

# اسپرغم همان ریحان است

منبع:روزنامه جوان
اگر روزي در حالي كه كباب كوبيده خوشمزه اي را نوش جان مي كنيد از شما بپرسند آيا «اسپرغم» با كبابتان ميل مي كنيد چه خواهيد گفت؟! كمتر كسي مي داند كه اسپرغم همان سبزي و ريحان است، اما چه شد كه واژه «ريحان» عربي جاي «اسپرغم» فارسي را گرفت بماند.گياه ريحان از هندوستان آمده است و به زودي در يك مقطع كوتاهي از تاريخ آشپزي در جهان به عنوان يك طعم دهنده و عطر دهنده مورد استفاده قرار گرفت و در كشور ما هم پاي ثابت كباب كوبيده شد!از فرهنگ ملل مختلف چنين برآمده كه در مالزي ريحان را در محل دفن مردگان مي كارند و يا در كشور مولداوي رسمي وجود دارد كه هنوز هم پا برجاست و آن اين كه يك مرد زن مورد علاقه اش را با قبول دسته اي ريحان از او انتخاب مي كند. پزشكان قديم به سختي اثر درماني براي ريحان قايل بودند و اين گياه را سمي و خطرناك مي دانستند.
هميشه ريحان بخوريم
با اين ميان تيتر معلوم است كه ريحان هم خواص دارويي دارد و هم سبزي معطري است براي طعم دادن به غذا. ريحان اعصاب را آرام مي كند و براي سردردهاي عصبي بسيار موثر است مي توانيد جوشانده آن را امتحان كنيد. كافي است ?? تا ?? گرم از ساقه ريحان كه داراي برگ و گل است در يك ليتر آب جوش بريزيد و ?? دقيقه دم نماييد و سپس از صافي رد كنيد و پس از هر نوبت غذا يك فنجان بنوشيد. بي ترديد غم و اندوه نيز از شما دور خواهد شد! ريحان ضد دل پيچه و نفخ است چنانچه معده ضعيفي داريد، حتماً با غذا ريحان بخوريد. ريحان ميكروب اسهال و وبا را مي كشد و ضدتهوع و استفراغ است.
همچنين در حديث است كه امام صادق(ع) فرمود: ريحان سبزي پيامبران است و بدانيد كه هفت خاصيت در آن وجود دارد: ?-غذا را گوارا مي كند. ? - منفذها را باز مي كند ?- دهان را خوشبو مي سازد. ?- اشتها را به غذا افزايش مي دهد. ?- بيماري را از بين مي برد. ?- دافع مرض سل است، شخص را از بيماري جذام ايمن مي گرداند. ?- اندوه و غم را زايل مي سازد.

# ترب و تربچه؛ يك درمان نقلي

منبع:روزنامه قدس
كليات گياه شناسي
ترب گياهي است يك ساله كه ارتفاع ساقه آن تا يك متر مي رسد. برگهاي آن پهن، ناصاف، كرك دار و با بريدگي هاي نامنظم مي باشد. گلهاي آن به رنگ سفيد، زرد روشن، آبي روشن و بنفش است كه در انتهاي شاخه ظاهر مي شود.
به طور كلي دو نوع ترب وجود دارد:
1- ترب سياه كه معمولاً در پاييز برداشت مي شود.
2- تربچه كه به رنگهاي مختلف قرمز و صورتي كه دراز يا گرد مي باشد.
خواص داروئي:
ترب از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است و از زمانهاي بسيار قديم براي درمان بسياري از بيماري ها به كار مي رفته است.
1) ترب براي دفع سنگهاي صفراوي مفيد است.
2) ترب در بعضي از اشخاص توليد گاز و آروغ مي كند و تخم آن گاز و نفخ را از بين مي برد.
3) ترب براي درمان نقرس و رماتيسم مفيد است.
4) برگ ترب اگر با غذا خورده شود، به هضم آن كمك مي كند.
5) آب برگ ترب براي تقويت چشم مفيد است.
6) ترب براي درمان يرقان مفيد است.
7) تخم ترب درد را تسكين مي دهد.
8) در صورت مسموميت غذايي مقداري تخم ترب را همراه با سكنجبين به بيمار بدهيد؛ زيرا باعث استفراغ مي شود و معده را پاك مي كند.
9) براي مداواي زخمهاي بدن از ترب و عسل ضماد تهيه كرده و روي زخم بگذاريد.
10) دم كرده ترب ادرار آور است.
11) تخم ترب ادرار آور و قاعده آور است.
12) اگر دست يا پاي شما سرمازده است، ترب را در آب بجوشانيد و بگذاريد تا كمي سرد شود، به طوري كه دست را نسوزاند سپس عضو سرمازده را چند بار در روز در اين جوشانده قرار دهيد.
13) دم كرده ريشه ترب تقويت كننده بدن است.
14) براي دفع سنگ كيسه صفرا و سرفه هاي تشنج آور از ترب به صورت زير استفاده كنيد :
در يك ترب بزرگ حفره اي ايجاد كرده و همچنين در ته سوراخ ريزي به

وجود آوريد، به طوري كه آب قطره قطره از آن خارج شود. سپس مقداري شكر در حفره ريخته و آن را با آب پر كنيد و ترب را در دهانه شيشه يا استكاني قرار دهيد كه آب آن قطره قطره از سوراخ ريز ته ترب خارج شده و در داخل شيشه يا استكان بريزيد و اين آب را چند بار در روز بنوشيد.

15) خوردن تخم ترب ترشح شير را زياد مي كند.

16) خوردن ترب رنگ چهره را باز مي كند.

17) جوشانده ترب براي درمان اسهال خوني مفيد است.

# کاهو و نعناع

منبع:روزنامه جوان

## نعناع

از سبزي هاي عطردار و خوردني است. نعناع مقدار زيادي ويتامين «آ» و «ث» دارد. قسمت قابل استفاده آن برگ و شاخه هاي گلدار است كه از آن عرق نعناع مي گيرند.عرق نعناع نيروبخش و مفيد است. ترشحات معده را كم مي كند و عفونت ها را از بين مي برد. همچنين «كلسترول» خون را پايين مي آورد. برگ هاي خشك كرده آن براي خوشبو كردن ماست و دوغ به كار مي رود. سرخ كرده خشك آن نعناع داغ است كه براي خوشبو شدن و تزيين آش ها مصرف مي شود.نعناع ضدعفوني كننده و ضد سم است.خوردن آن با نان و پنير براي تقويت اعصاب مفيد است. البته فراموش نشود كه زياد خوردن آن باعث خارش گلو مي شود.

## كاهو

كاهو داراي ويتامين هاي «آ»، «ب»، «ث» و مقدار زيادي آهن و كلسيم است. خوردن كاهو خون را زياد مي كند و باعث درمان بيماري كم خوني مي شود. همچنين كاهو تشنگي را برطرف مي كند و يرقان را معالجه مي كند. خوردن كاهو باعث آرامش اعصاب و از بين رفتن دلهره مي شود. افرادي كه فشار خون دارند بهتر است زياد كاهو بخورند. اين سبزي ادرارآور خوبي است. كاهو بهترين هضم كننده غذا است و يبوست را درمان مي كند.

# ميوه هاي رنگي

منبع:روزنامه قدس
بايد بدانيم بيشتر ميوه ها كه به ويژه در فصل تابستان فراوان هستند حاوي آنتي اكسيدان (موارد مقابله كننده در بروز راديكالهاي آزاد در بدن) بوده و به سبب داشتن انواع رنگ دانه هاي ارغواني به غشاي سلولها كمك كرده و مانع از تخريب آنها مي شوند.
سيب:
اين ميوه حاوي انواع ويتامينها، آهن، كلسيم، مس، روي، اسيدهاي آمينه، مواد پروتييني است و با داشتن الياف سلولزي از بروز سرطان جلوگيري مي كند. سيب باعث پاك كردن معده، تقويت فكر، سلسله اعصاب، قلب و كبد، درمان اسهال و پايين آورنده تب بوده و بوييدن آن نيز براي رفع تنگي نفس بسيار سودمند است.افرادي كه دچار بي خوابيهاي پي در پي هستند، مي توانند هر شب قبل از خواب سيب بخورند و اين ميوه به علت داشتن "يد" براي تقويت غده تيروئيد بسيار مفيد مي باشد.علاوه بر آن خواص سيب در زيبايي يك معجزه بوده و مردم مي توانند صبح و شب با نوشيدن آب سيب، چين و چروكهاي روي گردن و پوست صورت را به همراه ماساژ آرام آنها رفع كرده و هر هفته از ماسك سيب پخته در شير استفاده كنند.همچنين مي توانند پس از پختن سيب در شير، آن را له كرده و پس از ولرم شدن روي پوست خود ماساژ دهند.خوردن روزانه يك عدد سيب توسط افراد به ويژه سالمندان، آرامش اعصاب، خواب راحت و هضم غذاي بهتر را به همراه دارد.
گيلاس:
ميوه گيلاس با داشتن رنگ دانه هاي ارغواني، علاوه بر مقابله در برابر سرطان، مي تواند در حفظ و كنترل چربيهاي خون مؤثر باشد.
خربزه و طالبي:
اين ميوه ها مي توانند ويتامين، آب و مواد معدني گلوكز مورد نياز سلولهاي مغز كودكان را فراهم كنند.

# نعنا مسكن سردردهاي عصبي است

دكتر"اميد صادق پور"، داروساز و عضو هيأت علمي دانشگاه علوم پزشكي ايران در گفت و گو با ايسنا در خصوص "سردرد و فرآورده هاي دارويي گياهي مؤثر برآن" گفت: بيماراني كه به علت انقباضات طولاني مدت عضلات و گرفتگي و فشارعروق اطراف آن، همچنين وجود استرس و مشكلات عصبي به سردردهاي تنشي ناشي از اختلالات مذكور دچار هستند، به وسيله نعنا تسكين مي يابند. عضو مؤسسه مطالعات تاريخ پزشكي و طب مكمل، همچنين گياه " شيرين بيان" را در درمان سردردهاي سينوسي مؤثر دانست و افزود: سينوزيت با عفونت سينوسهاي بيني، پيشاني و صورت موجب سردردهاي شديدي در اطراف چشم و پيشاني مي شود كه براي از بين بردن عفونت آن علاوه بر استفاده آنتي بيوتيك به صورت معمول، گياه شيرين بيان و اكي ناسه به عنوان ضد ويروس و تقويت نيروي ايمني بدن مؤثر است

# نعناع

نويسنده:سحر شهنازي
منبع:sharghnewspaper.ir
گياهي است چندساله داراي ريزوم هاي خزنده، برگ هاي تخم مرغي يا سرنيزه اي، ساقه راست منشعب و ساده به ارتفاع 80- 30 سانتي متر و غالبا چهارگوش كه در بخش فوقاني با كرك هاي سفيدرنگ پوشيده شده است. جام گل به رنگ سرخ يا ارغواني، در خارج كركدار و در داخل عاري از كرك است. لوب زيرين كمابيش همانند ساير گلبرگ ها است ولوب بالايي تخم مرغي است. ميوه شبه تخم مرغي است و داراي نوك گرد و كرك آلود است. برگ ها بخش دارويي اين گياه را تشكيل مي دهند. شكل و اندازه برگ ها بسيار متنوع و اكثرا بدون دمبرگ يا داراي دمبرگ كوتاه هستند. بهترين زمان جمع آوري گياه موقع گلدهي است كه ماه هاي تير و مرداد است. اين گياه در اكثر نواحي ايران مي رويد. اين گياه داراي 1 درصد اسانس است كه قسمت عمده آن را كارون و دي هيدروكارون و منتول تشكيل مي دهد. نعناع داراي اثرات ضداسپاسم، ضدنفخ و ضدميكروبي بوده و در درمان ناراحتي هاي گوارشي و همچنين به عنوان آرام بخش استفاده مي شود. در طب گذشته از نعناع به عنوان ضدنفخ، مسكن و برطرف كننده سوءهاضمه استفاده مي شده است. اين گياه داراي درصد بالايي از اسانس است لذا داراي خاصيت آنتي سپتيك است. همچنين به علت داشتن اسانس و خصوصا درصد بالاي كارون داراي خاصيت بادشكن است. از فرآورده هاي موجود در بازار مي توان به قرص آلتادين، قرص منتاو شربت گريپ ميكسچر اشاره كرد.مقدار مصرف اين گياه به ميزان ? تا ? گرم به صورت دم كرده سه مرتبه در روز است.

# زردچوبه

نويسنده:سحر شهنازي
گياهي است علفي، پايا به ارتفاع يك تا 1/5 متر و داراي ريزوم متورمي كه از آن چندين ساقه هوايي خارج مي شود. از مشخصات آن اينكه در قاعده ساقه گياه برگ هاي بدون دمبرگ سبز روشن شبيه برگ موز با غلاف مشخص ولي در قسمت فوقاني آن برگ هاي كامل ظاهر مي شود. گل هاي آن مجتمع به صورت سنبله و به رنگ سبز مايل به زرد است. تخم آن خيلي ريز و سياه رنگ است. قسمت مورد استفاده دارويي اين گياه ريزوم آن است كه پس از خارج كردن از زمين ريشه هاي جانبي آن را جدا ساخته با آب مي شويند سپس در آب جوش قرار داده پس از خارج كردن در گرماي خورشيد به مدت چند روز خشك مي كنند.
ريزوم هاي خشك شده را به دو صورت وارد بازار تجارت مي كنند. زمان برداشت آن معمولاً 12- 10ماه پس از كاشت است. گياه زردچوبه را در كشورهاي هندوستان، پاكستان، اندونزي، جنوب چين، آفريقا و آمريكاي جنوبي كشت مي دهند. ماده موثر آن جزء روغن هاي فرار بوده روغن فرار (5/5 _ 1/3 درصد) محتوي سزكويي ترپن است. زردچوبه به عنوان صفرا آور، ضد نفخ و در تسكين دردهاي روماتيسمي و نيز به عنوان ادويه به صورت خوراكي مصرف مي شود. به صورت موضعي در درمان برخي التهابات پوستي استفاده مي شود. در طب گذشته از زردچوبه به صورت خوراكي به عنوان صفرا آور استفاده مي شده است و به صورت موضعي در درمان سپوريازيس مورد مصرف داشته است. بايد دور از نور و در ظرف كاملاً بسته نگهداري شود.

# ريحان

گياهي است يك ساله با ساقه چهارگوش به صورت افراشته و منشعب به ارتفاع 15 سانتي متر تا يك متر داراي كرك هاي كوتاه يا بدون كرك. برگ هايش تخم مرغي تا سر نيزه اي و متقابل كه در سطح فوقاني نرم و صاف و در سطح تحتاني بر روي رگ برگ ها كرك دارد. برگ ها در حاشيه كمي دندانه دار بوده و رنگ برگ سبز و گاهي شديداً بنفش مي شود. برگ هاي واقعي در سرشاخه هاي گلدار به شكل براكته و پهن و تخم مرغي شكل نوك تيز، خشن و به بلندي كاسبرگ ها و اغلب بنفش رنگ هستند. گلبرگ ها سفيد يا صورتي يا چند رنگ هستند. ميوه به صورت فندقه كوچك تقريباً كروي حاوي چهاردانه خيلي كوچك بيضوي به رنگ قهوه اي تا سياه است.
قسمت مورد استفاده ريحان به صورت برگ هاي كامل يا شكسته و غالباً پيچ خورده همراه با قطعاتي از ساقه چهارگوش، سرشاخه هاي گلدار و ميوه ها است. زمان جمع آوري ريحان هنگامي است كه گياه به گل رفته باشد. موعد شكفتن گل هاي ريحان فصل بهار و تابستان است. منشاء اوليه گياه احتمالاً از آسيا بوده ولي امروزه در بسياري كشورهاي جهان خصوصاً در كشورهاي نواحي مديترانه كاشته مي شود. پرورش اين گياه در اغلب نواحي ايران در محيط باز و گلخانه معمول است. در اندام هوايي ريحان براساس واريته و كموتايپ، منشاء گياه و زمان جمع آوري، مقدار اسانس جمع آوري شده بين 0/04تا 0/7درصد گزارش شده است.
اسانس حاصله به رنگ زرد مايل به سبز است. از ريحان به عنوان ضد اسپاسم، ضد نفخ، اشتهاآور، آرام بخش، مدر و شيرافزا استفاده مي شود. علاوه بر آن به عنوان سبزي و ادويه مورد مصرف است. از اسانس ريحان در صنايع كنسروسازي و آرايشي- بهداشتي استفاده مي نمايند. در طب گذشته از ريحان به عنوان ضد التهاب، اشتهاآور و ضد اسهال استفاده مي شده است. گياه و اسانس آن را در محلي خنك و دور از نور و رطوبت در ظروف فلزي يا شيشه اي بايد نگهداري كرد و تاكنون فرآورده اي از برگ ريحان به بازار رسمي دارويي ايران وارد نشده است.

# زرشك

زرشك خوراكي محصول درختچه اي است به ارتفاع 3 تا 6 متر با شاخه هاي شكننده به رنگ قرمز مايل به قهوه اي، برگ هاي چرمي، تخم مرغي، پهن و گلي آذيني مجتمع كه داراي 20تا 25و گاهي تا 40 گل است. ميوه هاي كوچك قرمز رنگ به شكل خوشه هاي آويخته اند. ميوه زرشك داراي اسيد هاي آلي و تركيبات فنولي بوده و علاوه بر رنگدانه هاي آنتوسيانيني و كاروتنوئيدي داراي آنزيم هاي فنولاز، پلي فنولاز و گليكوزيداز است. طبق شواهد به نظر مي رسد كه ذكرياي رازي نخستين كسي بوده كه خواص طبي اين گياه را شناخته و خوردن آب زرشك را براي درمان تب، عطش و التهاب توصيه كرده است. در ايران مردم آب زرشك را مي نوشند و از ميوه آن در تهيه غذا، مربا، ترشي، لواشك، شربت، پولكي و سوهان عسلي استفاده مي كنند. در سال هاي اخير به منظور استفاده صنعتي از زرشك تحقيقات زيادي درباره تهيه فرآورده هاي مختلفي مانند نوشابه، سس، ژله، آب نبات، پاستيل، پودر رنگي خوراكي و... از ميوه زرشك انجام شده است. ميوه زرشك به دليل طبيعت سرد و خشكي كه دارد براي تقويت كبد، قلب، مسكن معده و بند آورنده خون بواسير و از برگ زرشك نيز در عوارض ناشي از كمبود ويتامين C و درمان زخم معده، رفع اسهال و آب آوردگي بافت ها و درمان اسكوربوت استفاده مي شود. براساس مطالعات بيشتر خواص دارويي زرشك مربوط به آلكالوئيدهاي مختلف در اندام هاي مختلف اين گياه است.
در ايران استان خراسان و عمدتاً شهرستان هاي قائن و بيرجند مهم ترين مناطق توليد زرشك در كشورند و تقريباً ?? درصد زرشك كشور در اين دو شهر توليد مي شود. در سال هاي اخير كشت اين محصول به شهرستان هاي گناباد و فردوس هم گسترش يافته است.

## چرا سير براي قلب مفيد است؟

منبع:news.bbc.co.uk
دانشمندان كليد معماي رابطه خوردن سير و سلامت قلب را كشف كرده اند. دليل اين امر وجود ماده اي به نام آليسين (allicin) است. اين همان ماده ايست كه با شكسته شدن به مواد مركب حاوي گوگرد، بوي نامطلوبي در دهان و نفس ايجاد ميكند.
اين مواد مركب با گلبولهاي قرمز خون واكنش نشان داده و سولفيد هيدروژن توليد ميكند. اين ماده رگهاي خوني را آزاد و شل كرده و گردش خون را آسان ميكند. به همين دليل است كه خوردن سير موجب افت فشار خون ميشود. با اين حال، كارشناسان انگليسي عقيده دارند كه مصرف مواد كمك غذايي تهيه شده از سير ميتواند عوارض جانبي داشته باشد.
سولفيد هيدروژن بويي مانند تخم مرغ گنديده دارد و در توليد بمبهاي متعفن به كار ميرود. اما در مقادير اندك نقشي حياتي در تقويت ارتباطات ميان سلولي دارد. اين ماده در درون رگهاي خوني به تحريك سلولهاي جدار رگ پرداخته و آنها را شل و آرام ميكند و در نتيجه رگها اندگي گشاد ميشوند. نتيجه وقوع اين امر، كاهش فشار خون است و خون ميتواند اكسيژن بيشتري به اندامهاي اصلي برساند و به اين ترتيب از فشار قلب نيز كاسته خواهد شد. تيم محققين در دانشگاه آلاباما، رگهاي خوني موش را در ماده اي حاوي عصاره سير له شده شستشو دادند.
نتيجه اعجاب آور
اين آزمايش نتايج اعجاب آوري به همراه داشت و سفتي و انقباض رگ تا 72 درصد كاهش يافت. محققين همچنين متوجه شدند كه گلبولهاي قرمز خون در تماس با مقدار اندكي از عصاره سيري كه از سير معمولي گرفته شده بود، بلافاصله واكنش نشان داده و شروع به منتشر نمودن سولفيد هيدروژن كردند. آزمايشهاي بيشتر و دقيقتر نشان داد كه اين واكنشها اساسا بر روي سطح سلولهاي خوني انجام ميگيرد. محققين چنين نظر دارند كه توليد سولفيد هيدروژن در گلبولهاي قرمز خون ميتواند براي استاندارد سازي ميزان دريافت روزانه مواد كمك غذايي توليد شده از سير، بسيار مفيد واقع شود.
به گفته دكتر ديويد كراوس (David Kraus) سرپرست تحقيقات مذكور :" تحقيقات ما نشان ميدهد كه حضور سير در برنامه غذايي روزانه بسيار خوب است".
"شكي نيست كه در مناطقي مانند شرق دور و نواحي مديترانه كه مصرف سير بالاست، وقوع بيماريهاي قلبي/عروقي بسيار كم است."

جودي او ساليوان (Judy O"Sullivan) پرستار بيماريهاي قلبي در بنياد قلب بريتانيا ميگويد: " اين تحقيق جالب نشان ميدهد كه سير ميتواند مزاياي متعددي براي سلامت قلب داشته باشد."
" با اين حال، هنوز به طور صد در صد مشخص نشده است كه آيا مصرف سير به عنوان دارو و براي كاهش خطر ابتلا به بيماريهاي انسداد عروق يا مشكلات قلبي كافي و عملي هست يا خير."
" اين نكته بسيار اميت دارد كه مقادير زياد مواد كمك غذايي ميتوانند با داروهاي رقيق كننده تداخل كرده و خطر خونريزي داخلي را افزايش دهند.

# هل، دانه معطر

نويسنده:سپيده سليمي
عطر خوش و اثر گرمابخش و اشتهاآور هل اين دانه را يكي از بهترين طعم دهنده ها براي انواع نوشيدني، دسر، شيريني و حتي لاروها مي سازد. در هندوستان، خاورميانه، اروپا و آمريكاي لاتين اين ادويه روغني براي تهيه انواع كاري، نان، كيك ها و شيريني ها و همچنين چاي و قهوه به كار مي رود. در بسياري از شيريني ها و دسرهاي سنتي ايراني نيز از هل كوبيده يا آسياب شده استفاده مي شود.منشاء دانه هل به هند بازمي گردد؛ جايي كه به سبب ارزش ويژه آن در طب آيورودا گرامي داشته مي شود. در قرن نوزدهم در انگلستان بانوان دانه هاي هل را در جيب حمل مي كردند و آنها را براي كمك به هضم غذا و معطر كردن نفس شان مي جويدند. جويدن دانه هاي هل پس از صرف غذا ضمن كمك به هضم و گوارش بهتر غذا مي تواند بوي نامطبوع سير و پياز را نيز خنثي كند.
دانه هاي هل خواص گرمابخشي داشته و معده و روده ها را تقويت مي كنند. هل اشتها را تحريك مي كند و عمل هضم را بهبود مي بخشد. نوشيده دم كرده داغ آن موجب تسكين كوليت، سوءهاضمه، باد نفخ، حالت تهوع و بي حالي شده و مانع ترشح زياد اسيد معده مي شود. يكي از خواص ويژه و بسيار ارزشمند هل جلوگيري آن از تشكيل خلط در گلو است. از اين رو مي توان آن را به محصولات لبني و پودينگ ها افزود تا اثر شير را كه موجب تشكيل خلط در گلو مي شود خنثي كرده و به هضم آن نيز كمك كند.
دانه هاي هل خاصيت اكسپكتورانت داشته و سينوس ها و برونش ها، بيني و سينه را از خلط و ترشحات اضافي پاك مي كنند.هل چنان كه ذكر شد خواص گرمابخش و انرژي زا دارد از اين رو به بهبود روحيه و بازيابي انرژي و توان از دست رفته كمك مي كند، اضطراب و نگراني را كاهش مي دهد و در رفع افسردگي موثر است. هل همچنين كليه ها را تقويت مي كند و گفته مي شود براي درمان شب ادراري كودكان مفيد است.
براي تهيه يك چاي معطر، آرام بخش و خوش طعم 4عدد دانه هل را همراه با 4 عدد دانه فلفل سياه، 4عدد دانه ميخك، يك قطعه دارچين نكوبيده و چند حلقه نازك زنجبيل تازه در 600 ميلي ليتر آب بريزيد. آن را به مدت نيم ساعت روي حرارت ملايم قرار دهيد اما مواظب باشيد نجوشد. چاي را صاف كنيد و داغ همراه با كمي شير يا عسل بنوشيد. نوشيدن اين چاي دوبار در روز درماني فوق العاده براي سرفه و سرماخوردگي است .

داروهاي ضد درد

داروهاي ضد التهاب غير استروئيدي:
1-آسپرين(ASPIRIN) و يا استيل ساليسيليك اسيد(ACETYLSALICYLIC ACID=ASA)
2-ديكلوفناك(DICLOFENAC)
3-ايبوپروفن(IBUPROFEN)
4-مفناميك اسيد(MEFENAMIC ACID)
5-ناپروكسن(NAPROXEN)
6-كتوپروفن(KETOPROFEN)
7-سولينداك(SULINDAC)
8-پيروكسيكام(PIROXICAM)
9-ملوكسيكام(MELOXICAM)
10-تولمتين(TOLMETIN)
11-نابومتون(NABUMETONE)
12-ايندومتاسين(INDOMETHACIN)
13-اتودولاك(ETODOLAC)
14-اگزاپروزين(OXAPROZIN)
15-فنيل بوتازون(PHENYLBUTAZONE)
16-سلكوكسيب(CELECOXIB)
17-فلور بيپروفن(FLURBIPROFEN)
18-نيمسولايد(NIMESULIDE)
19-مكلوفنامات(MECLOFENAMATE)
نكته: استامينوفن(ACETAMINOPHEN) و يا پاراستامول(PARACETAMOL) اثر ضد التهابي بسيار اندكي داشته و جزو دسته ضد دردهاي غير استروئيدي قرار نمي گيرد. استامينوفن را ميتوان به عنوان يك ضد درد و تب بر استفاده كرد. استامينوفن بر خلاف داروهاي ضد التهاب غير استروئيدي بروي عملكرد انعقاد خون اثري نداشته و همچنين باعث تحريك گوارشي نيز نمي گردد، اما مصرف بي رويه آن باعث آسيب به كبد ميشود.
مكانيسم اثر:
با مهار آنزيمهاي سيكلواكسيژناز 1 (COX-1)(CYCLOOXYGENASE- 1) و سكلواكسيژناز 2 (COX-2) سنتز پروستاگلاندين ها(PROSTAGLANDINS) و ترومباكسان(THROMBOXANE) از آراكيدونيك اسيد(ARACHIDONIC ACID) را متوقف ميسازد.

پروستاگلاندين ها كاركردهاي متفاوتي در بدن دارند، از جمله ايجاد التهاب، درد و تب-حمايت از عملكرد پلاكت هاي خون-محافظت از پوشش معده-جريان خون طبيعي كليه ها و غيره.
موارد مصرف:
براي كاهش درد، التهاب و تب.
1-آرتروز وآرتريت.
2-سردرد و ميگرن.
3-قاعدگي دردناك.
4-درد استخوانها و مفاصل.
5-كنترل درد.
6-تب (به ويژه ايبوپروفن، ناپروكسن و استامينوفن)
7-رگ به رگ شدگي و كشيدگي عضلات.
8-دندان درد و كمر درد.
9-تسكين درد ناشي از سنگ كليه.
10-نقرس حاد.
11-پيشگيري از سكته مجدد (آسپرين)
موارد منع مصرف:
1-در صورت سابقه حساسيت به هر يك از اين داروها.
2-مصرف آسپرين در كودكان و نوجوانان پايين تر از 16 سال ممنوع ميباشد. چراكه كودكاني كه درمعرض ابتلا به آنفلوآنزا و آبله مرغان ميباشند با مصرف آسپرين ممكن است دچار نشانگان ري(REYE) گردند. اين ضايعه موجب آسيب مغزي و مرگ ميگردد.
3-در دوران بارداري و شيردهي نبايستي مصرف گردند (اما مصرف استامينوفن مجاز است)
4-افرادي كه از زخم معده و نقص سيستم انعقادي رنج ميبرند.
5-همراه با داروهاي ضد انعقاد خون نبايد مصرف گردند.
مصرف بايد تحت نظر پزشك صورت گيرد:
1-مبتلايان به آسم.
2-مبتلايان به احتلالات قلبي،كبدي و كليوي.
تداخلات دارويي:
1-داروهاي فشار خون.
2-داروهاي انعقاد خون.
3-داروهاي ادرار آور.
اشكال دارويي:
كپسول-قرص-آمپول-شياف-ژل و كرم.
عوارض جانبي:

1-تحريك گوارشي: تهوع، استفراغ، سوء هاضمه، زخم و خونريزي معده، اسهال و يبوست.
2-آسيب به كليه ها: احتباس مايع و نمك،افزايش فشار خون،نارسايي كليه ها(چنانچه بصورت بي رويه و ياهمراه با داروهاي ضد فشارخون و ادرار آورها مصرف گردند)
3-افزايش حساسيت به نور: آفتاب سوختگي افزايش مي يابد (به ويژه ديكلوفناك و پيروكسيكام)
4-آسيب به جنين و نوزاد: نبايد در دوران بارداري و شيردهي مصرف گردند. (به استثناي استامينوفن)
5-واكنش حساسيتي:بثورات جلدي، تنگي نفس و شوك حساسيتي.
6-ساير عوارض: سردرد، سر گيجه، كاهش اشتها، خواب آلودگي و افزايش آنزيم هاي كبدي.
7-داروهاي ضد التهاب غير استروئيدي (به ويژه آسپرين) از تجمع پلاكت ها و انعقاد خون جلوگيري ميكنند. بنابراين افرادي كه دچار احتلالات خوني ميباشند و يا از داروهاي ضد انعقادي استفاده ميكنند بايد از مصرف آنها خودداري كنند.
8-مصرف آسپرين علام آسم را تشديد ميكند. نكته:افرادي كه الكل مصرف ميكنند، عوارض ناشي از مصرف در آنها افزايش مي يابد.
نكته: عوارض در افراد سالخورده ممكن است شديد تر باشد. در افراد مسن گيجي، ورم صورت و پاها و كاهش ناگهاني ادرار ميتواند روي دهد.
نكته:چنانچه ازاينگونه داروها براي كنترل درد استفاده ميگيردد، نبايد بيش از 7-10 روزازآنها استفاده شود.
نكته:آسپرين روكشدار داراي روكش انتريك(ENTERIC) ميباشد. روكش باعث ميگردد آسپرين بدون تغييراز معده عبوركرده و درروده كوچك حل گرديد. بنابراين از تحريك گوارشي در معده جلوگيري ميگردد.اما روكش شروع اثر آسپرين را به تاخير مي اندازد.
نحوه مصرف:
1-اشكال خوراكي را همراه با يك ليوان پر از آب مصرف كنيد. پس از مصرف تا 15-30 دقيقه به حالت قائم باقس مانده و از دراز كشيدن خودداري كنيد تا تحريك گوارشي كاهش يابد.
2-براي كاهش تحريك گوارشي ميتوان آنها را همراه با غذا و يا داروهاي ضد اسيد معده مصرف كرد.
3-هيچگاه ميزان دوز تجويزي را افزايش ندهيد.
ضد دردهاي شبيه افيوني و يا مخدر(NARCOTIC)(OPIOIDS) :
داراي اثرات قوي تر و سريعتر نسبت به ضد دردهاي غير مخدري ميباشند.ضد دردهاي مخدر به انواع طبيعي،نيمه صناعي و صناعي تقسيم

بندي ميگردند.
ضد دردهاي مخدر:
1-مورفين(MORPHINE)
2-كدئين(CODEINE)
3-فنتانيل(FENTANYL)
4-متادون(METHADONE)
5-پتيدين(PETHIDINE)
6-ترامادول(TRAMADOL)
7-مپردين(MEPERDINE)
8-پنتازوسين(PENTAZOCINE)
9-اكسي كدون(OXYCODONE)
10-بوپرنورفين(BUPRENORPHINE)
11-پروپوكسيفن(PROPOXYPHEN)
12-اكسي مورفون(OXYMORPHONE)
13-پروپوكسيفن(PROPOXYPHENE)
14-لوورفانول(LEVORPHANOL)
15-هايدرومورفون(HYDROMORPHONE)
16-ديامورفين(DIAMORPHINE)
نحوه اثر:
1-با اتصال به گيرنده هاي اوپيود در مغز، نخاع و مجاري روده و معده از ارسال پيام هاي درد به مغز جلوگيري ميكنند. در واقع شبيه ضد دردهاي مخدر طبيعي بدن موسوم به آندورفين ها عمل ميكنند.
2-تحريك مركز لذت در مغز.
اشكال دارويي:
قرص، كپسول و آمپول.
تداخلات دارويي:
الكل-آنتي هيستامينها-بنزوديازپين ها-باربيتورات ها.
عوارض جانبي:
1-وابستگي و اعتياد.
2-خواب آلودگي و سرخوشي.
3-گيجي.
4-يبوست و كاهش ادرار،تهوع و خشكي دهان.
5-تپش قلب.
6-توهم.
7-كما.
ضددردهاي كمكي :

اين دسته از داروها مسكن درد نيستند اما در برخي شرايط خاص باعث كاهش درد ميشوند. (كاهش دردهاي نوروپاتيك = حاصل از آسيب عصبي)
1- داروهاي ضد افسردگي: مانند فلوكسيتين(FLUXITINE) و دسيپرامين(DESIPRAMINE)
2- داروهاي ضد تشنج: مانند گاباپنتين(GABAPENTIN)، فنيتوئين(PHENITOIN) و كلونازپام(CLONAZEPAM)
3- بي حس كننده هاي موضعي: نظير ليدوكائين (LIDOCAINE) و كاپسايسين(CAPSAICIN) .

# جو

نویسنده:منصور کاظم زاده

جو: گياهي است از خانواده Gramineae كه از روزگاران كهن، به عنوان يكي از تركيبات غذايي شفابخش مورد توجه بسياري از پزشكان قرار گرفته و در طب اسلامي نيز اشارات فراواني بر آن شده است. اخيراً جو به عنوان يك ضد LDL طبيعي شناخته شده است. جو داراي تركيباتي است كه باعث كاهش كلسترول بد (LDL) مي شود و از آنجا كه هر چه ميزان كلسترول LDL بيشتر باشد، خطر ابتلا به بيماري هاي قلبي نيز افزايش مي يابد، مصرف جو بسيار توصيه مي شود. جو در كاهش بروز اختلالات گوارش و نيز آلرژي بسيار موثر است. از ديگر فوايد آن مي توان به تاثير آن بر زيبايي اشاره كرد. جو، جوش صورت را از بين مي برد و به دليل دارا بودن مقادير زيادي فيبر گياهي، نقش قابل توجهي در كاهش وزن ايفا مي كند. مطالعات نشان مي دهد، منابع سرشار از فيبر مانع بالا رفتن قندخون، فشارخون و كلسترول مي شود و با تنظيم عملكرد روده از بروز يبوست مي كاهد.

جو به صورت هاي مختلفي يافت مي شود. يكي از بهترين فرآورده هاي جو، مالت جو است كه حاوي مقادير فراواني ويتامين B1، B2 و B12 بوده و به دليل تاثيري كه بر ميزان و كيفيت شير مي گذارد، نقش مفيدي در سلامت مادران شيرده و نوزادان دارد. جو دوسر نيز يكي ديگر از مقوي ترين فرآورده هاي جو است. نقرس، روماتيسم، خارش شديد پوست و امراض پوستي از بيماري هايي است كه با مصرف جو دوسر مي توان از بروز آنها در امان بود. جوشانده جو دوسر يك اموليسيون طبيعي براي از بين بردن خشكي پوست در بزرگسالان و كودكان است. براي تهيه جوشانده جو كافي است يك كيلو از كاه اين گياه را در چهار پنج ليتر آب ريخته و آن را به مدت يك ساعت ونيم بجوشانيد. سپس آن را صاف كرده و همچون ماسك در نواحي خشك و زبر بدنتان بماليد. علاوه بر اينها، جو خواص ديگري دارد كه از آن ميان مي توان جلوگيري از لخته شدن خون، كاهش دردهاي قاعدگي و درد ناحيه شكم و پيشگيري از بروز حملات آسم را نام برد. با توجه به خواص فوق و همچنين سفارشاتي كه در طب اسلامي به مصرف جو شده است، توصيه مي شود حتماً جو در رژيم غذايي خانواده ها گنجانده شوند.

# سيب

ترجمه: مژگان عطايي
منبع:sharghnewspaper.ir
يك ضرب المثل انگليسي مي گويد كه خوردن يك سيب در هر روز باعث مي شود كه از مراجعه به پزشك بي نياز شوي. اخيراً پژوهشگران پيشنهاد مي كنند به مصرف انواع سيب زيرا مي تواند به كنترل وزن كمك كند، خطر ابتلا به بيماري هاي قلبي را كاهش دهد، با سرطان ها مقابله كند، به سيستم هضم كمك كند، پوست را سالم و شاداب نگه دارد، كلسترول خون را كاهش دهد و خطر حمله قلبي و بيماري هاي قلبي را كاهش دهد. افرادي كه رژيم هاي غذايي مي گيرند همچنين از دانستن اين نكته خوشحال مي شوند كه سيب خاصيت سير كنندگي و كم كردن اشتها را دارد. سيب يك ميان وعده غذايي كامل است كه شما را از مصرف انواع چيپس ها بي نياز مي كند. شما خود نيز خوردن سيب را دوست داريد و بدن شما نيز از مصرف سيب بهره هاي فراواني مي برد. اگر ما سيب تازه را در آب غوطه ور كنيم درمي يابيم كه ?درصد از حجم آن را هوا تشكيل مي دهد. سيب داراي مقدار زيادي فيبر است. هر سيب داراي ? گرم فيبر است و در حدود ?? درصد از احتياجات روزانه غذايي ما را در خود دارد. بهترين طريق خوردن سيب با پوستش است زيرا قسمت زيادي از فيبر و آنتي اكسيدان ها در پوست سيب موجود است. دانه هاي سيب مانند انسان ها هستند. هر دانه سيب انواع گوناگوني سيب را از دانه هاي كاشته شده مي دهد. سيب با يك لايه طبيعي از واكس پوشيده شده تا از مقادير زياد آب درونش محافظت كند، بنابراين سيب تازه هميشه ترد و خوشمزه است.

# سنبل الطيب

نويسنده:سحر شهنازي
گياهي است علفي، چندساله با ريزوم هاي استوانه اي با انتهايي بريده و بر روي آن ريشه هايي باريك و استوانه اي قرار گرفته است. ساقه ها افراشته و به ارتفاع 60 سانتي متر و تقريبا در طول 15 شياردار.برگ ها قاعده اي بدون كرك با بريدگي هاي شانه اي. گل ها به رنگ صورتي يا سفيد، جام گل تقريبا منظم است. موسم گلدهي در ارديبهشت ماه و ميوه آن از نوع فندقه است. ريزوم هاي استوانه اي اندام دارويي گياه را تشكيل مي دهند. زمان جمع آوري گياه در پاييز بعد از اتمام فعاليت اندام هوايي گياه و خشك شدن آن است. اين گياه بومي آسياي ميانه است و علاوه بر اين در افغانستان، تركمنستان و عراق نيز رويش دارد. سنبل الطيب داراي آثار آرامبخش، خواب آور و ضداسپاسم بوده و در درمان مواردي چون بي قراري، مشكلات عصبي براي خوابيدن، فشار عصبي و كوليك هاي گوارشي مورد استفاده قرار مي گيرد. در طب گذشته سنبل الطيب به عنوان آرامبخش، خواب آور و رفع تشنج كاربرد داشته است. از فرآورده هاي موجود در بازار مي توان به قرص والي فلور، قطره آنتي ميگرن و تنتوروالريان اشاره كرد.
گروهي از تركيبات كه تاكنون در روغن فرار مورد شناسايي قرار گرفته اند عبارتند از: بورنئول، آلفا پينن، بتاپينن، ترپينولن، بتا بيزابولن، اسيدوالرنيك و... علاوه بر روغن فرار تركيبات ديگري نظير والپوتريات ها و تركيبات حاصل از تجزيه آنها نيز در گياه وجود دارد.

ميوه‌درماني

نويسنده:فرزانه محمد حسيني
منبع:روزنامه رسالت
سيب؛ داروخانه طبيعي
درخت سيب داراي فرم‌ها و نژادهاي اصلاح شده و به عنوان سيب در باغباني كشت مي‌گردد. قسمتي كه مورد استفاده قرار مي‌گيرد ساقه، برگ، پوست خارجي و ميوه آن است.
تركيبات شيميايي:
قسمت‌هاي مختلف درخت سيب داراي تركيباتي به شرح زير است؛ برگ درخت سيب؛ پوست و ريشه آن داراي گلوكزيدي بنام فلوريزين است. ميوه سيب داراي تركيب شيميايي متفاوت برحسب نژادهاي مختلف است. ولي به طور كلي مواد مختلفي به نسبت‌هاي زير در آن يافت مي‌شود82 ؛ تا 86 درصد آب، 6 تا 16 درصد مواد قندي، 19 درصد سلولز، 4 درصد ليگنين از اسيدهاي آلي آزاد، مواد چرب، مواد آلبومينوئيدي و داراي كلسيم، فسفر، منيزيم، پتاسيم، آهن و ويتامين‌هايي از جمله: A، 2A ، 1A،PP، C در هر 100 گرم سيب 25 گرم ويتامين A، 15 گرم ويتامين B و 20 گرم ويتامين C وجود دارد، ويتامين‌هاي سيب بيشتر در پوست سيب و بشره قرمزرنگ آن يافت مي‌شد. هر 100 گرم سيب 128 كالري انرژي ايجاد مي‌كند. دانه سيب داراي 24 تا 27 درصد روغن آميگدالين و آنزيم‌هاي مختلف مانند اكسيداز و پكتاز است، در پوست سيب ماده‌اي به نام (آلفا - فارنه سن) وجود دارد.
خواص درماني سيب:
قسمت‌هاي مختلفي كه داراي خواص درماني است به اين شرح مي‌باشد؛ پوست درخت سيب به علت دارا بودن فلوريزين اثر تب‌بر به نحو ملايم دارد، پوست و ريشه درخت سيب، همان اثر خواص پوست درخت سيب يعني ساقه را دارد و براي پوست و ريشه اثر درماني قطعي‌تر از پوست و ساقه قائلند، پوست خشك شده سيب در درمان بسياري از بيماري‌ها از جمله نقرس، ورم مفاصل، رماتيسم و ناراحتي‌هاي كليوي مفيد است برگ درخت سيب اثري شبيه به پوست خارجي ميوه دارد. معمولا به حالت دم كرده به كار مي‌رود، دم كرده برگ درخت اين ميوه در افزايش مقدار ادرار و دفع التهاب كليه و مثانه به كار مي‌رود و همچنين فلوريزين موجود در پوست تازه درخت سيب باعث از بين رفتن تب و ضد رماتيسم نيز مي‌باشد.
خوردن سيب در صورتي كه كاملا رسيده باشد اثر ملين و ضد اسهال و

مدر و آرام كننده دارد. سيب پخته ملين است مخصوصا اگر با كره پخته شود.با مصرف اين ميوه بي‌خوابي رفع و خواب آرام به انسان دست مي‌دهد.خوردن سيب چه به صورت خام و چه به صورت پخته مانع تشكيل اسيداوريك در بدن مي‌شود و براي آن دسته از بيماراني كه دچار ناراحتي‌هايي از جمله اگزماهاي مزمن، مبتلايان به چاقي، برافروختگي، تصلب شرائين و بواسير هستند توصيه مي‌گردد. شيره سيب از بسياري از بيماري‌ها جلوگيري به عمل مي‌آورد به طور مثال در سرماخوردگي‌ها، گرفتگي صدا، سرفه، برونش‌ها و بيماري‌هاي سينه، حالات عصبي و غيره موثر است. مصرف سيب وحشي در رفع اسهال‌هاي ساده اثر درماني بسيار زيادي دارد. تحقيقات در اين زمينه نشان مي‌دهد كه با مصرف سيب ورم حاد يا مزمن روده كاهش مي‌يابد. باتوجه به اثر درماني سيب و اينكه مقادير زياد اين ميوه نمي‌تواند به مصرف اطفال برسد، عده‌اي را بر آن داشت كه از اين ميوه مفيد حداكثر استفاده را در طبابت به عمل آورند و به جاي آن از گردسيب خشك شده تحت نام آلپونا براي مصارف درماني اطفال استفاده به عمل آورند، اين گرد در هر مايعي قابل حل مي‌باشد.
پكتين كافي در سيب باعث پايين آمدن كلسترول خون مي‌شود، مصرف روزانه 300 تا 400 گرم سيب، كلسترول خون را به ميزان 10 تا 20 درصد پايين مي‌آورد، حتي مردم انگلستان معتقدند كه با مصرف يك سيب در روز پزشك به خانه راه پيدا نمي‌كند، سيب درحفظ قدرت و فعاليت كليه‌ها بسيار سودمند است.منيزيمي كه در سيب و تره‌فرنگي وجود دارد باعث حركت معده و روده مي‌شود و به همين سبب عمل هضم را آسان مي‌كند و همچنين مقاومت بدن انسان را در برابر بيماري‌هاي عفوني و بيماري‌هايي كه اميدي به بهبود آنها نيست مانند (سرطان) زياد مي‌كند. حضرت علي(ع) در اين باره مي‌فرمايند:سيب بخوريد كه معده را دباغي مي‌كند، و امام صادق(ع) مي‌فرمايند كه: به بيماران مبتلا به تب سيب بخورانيد كه اين ميوه بسيار سودمند است و چيزي سودمندتر از آن نيست. سيب اثر تصفيه كننده خون و حياتبخش در كارهاي فكري دارد. به همين علت هم براي خانم‌هايي كه دوران بارداري را سپري مي‌كنند مفيد مي‌باشد و هم در رفع خستگي‌هاي جسماني بخصوص براي ورزشكاران بسيار مفيد مي‌باشد. از شيره سيب پخته مي‌توان به صورت غرغره در رفع آنژين استفاده كرد و نتيجه مطلوب را حاصل نمود.
اين ميوه خاصيت پاك كردن سموم معده و روده‌ها را دارد، اين ميوه هم قدرت غذايي دارد و هم به علت داشتن مواد قليايي اسيد اوريك را حل و ترشحات غدد بزاق و معده را مساعد و متعادل مي‌سازد. اين ميوه براي بيماري‌هاي كبدي، مجاري ادرار و سينه درد بسيار مفيد مي‌باشد. اين ميوه به علت داشتن مقاديري فسفر، اعصاب و مغز را تقويت مي‌كند. آهن

موجود در سيب براي خون، پتاس براي قلب و يد براي تقويت سيب آدم مي‌باشد. خوردن سيب بعد از وعده‌هاي غذايي به هضم و جذب غذا كمك بسياري مي‌كند. اين ميوه به طور كلي يك داروخانه مفيد و بدون ضرر است.كساني كه دهان و دندان آنها چركي و بوي نفس بدي دارند ابتدا مقداري جعفري را در دهان بجوند و بعد تفاله آن را به بيرون بريزند و بعد يك عدد سيب را خوب بجوند و بعد از جويدن آن را بخورند. از اين طريق است كه باعث مي‌شود از بوي بد دهان رها شوند. طرز تهيه جوشانده‌اي كه از سيب درست مي‌شود و مصرفش باعث پايين آوردن كلسترول اضافي خود مي‌گرد به شرح زير مي‌باشد؛ ابتدا يك قاشق سوپخوري پوست خشك سيب را ريز ريز كرده در يك فنجان بزرگ آب‌جوش ريخته و روي آتش بگذاريد تا به مدت 15 دقيقه دم بكشد. سپس آن را بعد از سرد شدن صاف كنيد و بنوشيد. از اين جوشانده روزي 2 فنجان بعد از صبحانه و شام ميل كرده، قطعا با اين دستور، كلسترول خون شما كم خواهد شد و براي زخم‌هايي كه خيلي دير بهبود پيدا مي‌كند مي‌توان سيب پخته شده در شيره سيب يا مخلوط شيره سيب به نسبت مساوي با روغن زيتون را بر روي زخم‌ها گذاشته تا نتيجه مطلوبي حاصل گردد.
كلام آخر اينكه سيب مي‌تواند در جواني، سلامت و تقويت پوست صورت نقش بسزايي داشته باشد مشروط بر آنكه به حالت تازه به كار رود.
با مصرف هرچه بيشتر ميوه‌ها و سبزي‌ها سلامتي را به بدن خود هديه بدهيم.

# زردآلو

نويسنده:فرزانه محمدحسيني
زردآلو يا قيسي درختي است كه ارتفاعش به 6 متر مي‌رسد و در نواحي مختلف ايران پرورش مي‌يابد. قسمت‌هاي مورداستفاده: مغز درون هسته و ميوه آن. تركيبات شيميايي: قسمت گوشتدار ميوه به‌طور متوسط داراي 81 تا 84 درصد آب، 8 تا 12 درصد قند، 1/5 درصد اسيدهاي آزاد مانند اسيد سيتريك، ماليك، وينيك، ساليسيليك، 6/35 درصد هيدرات‌هاي كربن، 0/43 تا 0/49 درصد آلبومين و 12 درصد مواد چرب است و همچنين داراي ويتامين A و آهن، فسفر، كلسيم و مس مي‌باشد. مغز زردآلوي تازه و رسيده سرشار از ويتامين‌هاي مختلف است و در آن ويتامين‌هاي A، 1B، 2B، C و PP وجود دارد. مقدار درصد ويتامين A موجود در 100 گرم معادل 45 درصد ويتامين A موردنياز روزانه انسان است. مغز زردآلو داراي 41 درصد روغن قابل استخراج همراه با موادي نظير آسپاراژين و قندهاي مختلف مانند موسيلاژ، كازئين گياهي با فسفر مي‌باشد. در نوع تلخ مغز زردآلو، 60 تا 80 درصد آميگدالين نيز وجود دارد، اين گلوكزيد در مجاورت آب تحت اموليسن تجزيه گرديده، برگ زردآلو داراي گلوكزيدي مولد اسيد سيانيدريك است. صمغ مترشحه از درخت اين ميوه به رنگ زرد كاهي و داراي 66 درصد از قندهاي احياكننده است كه مقدار 38 درصد از اين قندها آرابينوز و 15 درصد آنها را گالاكتوز تشكيل مي‌دهد. از مغز هسته زردآلو و سبوس برنج ماده‌اي استخراج گرديده كه به تفاوت اسيد پانگاميك يا ويتامين B15 ناميده شده است. اين ماده در دانه گياهان و مخمر آبجو، خون گاو نر و جگر اسب يافت مي‌شود. ميوه زردآلو داراي انواع مواد معدني از جمله: مس، كلسيم فسفر، پتاسيم و آهن است كه براي تقويت بدن و افزايش فشار خون مفيد است.
خواص درماني: ميوه زردآلو به حالت تازه و رسيده اثر درماني قابض و رفع كننده اسهال‌هاي ساده است. به كساني كه مبتلا به ورم مفاصل و كم‌خوني ناشي از خونريزي‌ها هستند توصيه مي‌شود. بررسي‌هاي انجام شده نشان مي‌دهد كه زردآلو در رفع كم‌خوني‌هاي ناشي از خونريزي‌هاي متوالي، اثر درماني ارزنده‌اي ظاهر مي‌كند. ابن‌سينا خوردن هر روز 50 گرم برگه زردآلو يا قيسي رابراي تقويت اعصاب و كم‌خوني مفيد دانسته است. در برگ زردآلو مقاديري ويتامين D وجود دارد كه در رشد استخوان و دندان‌ها بسيار موثر است. زكرياي رازي خوردن برگه‌هاي زردآلو را با مغز گردو به مقدار 50 گرم به مدت 7 روز توصيه كرده. اين داروي بسيار خوبي براي لوزالمعده و ورم روده است.

خواص ديگر زردآلو: تنظيم‌كننده فشار خون، دفع‌كننده ترشي معده، دفع كننده زيادي اوره، فعال‌كننده كليه‌ها و دفع سموم بدن. شيريني آن دفع‌كننده صفراست. خيس‌شده آن را اگر شخصي كه مبتلا به تب است ميل كند و پشت سر آن آب گرم و عسل ميل كند فاسد راقي و باعث قطع تب مي‌شود. اين ميوه اشتهاآور بوده خوردن مغز شيرين هسته زردآلو تقويت‌كننده نيروي جنسي است. مغز هسته‌هاي شيرين زردآلو خوش‌طعم و مانند مغز بادام مصرف مي‌شود ولي مغز دانه‌هاي تلخ آن به علت داشتن آميگدالين خطرناك است چون علاوه بر اين ماده اموليسن موجود در آن كه يك آنزيم هيدروليزكننده گلوكزيد و آزاد كننده سيانور است ممكن است باعث مسموميت شديد گردد. مصرف 4 گرم روغن مغز هسته تلخ زردآلو كشنده كرم است. البته اين مصرف فقط بايد زيرنظر پزشك معالج انجام شود، بعضي‌ها زردآلوي خشك را بهتر از تازه آن ترجيح مي‌دهند. اين ميوه برطرف كننده التهاب معده مي‌باشد. اگر براي از بين رفتن درد و صداي گوش چند قطره روغن زردآلو را در گوش بچكانيد اين ناراحتي كم مي‌شود. قرار دادن قسمت‌هاي گوشتدار اين ميوه بر روي پوست صورت، اثر نرم‌كنندگي مفيدي بر روي پوست‌هاي خشك دارد مخصوصا در فصل تابستان. در كردستان براي شيرين كردن هسته تلخ زردآلو از روشي استفاده مي‌كنند كه به اين روش در استان كردستان به زبان محلي (دانو) گويند؛ ابتدا هسته زردآلو را در آب نمك خيس مي كنند و چند بار آب آن را عوض و آب تازه روي آن مي‌ريزند. سميت آن برطرف شده و پس از چند روز قابل استفاده مي‌باشد و مي‌توان آن را با شكر مصرف كرد. كوبيده شده شكوفه زردآلو براي درمان و قطع خونريزي‌هاي داخلي و ضماد آن قطع كننده خونريزي‌هاي خارجي بدن است. خوردن آب زردآلو باعث شادابي و نشاط مي‌شود. فقط هنگام استفاده در خوردن زردآلو بايد نكاتي را موردتوجه قرار داد؛ مصرف زردآلو آن هم به حالت نارس ديرهضم است. مصرف زردآلو بر روي غذا و آشاميدن آب بر روي آن به غايت مضر، است، كساني كه مبتلا به بيماري‌هاي جهاز هاضمه هستند بهتر است آن را به صورت كمپوت مصرف نمايند و يا افرادي كه بعد از خوردن زردآلو دچار نفخ شكم مي‌شوند بهتر است كه از هسته شيرين آن مصرف كنند. با اين كار ناراحتي آنها رفع خواهد شد. مصرف پايدار زردآلو و نوشيدني مانند دوغ به‌طور همزمان و يا بعد از يكديگر بايد اجتناب شود زيرا ايجاد ناراحتي‌هايي از قبيل نفخ و ناراحتي‌هاي معده مي‌كند. كلام آخر اينكه اشخاصي كه دچار ناراحتي‌هايي مانند سوزش معده و ناراحتي‌هاي كبدي هستند از مصرف اين ميوه جدا خودداري كنند. با مصرف ميوه و سبزي‌هاي تازه از پوستي شاداب و تني سالم برخوردار باشيم

## آشنايي بيشتر با زنجبيل

استفاده از زنجبيل يك روش عالي براي زنان باردار است زيرا فاقد عوارض جانبي مضر داروهاي ضد تهوع ديگر است.
شايد متوجه شده باشيد كه در چند ماه اخير، نه تنها مغازه هاي گياهان دارويي، بلكه فروشگاه هاي ميوه و تره بار و سوپر ماركتها نيز، نوعي محصول ريشه اي و براي عده اي نا آشنا را عرضه ميكنند كه زنجبيل يا زنجفيل نام دارد. زنجبيل از آن دسته گياهاني است كه بيشتر از آنكه واقعا آنرا بشناسيم، نامش را شنيده ايم و تقريبا اطمينان داريم كه "چيز خوبي" است.
پس از گذشت بيش از ???? سال از زماني كه فرهنگ عامه، زنجبيل را به عنوان داروي تهوع و ورم اعضا تجويز كرده ميگذرد و اكنون ميدانيم كه قديميها بيراه نمي گفته اند. هرچند طعم شديد و پايدار اين گياه افراد كم جرات را از ميدان به در ميكند اما تحقيقات متعدد بالليني ثابت كرده اند كه زنجبيل واقعا براي فرونشاندن حالت تهوع و سرگيجه مفيد است و يكي از عناصر مهم در برطرف نمودن ورم دستگاه گوارش به شمار ميرود.
در طي قرنها، حكماي چين، هند، ژاپن و يونان از خواص دارويي اين ريشه براي درمان طيف وسيعي از بيماريها از ميگرن تا وبا و ورم روده، ياد كرده اند. بنابر عقيده رايج، استفاده از اين ادويه از آسياي جنوب شرقي آغاز شده است و نسخه هاي موجود در قديميترين كتب دارويي بر خواص آرامبخش و همچنين فوايد زنجبيل در برطرف نمودن مشكلات جريان خون نامنظم تاكيد شده است. در قرون وسطا، تجار شرقي اين ريشه را به انگلستان بردند و اكنون زنجبيل در بسياري از خوردنيهاي سنتي انگليسي مانند سسها، نان زنجبيلي و آبنبات يافت ميشود.
امروزه، به مدد تحقيق فراوان پژوهشگران براي يافتن دلايلي كه موجب محبوبيت اين ريشه در طي قرون متمادي شده است، زنجبيل جايگاه خود را در علم طب بازيافته است. بيشتر مدارك موجود درباره توانايي زنجبيل در درمان انواع حالات تهوع از تهوع صبحگاهي در دوران بارداري گرفته تا عوارض جانبي شيمي درماني و سرگيجه هاي پس از بيهوشي است.
كريستين جربستاد (Christine Gerbstadp) متخصص تغذيه و سخنگوي انجمن (American Dietetic) ميگويد: " استفاده از زنجبيل يك روش عالي براي زنان باردار است زيرا فاقد عوارض جانبي مضر داروهاي ضد تهوع ديگر است."
پزشكان براي جلوگيري از تهوع صبحگاهي مقدار ? تا ? گرم زنجبيل در روز و براي بيماري سفر شامل سرگيجه و تهوع در اثر حركت وسيله نقليه، نيز

همين مقدار را نيم ساعت قبل از شروع مسافرت تجويز كرده اند.
تحقيقات نشان داده است كه زنجبيل به عنوان يك ماده ضد التهاب براي افراد مبتلا به بيماريهايي چون آرتروز بسيار مفيد است. پزشكان اين نتايج را بسيار اميدبخش ميدانند. دكتر لو داگ (Low Dog) از دانشگاه آريزونا ميگويد:" ما دانش اوليه را درباره چگونگي عملكرد زنجبيل داشتيم، ما چند تحقيق جانوري و تعداد اندكي تحقيق باليني انجام داديم.
اما هدف اصلي ما رسيدن به بهترين مقدار دارويي و بهترين روش براي مصرف آن است.." بنا به اعتقاد محققين، زنجبيل داراي عناصر آنتي اكسيدان نيز هست كه ميتواند موجب جلوگيري از بيماريهاي مزمني چون سرطان، ديابت و ناراحتيهاي قلبي شود.
روشهاي ساده و خوش طعمي براي مصرف زنجبيل وجود دارند. افزودن اين ادويه به هر تركيبي از سبزيجات بخارپز يا سالاد نتيجه اي عالي دارد و يك فنجان آب جوش همراه با زنجبيل رنده شده و عسل ميتواند به سادگي به نوشيدني آرام بخش شبانه شما تبديل شود. براي كساني كه طعم قوي زنجبيل را دوست ندارند هم، كپسولهاي پر شده از پودر زنجبيل در بازار موجود است.
زنجبيل براي همه تجويز نميشود. افرادي كه داروي رقيق كننده خون مصرف ميكنند نبايد بدون مشاوره با پزشك به مصرف زنجبيل بپردازند زيرا مواد موجود در آن با داروهاي مذكور تداخل خواهد كرد. همچنين با توجه به طعم بسيار قوي زنجبيل، در مصرف آن زياده روي نكنيد.
مصرف بيش از حد زنجبيل هم مانند ساير ادويه جات ميتواند موجب ناراحتي معده شود. به گفته لو داگ :" همين نكته يكي از بخشهاي تحقيق ماست: چگونه زنجبيل را در اندازه اي به افراد بدهيم كه در آنان موجب مشكلات معده نشود."
از طرف ديگر، حتي اگر خواص دارويي زنجبيل آن را به يك ماده دارويي مهم تبديل نكند، بازهم جايگاهش به عنوان يك خوراكي خوش طعم باقي خواهد ماند.

خواص طبي سير

سير از مدت‌ها پيش، براي كاربردهاي پزشكي مورد استفاده قرار گرفته است و بيشترين مورد استفاده آن در سال‌هاي اخير براي موارد قلبي - عروقي و خاصيت ضد ميكروبي آن بوده است.
تركيبات سولفور شامل آليسين، ظاهرات تركيبات فعالي در ريشه پياز گياه سير است. مطالعات نشان دهنده تاثيرات مهم اما علائم كاهش دهنده چربي و فعاليت ضد پلاكتي هستند. معمولا اثرات جانبي مصرف سيرخفيف و غير متداول است.
سير ظاهرا تاثيري بر متابوليسم داروها ندارد، اما بيماراني كه از داروهاي ضد انعقاد استفاده مي‌كنند، بايد در مصرف سير احتياط كنند. از اين رو افرادي كه جراحي مي‌كنند بايد 7 تا 10 روز پيش از جراحي از خوردن سير خودداري كنند چرا كه سير زمان خونريزي را طولاني‌تر مي‌كند.
سير هزاران سال براي اهداف پزشكي مورد استفاده داشته است. اين گياه حداقل 3000 سال در طب چين كاربرد داشته است.
مصريان، بابلي‌ها، يوناني‌ها و رومي‌ها از سير براي موارد شفابخش استفاده مي‌كرده‌اند. در جنگ‌هاي جهاني اول و دوم نيز از سير بعنوان ماده ضد عفوني كننده براي پيشگيري از قانقاريا استفاده مي‌شود.
در طول تاريخ، سير در سرتاسر دنيا براي درمان ناراحتي‌هاي مختلف شامل فشار خون بالا، عفونت‌ها و مارگزيدگي‌ها استفاده شده و برخي فرهنگ‌ها از آن براي دفع ارواح شيطاني استفاده مي‌كردند.
در حال حاضر از سير براي كاهش ميزان كلسترول و كاهش خطر بروز بيماري‌هاي قلبي - عروقي و نيز براي بهره مندي از خواص ضد ميكروبي آن استفاده مي‌شود.
پياز ريشه گياه سير مصرف پزشكي دارد. از آن مي‌توان به صورت تازه، خشك و يا روغن گرفته شده استفاده كرد. از آنجا كه برخي تركيبات مفيد در اين گياه در اثر حرارت ديده غير فعال مي‌شوند، لذا سير پخته قدرت طبي كمتري دارد.
سير تاكنون در سطح وسيعي در آزمايش‌هاي باليني بر روي حيوانات و انسان و در لوله آزمايش و در بررسي‌هاي اپيدميولوژيك براي خواص چندگانه پزشكي آن مورد مطالعه قرار گرفته است. كيفيت آزمايش‌ها بر روي انسان متفاوت بوده است كه مقايسه را در آزمايش‌هاي مختلف دشوار كرده است.
در بسياري از آزمايش‌هاي كلينيكي متنوع و اتفاقي تاثيرات سير برروي سطح ليپيد (چربي) مطالعه شده است.

در آزمايشاتي در سال‌هاي 1993 تا 1994 صورت گرفت، مشخص شد كه مصرف سير در كاهش سطح كلسترول خون نقش اساسي دارد. بر اساس توصيه‌هاي مهم كلينيكي، به بيماران گفته مي‌شود كه سير تاثير خفيف و كوتاه مدت در كاهش چربي خون دارد.
بيماراني كه سابقه ابتلا به بيماري ترومبوس (تشكيل لخته خوني در عروق يا قلب) را دارند بايد بدانند كه سير مي‌تواند تاثير اندك اما مهم به روي تجمع پلاكت‌ها داشته باشد. به علاوه بايد به بيماران توصيه شود كه اين گياه خاصيت كاهش خطر ابتلا به سرطان بويژه سرطان معده و روده را دارد.

خواص برخي از گياهان داروئي

1. بومادران:
آنچه از خواص خون به (اشيله) نسبت داده اند صحت دارد و ميتواند جمع كننده زخم وعمل كننده بر روي بواسير هاي بصورت مصرف يكبار در روز باشد .نزد مردمان قديم شهرت زخم بندي داشته است كه در بهبود زخم وجراحات موثر بوده است.
ديوسكوريد طبيب يوناني مشهور كه در زمان نرون مي زيسته و صاحب كتب فراوان است،اين گياه را بهبود دهنده جراحات ميداند خواه زخم كهنه باشد خواه جديد.
2. گل گاوزبان:(bourrache)
مدر_عرق آور_وضد سرفه بسيار عالي است.محتوي نيترات دوپتاس است.در معالجه نفريت همراه با ورم كردگي و به صورت ضد سرفه وآرام كننده در تمام تحريكات تنفسي وبالا خره عرق آور در گريپ.خشك كردن آن نيازبه دقت دارد اگر به دقت خشك نشود رنگ سياه يا قهوه اي به خود مي گيرد وخواص خود را از دست مي دهد.
3. بابونه:(camomille)
گياهي كه روزگاري بود كه در هر خانه اي پيدا مي شد.وبراي ناراحتي هاي هضمي وتشنجات معدي به كار مي رود. حاوي يك اسانس به نام ازولن است كه خاصيت ضد الرژي دارد.آنرا انگل زدا؛قاعده آور؛ضد تشنج معده؛ هضم مشكل سنگ هاي مجاري ادراري؛بي اشتهايي؛ضعف؛خستگي عمومي؛دردهاي عصبي آسم وتب هاي متناوب و...
4. پر سياوش :(capillaire )
خواص ضد ناراحتي هاي ريوي آن غير قابل انكار است-شربت آن در مبارزه با سرفه -زكام-گريپ وبرونشيت-اثرات خوبي دارد. خلط آور نرم كننده واندكي مدر است.
5. كاسني:(chicoree)
جالينوس نام اين گياه را دوست كبد مي نامد.روك( (ROGUESدر كتاب گياهان مصرفي 1837ميلادي مي گويد:هر روز به ناراحتي هاي پوستي بر مي خوريم چون كبره؛جوشهاي چركي؛زبري كه معالجات شديد در مورد آن موثر واقع نمي شود.ولي تمام گياهان خانواده كاسني چون خود كاسني وحشي وكاهو وگل قاصد در عين دارو بودن براي اين ناراحتي ها غذا محسوب مي شوند.اثر كاسني بزودي ظاهر نمي شود و بايد پس از مدتي منتظر نتيجه بود.عمل آن تصفيه كننده؛صفرا آور؛مدر؛رفع زشتي پوست....
6. گشنيز(CORIANDRE)

دانه گشنيز را جز داروهاي معدي ؛بادشكن ؛ضد سردرد مي خوانند وعجيب نيست اگر نسخي از اين دارو را در داروهاي ضد ضعف معده ناراحتي هاي هضمي؛ سرگيچه هاي گوارشي؛ شروع آب مرواريد؛ زكام مزمن وبالا خره ضعف حافظه مي بينيم
نقل از:J.F.R.CARTHEUSER)).كارتوزر در كتاب مفردات پزشكي1765.
برخي اين سبزي را برانگيزنده نيروي جنسي مي دانند.يونانيها بطور كلي وبقراط اختصاصا آنرا در غش ها؛ناخوشي هاي عصبي ؛دردهاي رحمي تجويز مي كرده اند..
7. نسترن(EGLANTIER)
با كمي تفاوت خواصش شباهت به خواص گل سرخ مي دهد.ميوه ها مدر قابض ودر تمام موارد اسهال؛ سنگ هاي كليه ومجاري ادراري وبه صورت تصفيه كننده مصرف ميشود.برعكس گلبرگها مختصري حالت مسهل داشته ومقوي است.
8. زرشك(EPINE-VINETTE)
گياه خود حاوي الكالوييدهاي مختلفي است و ميوه خوردني آن محتوي گليكوزيد پكتين ومقداري اسيد هاي الي و ويتامين Cاست. زرشك محرك مقوي مدر وصفرا آور قابل توجه اي است.در اغلب ناراحتي هاي گردش خوني مي توان مصرف بلند مدت ان را توصيه كرد.واثر آن را در ناراحتي هاي كبد وكيسه صفرا وخصوصا يرقان تاكيد كرده اند.
9. ترخان(ESTRAGON )
اين گياه بايد تازه مصرف شود.گياهي است قلبي معدي برنده وشوينده واشتها اور ومعرق ادرار نفخ شكن وانگيزنده ميل به غذا است در دردهاي روماتيسمي توصيه مي شود.
10. توت فرنگي(FRAISIER)
اين گياه را در رده مفرح كننده ها؛ مشهيان؛ وزخم بندها جاي مي دهند. از انجايي كه توت فرنگي خون را قليايي مي كند و با اسيديته مي جنگد انرا براي نقرسي ها و روماتيسمي ها مفيد مي دانند. خواص قابض وضد اسهال نيز دارد.
11. ختمي (GUIMAUVE )
در درجه اول ختمي نرم كننده وملايم سازنده است.مي توان ان را در ناراحتي هاي ريه وناي سرما خوردگي وگريپ به خاطر متوقف ساختن سرفه هاي ناشي از تحريكات عضوي بكار برد.
12. كتان(LIN)
دانه هاي كتان بصورت دم كرده ويا خيس خورده در مورد تنبلي روده ويبوست مصرف مي شودچه موسيلاژ حاصل از ان نرم كننده و مسهل محسوب مي شود. همينطور در تحريكات دستگاه گوارشي و مجاري

ادراري هم مداوا كننده است.
13. خرما
بسيار نيروزاست ومصرف مداوم ان نقش زيادي در افزايش توان جسمي دارد ورزش كاران قبل از انجام تمرينات خود خرما مي خورند
اين ميوه جزئ كامل ترين مواد غذايي قرار دارد حدود ?? تا ?? ? اين ميوه را قند تشكيل مي دهد وداراي كالري بالاي است مقدار اهن ان نسبت به بسياري از مواد غذايي مقدار بالي است هر گرم خرما در حدود ??ميلي گرم اهن دارد.
با وجود اين نعمت خدادادي استفاده از مواد نيروزا چرا؟

خواص داروئي عرق برخي از گياهان داروئي

عرق كاكوتي: ضد عفوني كننده، ضد اسپاسم درناراحتي هاي گوارشي ،ضد اسهال ،مقوي معده ،خلط آور
بهار نارنج : معطر ، مقوي اعصاب و قلب ، آرام بخش ، ضد نفخ
زيره سبز : ضد چاقي ، چربي ، تنگي نفس ، باد شكن ، هضم غذا ، زياد كننده شير مادران
نسترن : تقويت قلب و اعصاب ، رفع سردي ، دفع كرم روده ، درد معده ، سنگ كليه و اسهال
عرق زينان:ضد نفخ ،درمان سوء هاضمه، ضد تهوع ،خلط آور، مدر، ضد كرم ،ضد اسپاسم، رفع ترشي معده.
عرق مخلوط زيره:نيرو دهنده، ضد نفخ ،مقوي معده، درمان سوئ هاضمه، اشتهاآور ،افزايش دهنده شير.
شيرين بيان : طعم و طرز مصرف عرق شيرين بيان از پودر و عصاره آن بهتر است
عرق كلپوره:مقوي ،رفع سردرد، درمان ضعف عمل دستگاه گوارش، رفع ناراحتي هاي هاضمه ودل درد ،رفع درد ناحيه قلب ،تب بر.
كرفس : درد شكم ، تنگي نفس ، تقويت كننده معده
عرق اسطو خودوس:معطر، مقوي ،آرام بخش ،خواب آور ملايم، ازبين برنده نفخ واسهال ،كاهش دهنده سرفه ،مدر.
عرق رازيانه :مدر، ضد اسپهاسم عضلات ،ضد نفخ، مقوي قلب مقوي معده درمان سوء هاضمه خلط آورافزايش دهنده شير.
آويشن : هاضم غذا ، محرك قواي رئيسه ، ضددرد عادت ماهانه
شاتره : سردي ، مقوي ، تقويت كننده پوست ،آرام بخش، ضد خارش ، اشتها آور، صفرا بر برخي غدد سلطاني با نشاء اپي تيلوم
شربت سكنجبين:رفع عطش وگرما زدگي، داراي خواص سركه ي سيب
عرق شنبليله:نيرو دهنده، رفع كم خوني ،ضد ديابت ،كاهش دهنده قند خون.
شويد : انو اع چربي بدن - هضم غذا طعم دهنده، معطر، نيرو دهنده ،هضم كننده، مقوي معده، افزايش دهنده شير، درمان سوء هاضمه به ويژه كودكان ،رفع استفراغ ،مسكن ،مدر ،كاهش دهنده چربي خون.
آبليمو:چاشني ، سرشاراز ويتامين ث ،ضداسكوربوت، ضدعفوني كننده.

آفتابگردان

1) زنگ زدن گوش : مغز ساقه آفتاب گردان را در آب جوش ريخته و مانند چائي دم كنيد و روزي سه فنجان از اين چاي بنوشيد .
2) تقويت معده و پائين آوردن فشار خون : 30 گرم برگهاي خشك آفتاب گردان را دم كنيد و سه فنجان در روز بنوشيد .
3) سرگيجه و ورم صورت ، آب آوردن بدن و تسريع زايمان : 20 گرم از گلهاي خشك آفتاب گردان را در آب جوش دم كنيد و روزي سه فنجان از اين دم كرده را بنوشيد .
4) درد معده ، بيماريهاي دستگاه ادراري ، يبوست : 30 گرم ريشه خشك شده آفتاب گردان را در آب جشو ريخته و مدت 5 دقيقه بگذاريد بجوشد يك فنجان از آنرا سه بار در روز بنوشيد .
5) آرتروز و ورم پستان : هنگاميكه آفتاب گردان گل مي دهد طبق گل ( قسمت پائين گل كه مانند بشقابي است) را جدا كرده و در اب انداخته آنقدر بجوشانيد كه شيره چسبناكي باقي بماند و سپس اين شيره را روي مفصل هاي دردناك بماليد و ماساژ دهيد درد آرتروز برطرف مي شود .
براي درمان ورم پستان در زنان شير ده طبق گل را هنگاميگه گل دانه داده است جدا كنيد و در زير آفتاب خشك كرده و سپس تكه تكه كرده و بو ( سرخ كنيد ) دهيد . كه كاملا قهوه اي شود و بعد آنرا خورد كرده بصورت پودر در اوريد و اين پودر را در آب جوش كه كمي شكر به آن اضافه كرده ايد ريخته و اين شربت را به مريض بدهيد تاشفا يابد .
6) اسهال خوني : براي درمان اسهال خوني تخم آفتاب گردان را ( به مقدار 30 گرم ) در آب ريخته و حدود يك ساعت با حرارت ملايم بپزيد سپس آنرا با نبات يا قند شيرين كرده و به مريض بدهيد .
7) سردردي كه همراه با سرماخوردگي است : 30 گرم تخم آفتاب گردان را در دو ليوان ريخته و بگذاريد بجوشد تا نصف ليوان آن باقي بماند و اين جوشانده را دوبار در روز بنوشيد .
8) بيماري فتق : 30 گرم ريشه تازه آفتاب گردان را با آب و شكر قهوه اي بجوشانيد و يا ان جوشانده را سه بار در روز بنوشيد .
9) سنگ كليه : حدود يك متر از مغز ساقه آفتاب گردان را در دو ليوان آب ريخته و بگذاريد آهسته بملايمت بجوشد تا مقدر آن به نصف ليوان تقليل يابد آنگاه بمدت يك هفته و روزي يكبار آنرا بنوشيد تا از شر سنگ كليه راحت شويد .
10) زخم ، بريدگي و جراحت : مغز ساقه آفتاب گردان را بايد له كدر و مانند پماد روي زخم جراحت گذاشت كه خونريزي را بند مي آورد و بهبودي

را تسريع مي كند . سعي كنيد گياه آفتاب گردان را در حياط خود بكاريد و از خواص درماني آن استفاده كنيد

## خواص درماني ليمو ترش

آب ليمو ترش و اسانس آن براي بدن، ذهن و روح بسيار مفيد است. اسانس ليمو به واسطه انرژي زا بودن آن مشهور است. در كشور ژاپن به واسطه اثرات شاداب كننده و فرح بخش اين اسانس، آن را به هنگام كاركردن كارمندان در فضا منتشر ميكنند. همچنين ميتوان از چند قطره از اسانس ليمو به عنوان بخور استفاده كرد، يا مقداري ازآن را در وان حمام ريخت. اين كار باعث سرحال شدن كليه اعضا بدن ميشود. البته نبايد هرگز اسانس ليمو را بدون رقيق كردن برروي پوست بكار برد زيرا باعث بروز مشكلات پوستي ميشود.
درخشان كننده چشمها : سعي كنيد در نوشيدني هايتان از آب ليمو استفاده كنيد. فرضا" هر روز صبح يك عدد ليمو را با مقداري آب گرم ميل كنيد. نوشيدن اين مايع به جاي نوشيدن چاي باعث ميشود شما بدن سالمتري داشته باشيد. همچنين در اثر نوشيدن مايعات حاوي آب ليمو، چشمهاي شما درخشانتر شده و پوستي سرحال تر از قبل خواهيد داشت. در صورت تمايل براي بهتر كردن طعم آن ميتوانيد از شكر يا عسل استفاده كنيد.
تسكين دهنده گلودرد : ليمو داراي اثرات ضد عفوني كننده و قابض است و بدين جهت ميتوان از آن براي درمان گلودرد استفاده نمود. با توجه به مقدار بسيار زياد ويتامين "ث" موجود در ليمو، مصرف آن باعث افزايش مقاومت سيستم ايمني بدن ميشود. براي فرد مبتلا به آنفلونزا و سرماخوردگي مصرف مخلوطي از آب ليمو تازه با عسل در يك ليوان آب گرم بسيار مفيد است.
نيرو بخش و تب بر : مصرف آب ليمو باعث كاهش تب در افراد بيمار ميشود. به عنوان مثال اگر چند قطره از اسانس ليمو يا مقداري آب ليمورا به آب سرد اضافه كنيد، سپس با استفاده از يك دستمال آن را روي پيشاني تب دار قرار دهيد، اين كار باعث كاهش تب وتقويت نيروي بدن خواهد شد. ذكر اين نكته ضروري است كه قبل از قرار گرفتن در مقابل نور آفتاب بايد از قرار دادن اسانس ليمو به صورت مستقيم برروي پوست خودداري شودزيرا ممكن است باعث بروز حساسيتهاي پوستي گردد.
تسكين دهنده درد : ليمو باعث تسكين سردردهاي معمولي و سردردهاي ميگرني ميشود. براي اين منظور ميتوان 5 قطره اسانس ليمو را در25 ميلي ليتر از يك روغن حامل مناسب (مانند روغن بادام) مخلوط كرد و آنرا با استفاده از يك دستمال كتاني برروي ناحيه مبتلا به درد ماساژ داد.
پاك كننده پوست : اگر پوست شما چرب است ميتوانيد آنرا با ليمو كه يك ماده قابض است تميز كنيد. به اين ترتيب كه يك قاشق چاي خوري آب

ليمو را در دو فنجان آب مقطر بريزيد و با يك پنبه تميز صورت خود را با آن پاك كنيد. اين كار باعث كاهش چربي پوست ميشود و از پديد آمدن جوشهاي صورت جلوگيري ميكند. در صورت استفاده از اين لوسيون براي جلوگيري از رشد باكتريها بهتر است هرروز يك محلول تازه درست كنيد. مصرف اين محلول باعث خشك شدن پوست ميشود و براي پوستهاي چرب بسيار مفيد است. اما در صورت داشتن پوست خشك از مصرف آن خودداري كنيد.
ضد شوره و بر طرف كننده خارش پوست سر : آب ليمو براي پوست سر بسيار مفيد است و شوره سر را كاهش ميدهد. عصاره حاصل از آبگيري يك ليموي تازه را حدود 10 دقيقه برروي پوست سر مالش دهيدو سپس آن را با آب به طور كامل بشوئيد. همچنين آب ليمو ميتواند به عنوان يك تقويت كننده مو وضد خارش، به صورت ماساژ برروي پوست سر استفاده شود.
ضد سرماخوردگي : آب ليمو يك ضد ويروس عالي ميباشد و همچنين مصرف آن براي سرماخوردگي شديد بسيار مفيد است. بدين منظور يك عدد ليمو را با مقداري نمك ميل كنيد. در صورت تمايل ميتوان عصاره گرفته شده را در آب رقيق كرد و سپس مصرف نمود.
يك حالت دهنده خوب براي موها : بعلاوه شستشوي موي چرب با استفاده از آب ليمو باعث كاهش چربي آن ميشود. به اين صورت كه عصاره حاصل از ابگيري دو عددليمو در يك ليتر آب مورد استفاده قرار دهيد و موهايتان را با اين محلول بشوييد. اين روش باعث درخشان و شاداب شدن انواع موها ميشود. همچنين مصرف آن باعث ميشود موهاي طلايي رنگ روشنتر شوند.
نرم كننده مناسب براي پوست آرنج : براي نرم كردن پوست زبر ناحيه آرنج، آرنجتان را حدود 10 دقيقه برروي يك برش ليمو ترش فشار دهيد.
تقويت كننده حافظه : ليمو تقويت كننده حافظه است. چند قطره از اسانس ليمو را روي يك دستمال ريخته و از طريق بيني استنشاق كنيد. همچنين ميتوان اين كار را در مواقعي انجام داد كه ميخواهيد چيزي رابه ياد بياوريد. مغز شما با استنشاق اسانس ليمو نيروي تازه اي بدست خواهد آورد.
آرامش دهنده روح : ليمو همواره به عنوان يك ماده تسكين دهنده روح مطرح بودهاست. استشمام رايحه معطر ليمو در طي تمرينات تمركز و تعمق روح (مديتيشن) بسيار مفيد است. براي انجام اين كار كافي است كه سه قطره از اسانس ليمو را به يك كاسه حاوي آب گرم افزود و آنرا در هواي اتاق قرار دهيد. به اين ترتيب در طول استشمام رايحه معطر ليمو به يك آرامش مطلوب فكري و روحي دست خواهيد يافت

## چاي تسكين دهنده اعصاب

دانشمندان معتقد هستند كه نوشيدن منظم چاي مي تواند در تسكين استرسهاي روزانه مفيد باشد.
مطالعات اخير دانشمندان نشان داده نوشيدن منظم چاي عامل موثري در تسكين استرس هاي روزانه است و جايگزين نمودن چاي سبز و ديگر نوشيدني هاي گياهي با چاي سياه، سبب كاهش هورمون استرس در خون مي گردد.
آن دسته از افراد كه به طور منظم چاي مي نوشند در مقايسه با آنان كه از نوشيدني هاي جايگزين استفاده مي نمايند، با سرعت بيشتري بر استرس خود غلبه مي كنند.
در اين تحقيقات تعداد ?? نفر از مرداني را كه عادت به نوشيدن منظم چاي داشته اند، به دو گروه تقسيم نموده، به مدت شش هفته عادات نوشيدني آنها را تغيير داده و تحت كنترل گرفتند.
بدين ترتيب كه يك گروه تنها مخلوطي از چاي سياه با طعم هاي مختلف نوشيدند و گروه ديگر نوشيدني هاي معمول حاوي كافئين كه تركيبات چاي را دارا نبودند، مصرف نمودند. از آنجائيكه كليه افراد گروه عادت به نوشيدن چاي داشتند، سعي شده بود تا كليه نوشيدني ها به رنگ چاي در آيند و حتي طعم و بوي مشابهي را نيز دارا باشند.
به منظور اينكه درجه استرس و فشار رواني هر دو گروه يكسان باشد از آنها درخواست شد تا كارهاي مشابه و پر از استرس و جنجال را طي مراحل مختلفي به انجام برسانند. تنش هاي عصبي در هر دو گروه باعث شد تا فشار خون و ضربان قلب افراد افزايش يابد.
درست پس از گذشت ?? دقيقه، در گروهي كه چاي سياه واقعي نوشيده بودند، ميزان كاهش هورمون كورتيزول ?? درصد و در گروه ديگر كه نوشيدني هاي مشابه مصرف نموده بودند، 27 درصد مشاهده شد. به علاوه در گروه اول خطر بروز حمله قلبي كمتر از گروه ديگر بود و پس از برطرف شدن استرس، آرامش بيشتري به دست آوردند.
به هر ترتيب، عليرغم آزمايشات فوق، دانشمندان هنوز در اين زمينه به شواهد كافي جهت اثبات خواص آرامش بخش چاي سياه دست نيافته اند و صد در صد مطمئن نيستند كه كدام يك از تركيبات موجود در اين گياه مي تواند منشاء بروز چنين خاصيتي باشد.
با اين حال مطالعات انجام شده، محققان را به اين نتيجه رساند كه نوشيدن چاي رفع استرس و دستيابي به آرامش را سرعت مي بخشد. بنا به اظهارات يكي از محققين، هر چند به نظر نمي رسد تركيبات موجود در

چاي بتواند موجب كاهش استرس شود،اما اين امكان وجود دارد كه اين ماده ميزان هورمون استرس را به حالت نرمال بازگرداند

## مصرف آب پرتقال درماني براي سنگ كليه

محققين دريافتند كه آب پرتقال ميزان سيترات پتاسيم را در ادرار افزايش داده و از كريستاليزه شدن اسيد اوره و اكسالات كلسيم دو ماده اصلي تشكيل دهنده سنگ كليه جلوگيري ميكند.
دانشمندان دانشگاه پزشكي ساوت وسترن (UT Southwestern Medical) دريافته اند كه مصرف يك ليوان آب پرتقال در روز از تشكيل سنگ كليه در بدن جلوگيري ميكند.
تحقيقات انجام شده نشان مي دهند كه آب پرتقال از ساير مركبات براي ممانعت از تشكيل دوباره سنگ كليه موثرتر ميباشد. محققين ميگويند كه بقيه مركبات خاصيت و اثرات آب پرتقال براي مبارزه با اين بيماري را ندارند.
بر اساس گفته دانشمندان اگر معالجه بيماري سنگ كليه از طريق پزشكي انجام شود بايد در تغذيه و روش زندگي اين بيماران تغييرات اساسي داده شود.
بر اين اساس در معالجاتي كه براي اين نوع بيماران در نظر گرفته شد سيترات پتاسيم نيز افزوده شد نتايج نشان داد اين ماده در ممانعت از تشكيل مجدد سنگ كليه در بيماران نقش بسزائي دارد.
از آنجائيكه بيشتر بيماران نمي توانند بعلت مشكلات جهاز هاضمه كه در اثر مصرف سيترات پتاسيم براي آنها پديد ميايد از اين دسته داروها استفاده كنند بنابراين مصرف آب پرتقال كه حاوي اين ماده است به عنوان يك جايگزين مناسب براي آنان پيشنهاد ميشود.
بر اساس گفته دكتر كلاريتا اوينا (Clarita Odvina) تحقيقات نشان ميدهند كه آب پرتقال يك گزينه بسيار موثر براي مبارزه با اين بيماري است.
زماني كه ادرار بيش از حد غليظ است سبب ميشود كه مواد معدني و شميائي موجود در كليه كريستالهائي را توليد كنند و بعد از مدتي از بهم پيوستن آنها سنگ در كليه تشكيل ميگردد.
محققين دريافتند كه آب پرتقال ميزان سيترات پتاسيم را در ادرار افزايش داده و از كريستاليزه شدن اسيد اوره و اكسالات كلسيم دو ماده اصلي تشكيل دهنده سنگ كليه جلوگيري ميكند.
در اين تحقيق مشخص شد كه مصرف آب ليمو ميزان سيترات پتاسيم ادرار كه يك ماده خنثي در تشكيل سنگ كليه به شمار مي آيد را افزايش نميدهد و اين خاصيت فقط در آب پرتقال يافت ميشود كه يك شيوه درماني طبيعي و بسيار موثر است.

## خواص دارويي كاهو

كاهو سرشار از ويتامين و آهن است. خاصيت خنك كننده دارد و براي آفتاب سوختگي مفيد بوده، قرمزي ناشي از آن را در سطح پوست كاهش مي دهد.متخصصان مي گويند كه كاهو ويتامين هاي (آ) و (ب) و (ث) دارد و خونساز است. اين سبزي سرشار از املاح آهن، كلسيم، منيزيم، منگنز، روي، سديم و مس است. اين املاح به ويژه منگنز و روي از سفيد شدن و ريزش مو جلوگيري مي كند.
پزشكان مي گويند كه كاهو خنك است و تشنگي را برطرف مي كند و يرقان را درمان مي كند. كاهو مسكن اعصاب است و حتي تشويش و نگراني و دلهره را از بين مي برد و بهترين دارو براي بيماران عصبي است. فشار خون را تنظيم مي كند و در درمان يبوست مؤثر است. كاهو اشتها را تحريك مي كند. خوردن كاهو با كمي سركه و ادويه پيش از غذا ـ با تحريك غدد دستگاه گوارش و ترشح اسيد معده ـ به هضم غذا كمك مي كند.
كاهو براي كساني كه تنگي نفس دارند زياد خوب نيست اما خوردن مغز كاهو براي درمان تنگي نفس مفيد است.
ـ كاهو توان جنسي را افزايش مي دهد:
كاهو ـ همان گونه كه از قديم معروف بود ـ توان جنسي را بالا مي برد و نازايي را درمان مي كند. مصريان قديم به كاهو (گياه بارور) مي گفتند.
از عصاره كاهو براي محافظت و مرطوب كنندگي پوست در برابر حرارت خورشيد و باد، در لوازم آرايشي استفاده مي شود.
كاهو از انواع ويتامين ها به ويژه ويتامين H سرشار است اين ويتامين خاصيت تميز كنندگي دارد و به اين سبب در كرمهاي مغذي پوست و تميز كننده صورت به كار مي رود.
ميزان مواد قندي كاهو زياد است و املاح معدني آن مانند پتاسيم، منگنز، فسفر، كلسيم و آهن كم است و براي آرامش اعصاب و رفع خستگي و بي خوابي مفيد است.
كاهو ملين است و پزشكان خوردن آن را به افراد مسن و كساني كه گرفتگي رگ دارند سفارش مي كنند

## گلابي ضد كم خوني

بيش از 83 درصد گوشت گلابي را آب تشكيل مي دهد اين ميوه داراي املاح معدني و مخصوصاً منگنز است .
قند گلابي بهترين قندي است كه حتي اشخاص مبتلا به مرض قند مي توانند از آن استفاده كنند زيرا به آساني هضم و جذب بدن مي شود . پوست گلابي از نظر تانن غني است و همچنين موجب پاك كردن روده ها مي شود پوست گلابي به خاطر آنكه در معرض نور خورشيد قرار مي گيرد از نظر ويتامين ها و دياستاز از گوشت آن غني تر است همه حتي بچه هاي كوچك مي توانند گلابي بخورند به شرط آنكه كاملاً رسيده باشد گلابي هايي كه كاملاً نرسيده باشند مواد تحريك كننده دارند و گلابي هايي هم كه زياد رسيده باشند قسمتي از خواص غذايي خود را از دست مي دهند . كساني كه نمي توانند ميوه هاي خام بخورند مي توانند كمپوت گلابي بخورند زيرا كمپوت گلابي نيز مثل ميوه ي گلابي تمام خواص غذايي اين ميوه را در خود دارد .
اثرات درماني گلابي عبارت اند از :
درمان فشار خون ؛ اگر چنانچه به مدت 4 روز فقط 200 تا 250 گرم گلابي مصرف بشود پس از طي اين مدت مشاهده خواهد شد كه فشار خون پايين آمده است .
درمان ميگرن ؛ دمكرده برگ گلابي مسكن خوبي براي ميگرن است هر موقع درد ميگرن آغاز شد يك فنجان از آن را بنوشيد .
درمان عصبيت ؛ مصرف روزانه ي يك فنجان از دم كرده برگ گلابي موجب كاهش عصبانيت مي شود .

# گياه درماني در زخمها و سوختگيها


## خلاصه
استفاده از داروهاي گياهي در درمان آسيبهاي پوستي مانند زخم و سوختگي با انجام تحقيقات مختلف و تأييد اثربخشي آنها مرسوم گرديده است. اثرات مفيد گياهاني مانند آلوئه، هميشه بهار، لاواند و ... در بهبود زخمها و سوختگيها كاربرد آنها را در طبابت نوين تأييد نموده است.


## مقدمه
اخيراً استفاده از درمانهاي گياهي به طور فزايندهاي در ميان بيماراني كه بدنبال روشهاي درماني سنتي هستند، مرسوم شده و مورد پسند بيماران و پزشكان قرار گرفته است. تعداد ويزيتهاي انجام شده توسط پزشكان طب سنتي در آمريكا به سرعت در حال افزايش است. در 1997 تعداد اين ويزيتها تقريباً 629 ميليون مورد بود كه از تعداد كل ويزيتهاي پزشكان مراقبتهاي اوليه فراتر ميباشد.در اين سال تقريباً 27 بيليون دلار براي درمانهاي سنتي هزينه شده و 24/3 بيليون دلار آن مربوط به درمانهاي گياهي ميباشد. بطور تخميني تقريباً 50% از مردم انواعي از طب سنتي را مورد استفاده قرار ميدهند و بسياري از بيماران اين موضوع را به پزشك خود نميگويند. در آلمان يك مرجع تنظيم كننده بنام كميسيونE بررسي گسترده گياهان شايع را انجام و كيفيت، اثربخشي باليني و موارد استفاده 300 فرآورده گياهي را مورد ارزيابي قرار داده و اين بررسيها به استاندارد شدن درمانهاي گياهي منجر شده است. در حال حاضر ايالات متحده قوانين سختي در مورد فرآوردههاي گياهي اعمال مينمايد. در اروپا و آسيا طي هزاران سال درمانهاي گياهي به طور موفقيتآميزي در درمان اختلالات پوستي به كار رفتهاند. اكنون اين درمانها بصورت علمي مورد پژوهش قرار ميگيرند.

بررسي اثربخشي تعدادي از درمانهاي گياهي براي وضعيتهاي درماتولوژيك در حال انجام است و بعضي از آنها شواهد علمي قابل توجهي از اثربخشي را نشان دادهاند. تركيبات گياهي زيادي براي بيماريهاي مختلف از جمله بيماريهاي پوست جهت فروش عرضه ميشوند. اكنون كه ارتباطات پيشرفته بين پزشكان سرتاسر دنيا وجود دارد، مهم است كه اطلاعات مربوط به درمانهاي گياهي، اثرات آنها و تداخلات داروئي را به اطلاع يكديگر برسانيم تا ارائه راههاي درماني سنتي به بيمارانمان امكانپذير باشد. اين مقاله براي آموزش و استفاده از اين چالشهاي درماني نوشته شده است. اطلاعاتي كه با يك روش عملي تأليف شده باشند ممكن است اكثر بيماران را قادر سازند از اين درمانها كه اكنون در سرتاسر جهان مورد استفاده

قرار
ميگيرند، سود ببرند. در اين نوشتار داروهاي گياهي داراي شواهد علمي مبتني بر اثربخشي باليني و نيز گياهان رايج كه در درمان اختلالات پوستي مفيد بودهاند مورد بررسي قرار گرفته اند. بيخطر بودن هر گياه مشخص شده است تا پزشك قادر باشد درمانهاي گياهي را كه ممكن است در كار باليني مورد استفاده قرار دهد، بهتر بشناسد. همچنين تداخلات دارويي و عوارض شايع داروهاي گياهي در زمينه بيماريهاي پوستي بيان شده است.
Aloe vera
يك برگ تازه از آلوئه را برش داده و ژل حاصل از آن را روي پوست قرار دهيد، يا پوست آن را جدا كنيد و باقيمانده برگ را روي پوست بماليد. برگهاي گياه آلوئه (صبرزرد)، 2 ماده؛ ژل و يك شيره يا لاتكس توليد ميكنند. ژل را از قسمت داخلي برگ بدست ميآورند و طي قرنها براي درمان موضعي زخمها و سوختگيها به كار بردهاند. شيره يا لاتكس يك مايع تلخ زرد رنگ است كه از بخشهاي ويژهاي از پوسته داخلي برگ استخراج ميكنند و معمولاً بصورت پودر فروخته ميشود و اثرات ملين بسيار قوي دارد.
چندين گزارش موردي و مطالعه روي حيوانات نشان داده كه آلوئه سوزش، خارش و اسكار همراه با درماتيت ناشي از اشعه را كاهش ميدهد. همچنين بهبود زخمهاي مزمن پا، زخمهاي ناشي از جراحي و سرمازدگي اعضاء را تسريع مينمايد. مكانيزم اثر در مطالعات in vivo حيواني مطالعه شده است.
آلوئه ترومبوكسان A2 و B2 و پروستاگلاندين 2? را كه موجب انقباض عروقي و تجمع پلاكتي ميشوند، كاهش ميدهد وبنظر ميرسد پرفيوژن پوستي را افزايش و خطر از دست رفتن بافت بعلت ايسكمي را كاهش ميدهد. مطالعات in vitro نشان دادهاند كه يك كربوكسي پپتيداز كه برادي كينين(عامل قدرتمند ايجاد كننده درد در التهاب حاد) را غيرفعال ميكند، احتمالاً درد در محل درمان را كاهش ميدهد. ساليسيليك اسيد در آلوئه وجود دارد و با مهار توليد پروستاگلاندين بعنوان يك مسكن وضد التهاب عمل ميكند.)
لاكتات منيزيوم موجود در آلوئه با مهار هيستيدين دكربوكسيلاز كه تبديل هيستيدين به هيستامين را در Mast cells كنترل ميكند بعنوان يك ضد خارش تأثير دارد. همچنين به نظر ميرسد برطرف شدن التهاب بعلت خواص Immunomodulatory پليساكاريدهاي ژل به ويژه Acetylated mannas باشد. در in vitro آلوئه فعاليت باكتريسيد و ضد قارچ دارد. عارضه جانبي عمده در استفاده موضعي از ژل آلوئه، درماتيت تماسي آلرژيك است. همچنين تأخير ترميم بعد از لاپاراتومي يا سزارين گزارش

شده است. در صورت استفاده درست، مصرف خوراكي آلوئه بسيار مطمئن است.

Honey:

طي قرنها از مصرف موضعي عسل براي تسريع بهبود زخمها استفاده شده و در درمان سوختگيها، زخم بستر (Decubitus ulcer) و زخمهاي عفوني مفيد بوده است. در in vitro عسل در برابر ارگانيزمهاي شايع عفوني كننده زخمهاي جراحي، داراي فعاليت آنتي باكتريال و ضد قارچ بوده است. در 1998 طي مطالعه كوچكي، 9 شيرخوار مبتلا به عفونت زخم بزرگ و باز با كشت مثبت متعاقب عمل جراحي كه در آنها درمان استاندارد (بيش از 14 روز آنتي بيوتيك مناسب داخل وريدي و شستن با كلرهگزيدين) با شكست مواجه شده بود، مورد بررسي قرار گرفتند. اين زخمها 2 بار در روز با 5 تا 10 ميليليتر عسل تازه تغيير نيافته، تحت درمان قرار گرفتند، 5 روز پس از شروع درمان بهبود باليني قابل توجهي مشاهده و در روز بيست و يكم پس از آغاز درمان تمامي زخمها كاملاً بسته، تميز و استريل بودند. در ديگر كارآزمايي تصادفي كنترل شده، گاز آغشته به عسل با يك ورقه Polyurethan در سوختگيهاي با ضخامت نسبي (Partial-thickness) مقايسه و از نظر آماري زخمهايي كه با عسل درمان شده بودند نسبت به زخمهايي كه با ورقه پلي اورتان تحت درمان قرار گرفتند، زودتر التيام (به طور متوسط 8/10 روز در مقابل 3/15 روز) و از نظر عوارض مانند عفونت، گرانولاسيون بيش از حد و انقباض زخم (Contracture) يكسان بودند. بنظر ميرسد، خواص عسل در ترميم زخمها به علت ويژگيهاي دبريد كننده آنزيم كاتالاز، جذب ادم ناشي از خاصيت عسل در جذب رطوبت (Hygroscopic)، توانايي آن براي گسترش گرانولاسيون و اپيتليزاسيون از لبههاي زخم و خواص آنتي ميكروبيال آن باشد. اگرچه گزارشهايي در ارتباط با درماتيت تماسي ناشي از عسل وجود دارد اما عوارض جانبي مهمي گزارش نشده است.

Marigold:

گياه Calendula officinalis كه بيشتر به نام گل هميشهبهار معروف است، از قديمالايام بصورت موضعي مورد استفاده قرار ميگرفته و در حال حاضر بعنوان يك آنتي سپتيك و ترميم دهنده زخم توسط كميسيون E آلمان مورد تأييد قرار گرفته است. گياه فروشان معاصر فرآورده موضعي هميشه بهار را براي زخمها، سوختگيها، تاولها، بثورات جلدي، خشكي و ترك پوست، زونا و واريس توصيه ميكنند. استفاده از فرم دهانشويه آن نيز براي رفع التهاب دهان و ناحيه حلق مرسوم است. پماد يا كرم هميشه بهار با مخلوط كردن 2 تا 5 گرم از گلهاي آن با 100 گرم پماد چندبار در روز به كار ميرود. فرم دهانشويه و لوسيون آن با آميختن 1 تا 2 قاشق چايخوري

(10-5ميليليتر) تنطور هميشه بهار با 25/0 تا 5/0 ليتر آب تهيه ميشود.
عارضه جانبي مهم درماتيت تماسي آلرژيك است. هيچ عارضه جانبي خطرناكي گزارش نشده است و براي مصارف موضعي و خوراكي بيخطر ميباشد
بنظر ميرسد اثرات ضد التهابي آن بعلت تري ترپنوئيدها باشد. در مطالعه بر روي حيوانات، هميشه بهار گرانولاسيون را تحريك و گليكوپروتئينها و كلاژن را در زخمها افزايش ميدهدو در invitro داراي خواص آنتي ميكروبيال و تعديل كننده ايمني است.
Tannins:
گياهان بسياري داراي تانين هستند كه بعنوان يك قابض به خشك شدن زخمهاي مترشحه و خونريزي دهنده كمك ميكنند. از جمله اين گياهان ميتوان به برگ گردوي انگليسي،قضيب ذهب (Goldenrod، Labrador tea، اسطوخدوس (Lavender)، گل ماهور (Mullein)، پوست بلوط، ريوند چيني (Chinese rhubard)، گل راعي (St John's wort) و ترشك (Yellow dock) اشاره نمود.
از تانينها به صورت موضعي در ضايعات باز ترشحدار، زخمها، هموروئيد و سوختگيهاي درجه 3 استفاده شده است. تانينها بر روي سطوح خونريزي دهنده يك اثر قابض يا هموستاتيك را بعلت انقباض عروقي موضعي و احتمالاً افزايش ميزان انعقاد موجب ميشوند. عصاره آبي گياهان محتوي تانين بعلت انقباض عروقي و تشكيل لخته مصنوعي (احتمالاً ناشي از واكنش تانينـ پروتئين) فعاليت هموستاتيك خود را نشان ميدهند كه منجر به ايجاد يك توپي (Plug) مكانيكي براي متوقف نمودن خونريزي از عروق خوني كوچك ميشود . اين اثر ميتواند براي خونريزيهاي خفيف داخلي نيز مفيد باشد.
كاربرد موضعي تانينها روي پوست واجد اثرات مطلوب در سوختگيها، اگزماي همراه با ترشح و عفونتهاي ويروسي است. در اوايل قرن بيستم، اسپريهاي محتوي تانين بعنوان درمان ترجيح داده شده در سوختگيهاي شديد مورد استفاده قرار گرفتند. مجموعه تانين ـ پروتئين تشكيل شده بعنوان يك غشاي مصنوعي نيمه تراوا بنام eschar عمل ميكند اما بعلت ايجاد سطوح سمي تانيك اسيد كه گاهي اوقات از طريق پوست آسيب ديده جذب ميشد، اين روش متروك گرديد.
تانيك اسيد به سلولهاي ريشهاي (Stem Cells) اپيتليال آسيب رسانده و سبب تشكيل اسكار وسيعي ميگردد. با اينحال در چين هنوز هم از اين روش با استفاده از تانينهاي متراكم كه سميت كمتري داشته و اپيدرم در حال بازسازي را تخريب نميكند، استفاده ميشود.
ساير گياهان محتوي تانين عبارتند از : گياه انجيلي Hamamelis

witchhazel))، نوعي علـــف نقره اي Potentilla tormentilla (tormentil))، بلـــوط (Quercus (oak)، غـــافـث Agrimonia (agrimony))، علف مبارك (rhatany Krameria)، (Geum(avens شمعداني وحشي (Cranesbill (Geranium)، تاتاري Carduus benedicta (blessed thistle)، صمغ عربي Acacia catechu (catechu))، دو دندان Sanguisorba، (bur-marigold) Bidens burnet))، پاي شير (ladies mantle (Alchemilla) وانجبار Polygonun (bistort))

استفاده از ساير فرم هاي داروئي در سوختگيها:

بطور معمول استفاده از گياهان يك راه مطمئن براي تقويت سيستمهاي بدن است، مهم آنست كه قبل از استفاده از گياه درماني، تشخيص مسجل گردد. از گياهان ميتوان بصورت عصارههاي خشك (كپسولها، پودرها و چاي)، گليسيريتها (عصارههاي گليسريني)، يا تنطورها (عصارههاي الكلي) استفاده كرد. در صورتيكه دستور ديگري مدنظر نباشد، چاي را با ريختن يك قاشق چايخوري گياه در يك فنجان آب داغ ميتوان تهيه نمود. براي تهيه دم كرده، 5 تا 10 دقيقه برگ يا گل و 10 تا 20 دقيقه ريشه گياه را دم ميكنند و 4-2 فنجان در روز نوشيده ميشود. تنطورها را بايد به تنهايي يا در تركيب با ساير گياهان به كار برد.

?- براي فعال كردن سيستم ايمني و كاهش خطر عفونت درطي فاز حاد بيماري 60-30 قطره از قسمتهايمساوي از تنطورهاي كوكب كوهي (Echinaceae purpura) cone flower، و ختم ذهبي goldenseal (Hydrastis Canadensis)) ، را هر 4-3ساعت يكبار به كار بريد

?- گياه آب بشقابي (Centella asiatica) Gotu kola) با موفقيت بسيار در سوختگيهاي درجه 2 و 3 به كار رفته است. كاربرد موضعي روزانه از چروكيدگي و تورم پوست پيشگيري يا آن را محدود و از تشكيل اسكار جلوگيري مينمايد. همچنين بهبودي را زياد و فيبروز را كم ميكند.

-? گياهاني كه جريان خون به پوست را بهبود ميبخشند ميتوانند تحويل مواد غذايي به پوست را تسهيل نموده و مواد زايد متابوليكي راكاهش دهند. تركيبي از قسمتهاي مساوي از گياهان زير را بصورت چاي (يك فنجان 4 تا 6 بار در روز) يا تنطور (30تا60قطره 3 تا 4 بار در روز) تهيه نماييد.

Yarrow (Archillea millefolium)

Cleavers (Gallium aparine) بيتي راخ

Prickly ash bark (xanthoxyllum clava herculis).

Marigold (Calendula officinalis) هميشه بهار

Ginger root (Zingiberofficinalis)زنجبيل

جوشانده برگ بید در رفع سوء هاضمه مفید است .

جوشانده برگ بيد براي رفع سو هاضمه، رماتيسم حاد و مزمن و زكام مفيد است.
بر اساس مطالعات مركز تحقيقات كشاورزي و منابع طبيعي خراسان رضوي، در پوست درخت بيد علاوه بر گلوكوزيد، موادي نظير موم، صمغ، رزين، اكسالات كلسيم و تافن نيز يافت مي‌شود.
در اين تحقيق نحوه توليد و پراكنش فراورده‌هاي دارويي گونه بيد در استان خراسان مورد بررسي قرار گرفته است و نتايج حاصل از آن نشان مي‌دهد كه جوشانده برگ گل بيد براي رفع سو هاضمه، رماتيسم حاد و مزمن و زكام مفيد است.
همچنين در اين پژوهش با بيان اينكه پوست درخت بيد داراي گلوكوزيد، سالوكوزيدها و ساليسن است و اثر مسكن بر دردهاي تناسلي دارد، آمده است: مصرف عصاره بيد به صورت مصرف خارجي باعث رشد مو مي‌شود و با توجه به خاصيت ضد عفوني‌كنندگي آن مي‌تواند در نوارهاي زخم بندي مورد استفاده قرار گيرد.
گستردگي پراكنش گونه‌هاي بيد سفيد (s.alba) و بيد كوهي (s. Acmophylla) در كليه شهرستان‌هاي خراسان و گونه‌هاي بيد سرخ (s.purpurea) و بيد كوهي (s.acophylla) در مشهد و تربت حيدريه است

## مصرف موز و كيوي در پيشگيري و درمان بيماري سنگ كليه

مصرف ميوه‌جات تازه، سيب زميني، تربچه، حبوبات، برنج قهوه‌اي،جو،ذرت،كنجد،زيره،گشنيز،رازيانه،آب هويج،هندوانه،خيار و گيلاس براي پيشگيري و درمان اين بيماري نقش موثري دارد.
"سنگ كليه به ته‌نشين شدن مواد معدني در لوله‌هاي ادراري و سفت شدن و كريستاليزه شدن آن گفته مي‌شود كه باعلائمي همچون درد شديد نواحي پهلو، كمر و نواحي پايييني لگن و گاه خونريزي در ادرار همراه است"
همچنين با اشاره به‌عوامل موثر در بروز بيماري سنگ كليه عفونت‌ها،داروها و ژنتيك ازعواملي‌است كه در بروز بيماري سنگ كليه در فرد موثر است.
آزمايشات انجام‌شده بر روي سنگ كليه مشخص مي‌كند سنگ از چه نوعي بوده و چه مواد غذايي در تركيبات آن وجود دارد و عمده‌ترين سنگ‌هاي كليه از جنس كلسيم و اگزالات است و اختلالات غده پاراتيروئيد يا مصرف بيش از حد پروتئين سبب افزايش ترشح كلسيم در ادرار شده و احتمال ابتلا به سنگ كليه را افزايش مي‌دهد.
بر اين اساس توصيه مي‌شود كه از مصرف بيش از ? ????تا ? ????گرم پروتئين همچون گوشت قرمز، ماهي و مرغ در روز خودداري شود.
" اگزالات ، ماده‌اي است كه مقدار آن در پروتئين‌ها و مواد غذايي همچون اسفناج ، ريواس، چغندر، شكلات، چاي، سبوس، آجيل، بادام و توت فرهنگي بيشتر است."
نمك طعام،مواد شور و قهوه سبب ترشح كلسيم در ادرار شده و ميزان ابتلا به سنگ كليه را افزايش مي‌دهد و به همين دليل در رژيم‌هاي غذايي مصرف كلسيم را نبايد محدود كرد چرا كه باعث افزايش توليد سنگ‌هاي كليه مي‌شود.
همچنين درباره تاثير كليسم در شكل‌گيري سنگ كليه بايد گفت:
كلسيم در روده با اگزالات تركيب شده و سبب جلوگيري از جذب اگزالات در خون شده و در نتيجه ميزان آن را در ادرار كاهش داده و امكان ابتلا به سنگ كليه را نيز كاهش مي‌دهد.
مصرف يك ليوان آب جوشيده در هر ساعت سبب رقيق شدن املاح در ادرار و دفع سريع‌تر و راحت‌تر سنگ در مبتلايان به اين بيماري مي‌شود.
مصرف منيزيم ويتامين ?،B??داروهاي گياهي همچون گزنه خاردار،چاي جاوا(نوعي نعنا كه در كشور هندوستان روييده و به صورت دم كرده مصرف مي‌شود) و گياه خلا (شل‌كننده مجاري ادراري)در درمان اين بيماري موثر است

# خاكشير

خاكشير داراي اسيدهاي چرب مانند اسيد لينوئيك، لينولنيك،اولئيك، پالمتيك و اسيد استئاريك است، همچنين در خاكشير اسانس روغن فراري وجود دارد كه داراي مواد بنزيل و ايزوسيانات است و سنگ كليه را دفع مي‌كند.
براي دفع سنگ كليه مي توان خارشتر، خاكشير و ترنجبين را با هم مخلوط كرده و صبح ناشتا خورد.
خاكشير التيام دهنده زخم و جراحات، همچنين ادرار آور و تب بر است.
خاكشير التهاب كليه را برطرف كرده و صدا را باز مي كند .
براي از بين بردن كهير و التهابات پوستي از خاكشير استفاده كنيد.
از گلها و برگهاي گياه مي توان براي رفع بيماري ناشي از كمبود ويتامين C استفاده كرد .
براي برطرف كردن جوشهاي صورت كه به علت خوردن چربي و شيريني زياد ايجاد مي شود بايد جوشانده يك قاشق ترنجبين را با دو قاشق غذاخوري خاكشير مخلوط كرده و هر روز صبح ناشتا به مدت دو هفته آنرا ميل كنيد تا جوش‌ها از بين برود.
گفتني است، بعضي از افراد هنگامي كه خاكشير مي خورند ممكن است سردرد بگيرند، اين افراد بايد خاكشير را همراه با كتيرا مصرف كنند.

## خواص دارويي كلم

تصفيه كننده خون،كلم يكي از سبزي هاي معروف خوراكي است كه تاريخي كهن دارد. كلم اقسام مختلفي دارد و به رنگ هاي گوناگون است. مانند : كلم سبز، كلم قرمز، كلم قمري.
فواید کلم:
كلم، رخسار را جلا مي دهد و نيكو مي سازد. كلم خواب آور بسيار خوبي است.
كلم، حركت كودكان نو پا را آسان مي گرداند. مصرف كلم، صدا را صاف مي كند.
كلم پخته، بدن را از اخلاط فاسد و عرق زياد پاك مي كند. كلم پخته در درمان صرفه كهنه و درد كمر و زانو موثر است.
كلم پخته، سردرد را تسكين مي دهد.
برگ كلم سوخته، بهترين پاك كننده زردي دندان ها و خشك كننده بسيار خوبي است.
تخم كلم، ضد خونريزي لثه و ضد كرم دستگاه گوارش است. تخم كلم ضد كم خوني است و قوه بينايي و نور چشم را افزايش مي دهد.
مداومت در خوردن كلم، باعث از بين رفتن سنگ هاي ادراري و تناسلي خواهد شد. كلم به علت دارا بودن مواد گوگردي براي خارش و شستشوي موي سر شوره دار، داروي بسيار خوبي است. كلم تصفيه كننده خون استك كلم داراي يك اسانس سلفوره است كه براي معالجه كرم امعاء به كار مي رود.
براي درمان زخم هاي عميق و زخم هاي سرطاني، پماد برگ كلم با آرد جو مفيد است.
سوخته كلم براي درمان جوش هاي دهان، رفع زردي دندان و جلوگيري از ريزش مو مؤثر است. براي اين منظور بايد سوخته كلم را در محل مورد نظر بمالند و اين كار را تكرار كنند تا اثر خود را ببخشد.
خوردن 6/25 گرم تخم كلم كه با آب پخته شده باشد، لكه هاي پوستي را برطرف مي كند.
شيره كلم خام، براي تقويت خون اشخاصي كه كمبود آهن دارند مفيد است. شيره كلم خام، غشاهاي مخاطي معده و روده ها را پاكيزه مي كند.
برگ كلم له شده، براي درماني ناراحتي هاي پوستي مؤثر است.
كلم اكسيري است كه دواي همه دردهاست و تمام اعضاي بدن از آن استفاده مي كنند و هيچ دردي نيست كه در مقابل كلم دوام آورد. كلم زخم هاي بواسير را التيام مي دهد. كلم سنگيني گوش را درمان مي كند.

برگ هاي خام كلم سبز يا قرمز را قبل از غذا به صورت سالاد بخوريد. زيرا برگهاي كلم مقدار زيادي كلسيم و گوگرد دارد كه براي تقويت خون بي اندازه مفيد است و سالاد برگ خام كلم، بهترين درمان كم خوني است.
مصرف سوپ كلم براي معالجه برونشيت و سرفه شديد مفيد است. برگ كلم سفيد يا قرمز در معالجه امراض كبد و يرقان (زردي) نتايج مؤثري دارد.
كلم بهترين داروي طبيعي براي معالجه اسهال است، براي اين منظور بايد برگ كلم يا گل كلم را با آب بپزيد و فلفل و كره به آن چاشني كنيد و با كره و نان برشته به عنوان غذا مصرف كنيد.
مصرف كلم، بيماري نفريت (ورم چركي كليه) را درمان مي كند.
مصرف كلم براي مبتلايان به نفريت به سبب دفع سموم موجب تسكين درد مي شود.
اگر برگ كلم را به وسيله گذاردن اطوي داغ روي آن به صورت پماد در آورده و روي جاهايي كه در بدن درد مي كند بگذاريد اين مرهم (ضماد) براي تسكين درد اعصاب و رماتيسم و سياتيك مؤثر است.
مصرف شربت كلم، روزانه سه قاشق و هر بار يك قاشق قهوه خوري تمام كرم هاي بدن را دفع مي كند.
كلم به علت داشتن آهك زياد، ارسنيك و يد، يكي از غذاهاي بسيار عالي و مفيد است و براي درمان سستي استخوان، سل و كم خوني نظير ندارد.
در كلم املاح سولفات، نيترات دوپتاس، اكسيدهاي آهن و گوگرد (اسانس گوگرد) وجود دارد.
تذكر: خوردن كلم براي بيماراني كه مبتلا به گواتر و بواسير هستند و افرادي كه به خارش بدن مبتلا هستند مضر است.
طريقه مصرف:
مصرف كلم به صورت سالاد، بسيار لذيذ و نافع است.
آب كلم نيز راهي براي مصرف كلم است اما ممكن است به ذائقه بسياري از مردم خوش نيايد. براي اين منظور مي توان آب هويج خام و چند قطره آب ليمو به آن اضافه كرد و سپس مصرف كرد.
بهترين كلم و روش نگهداري آن:
وقتي كلمي را انتخاب مي كنيد، بايد برگ هايش محكم و چسبيده باشد و سر آن سنگين و محكم و برگ هاي خارجي اش هنوز روي آن باشد. براي اينكه تازگي كلم حفظ شود، آن را در پارچه اي بپيچيد و در يخچال نگهداري كنيد

نعناع صحرايي

يكي ديگر از گياهان ارزشمند مي باشد . اعضاء ديگري از خانواده نعناع مانند اسبي , در تمام اروپا , جنوب آفريقا و آسياي صغير يافت مي شوند . اين گياهان هميشه در طول تاريخ جزء گياهان بومي و ملي محسوب شده و در كتاب ها از آنها نام برده شده است . نعناع صحرايي به شكل تجارتي در شمال آمريكا , اروپا و قسمت هايي از آسيا كشت مي شود . قسمت عمده اين محصول در شمال غربي اقيانوس اطلس و خاور ميانه يافت مي شود اين گياه داراي طول عمر طولاني بوده و برگ هايي چهارگوش دارد . اين برگ ها معطر و داراي بافت هاي توليد كننده چربي هستند ساقه آن نيز روغن ترشح مي كند . گياهان ديگر هم خانواده نعناع عبارتند از : بكسان , گذر ناي كوهي , بادرنج بويه , تنين , زوفا , موز نگوش , آوشين , گلپر , گياه عرقچين و چندگياه ديگر . نعناع صحرايي براي مصارفي مثل خوش طعم كردن نوشيدني ها , تهيه ژله و سس بهترن ماده مي باشد همچنين اين گياه داراي مصارف پزشكي و دارويي فراواني از قبيل : درمان اسهال , قولنج , سردرد هاي عصبي و يبوست دارد . گياهان ديگري نيز وجود دارند كه در ساير فصول به عنوان گياهان استثنايي و عجيب از آنها ياد مي شود ولي در اين فصل بحث در مورد گياهاني بود كه در شرايط كنوني جهت تندستي بشر مفيد مي باشند

## مصرف ريحان در تسكين سردرد و تنگي نفس موثراست

مصرف ريحان در تسكين سردرد و ميگرن و نيز در درمان سرفه و تنگي نفس موثراست.
ريحان سبز گياهي است يكساله كه بلندي آن تا شصت سانتي مترمي رسد و برگهاي جوان آن سبز و روشن و به شكل بيضي نوك تيز با دندانه هاي ريز و معطراست.
طبيعت اين گياه گرم و خشك مي باشد و خواص درماني آن مقوي، محرك و بادشكن است و به هاضمه كمك مي كند، علاوه براين تب بر، آرام كننده و ضد اسپاسم است.
ريحان باعث رفع بوي بد ناشي ازخوردن سير و پياز مي شود. همچنين زخمهاي دهان را از بين برده و كندي دندان را برطرف مي كند.
از سوي ديگر، ضعف معده و ضعف اعصاب را رفع، و انواع سردرد و ميگرن را تسكين مي دهد. براي قي كردن و سكسكه و پوليپهاي بيني مفيد بوده و درد سينه، سرفه و تنگي نفس را نيز درمان مي كند.
تخم ريحان هم ملين است وهم براي قطع اسهال مصرف مي شود. اسهال خوني و سوزاك و زخمهاي خورنده را درمان و دم كرده تخم آن درجه حرارت بالاي بدن را كاهش مي دهد

# اثرات درماني استحمام با مواد مؤثره گياهان (1)

گياهان دارويي براي قرنهاي متمادي جهت استحمام مورد استفاده آرايشي و درماني قرار گرفته‌اند. اين گياهان معمولاً داراي بوي مطبوع، رنگ دلخواه يا خواص دارويي گوناگون بوده‌اند. از طرفي در دسترس بودن در منزل موجب استفاده هرچه بيشتر از آنها شده است.
امروزه مشخص شده كه فرآورده‌هاي گياهي افزوده شده به وان حمام به ميزان زيادي موجب تحريك پوست ميشوند. در مقايسه با گروه كنترل، استحمام با كاج (pine bath) موجب افزايش بيشتري در تعداد گلبولهاي سفيد شده است.
در حال حاضر هيچ شكي وجود ندارد كه تعداد زيادي از تركيبات دارويي تهيه شده از گياهان با اضافه شدن به وان حمام از طريق پوست جذب ميشود. اين تركيبات خونرساني به لايه‌هاي بافتي نزديك پوست را زياد مي‌كنند و فوائد اثرات دارويي آنها به موجود زنده مي‌رسد.
بايد خاطرنشان كرد كه تحقيقات علمي درباره درمان بوسيله استحمام با فرآورده‌هاي گياهي در مراحل اوليه خود مي‌باشد همچنين بحث‌هاي قابل توجهي درباره نوع فرآورده‌هاي مورد استفاده براي استحمام وجود دارد. قرصها و نمك‌هاي استحمام كه بصورت OTC (بدون نسخه) بفروش مي‌رسند براي مصارف درماني فايده‌اي نداشته و بيشتر جنبه آرايشي دارند.
از طرف ديگر روغن‌هاي خالص با كيفيت و نيز اشكال امولسيون ممكن است استانداردهاي لازم را داشته باشند. بدون شك عصاره تام گياهان نيز مؤثرند اما عموميت كمتري دارند زيرا قوام سفت شبيه شربت داشته و آب را كدر مي‌كنند لذا هرجا كه اثري بجز اثرات حاصل از جذب فرآورده مدنظر باشد مورد استفاده قرار مي‌گيرند مثلاً استحمام با گياه دم اسب.
- روغن‌هاي استحمام گياهي به تركيبي از كل قسمتهاي گياهان دارويي ترجيح داده ميشوند زيرا روغن‌هاي فرّار اجزاي فعالي هستند و به طور آشكاري جذب پوستي دارند.
گاهي جوشانده غليظ گياه دم اسب يا پوست بلوط تهيه و به آب استحمام افزوده ميشود يا مقدار لازم از داروي گياهي در يك كيسه كتاني گذاشته شده و كيسه مزبور را در آب استحمام قرار ميدهند. از اين روشها براي استحمام كامل استفاده نمي‌شود اما همچنان براي استحمام نسبي و كمپرس مرطوب مناسب هستند.
- طبقه بندي گياهان دارويي براي استفاده در استحمام بر اساس اجزاء فعال آنها كار مشكلي است زيرا اثرات آنها با يكديگر همپوشاني دارد. اما

اين طبقه بندي واضحترين تصوير را ارائه ميدهد. در ذيل مهمترين گياهان دارويي مورد استفاده در استحمام، مورد بحث قرار گرفته‌اند.

استحمام با كاج (Pine Baths)

استحمام با كاج به طور گسترده‌اي بكار رفته و به طور وسيعي مورد تحقيق قرار گرفته است. مشخص شده كه اين نوع استحمام داراي اثر محرك و تحريكي (سوزشي) غير اختصاصي وابسته به دوز است كه به آساني قابل كنترل ميباشد. صنوبر نروژي بيشتر مورد استفاده قرار گرفته و شاخه‌هاي جوان از درختان 80-60 ساله ترجيح داده ميشوند زيرا اجزاي فعال بيشتري دارند. موارد درماني اين نوع استحمام براي بيماريهاي عصبي، روماتيسمي و دردهاي عصبي است. حداقل نيم ساعت استراحت بعد از استحمام با كاج باندازه خود استحمام مهم است.

استحمام با پوست بلوط (Oak Bark Bath)

بلوط فاقد اسانس و فقط محتوي تانين است كه به طور متوسط نسبت به كاج بيشتر بوده و عمدتاً به صورت موضعي اثر ميكند از اين نوع استحمام عمدتاً در درمان بماريهاي مزمن پوست، تقويت پا و همانند اينها استفاده ميشود. فوائد فرم كمپرس آن براي اگزماي ترشح‌دار و بيماريهاي چشمي تحت بررسي است. ابتدا مقدار كمي از پوست بلوط را در يك ليتر آب مي‌جوشانند تا حجم آب به نصف برسد و اين جوشانده را به حمام دست يا پا مي‌افزايند.

استحمام با سبوس گندم (Bran Bath)

اين نوع استحمام داراي اثر تسكين دهنده روي پوست است و براي بيماريهاي حاد پوستي و معمولاً براي پوستهاي حساس به كار ميرود كه صابون را تحمل نمي‌كنند

## گياهي براي سردردهاي بي پايان

ميگرن و زنجبيل زيرا اين گياه دارويي مفيد، براي پيشگيري و كنترل ميگرن در حد داروهاي شيميايي مصنوعي مدرن كه احتمالا داراي عوارض جانبي نيز هستند، موثر است.
طبق نظر دكتر كريشنا سريواستاوا از دانشگاه اودنسن دانمارك، زنجبيل كه براي سال هاي متمادي در كشورهاي مختلف جهان براي درمان سردرد، تهوع و اختلالات عصبي مورد استفاده قرار مي گرفته است تاثيري دارد كه براي كنترل ناراحتي هاي فوق از نظر دانش فيزيولوژي منطقي به نظر مي رسد.
وي مي گويد: زنجبيل مانند آسپرين و برخي از ساير داروهاي ديگر ضدميگرن براي كنترل عكس العمل هاي التهابي شامل هيستامين و درد كمك مي كند.
پيشنهاد مي شود كه با احساس اختلال ديد كه معمولا اولين علامت شروع حمله ميگرن است زنجبيل خورد؛ يعني حدود 600 ـ 500 ميلي گرم كه در حدود 3/1 قاشق مرباخوري است پودر زنجبيل را در آب ساده ريخته و خورد.
اما اگر بيماران مبتلا به ميگرن مصرف ريشه زنجبيل تازه را در برنامه رژيم غذايي خود قرار دهند، از نظر تكرار و شدت هر حمله تخفيف قابل ملاحظه اي را مشاهده خواهند كرد.
سردردهاي ميگرني كه 10 درصد جمعيت را تشكيل مي دهد، در زن ها شايع تر است و بهتر است افراد مستعد، از خوردن شكلات و پنير كهنه كه باعث شروع سردردهاي ميگرني مي شود و همچنين مصرف الكل، كنسروها و غذاهاي حاوي ادويه مخصوص غذاي چيني (مونوسديم گلوتامات) كه طعمي شبيه گوشت ايجاد مي كند، پرهيز كنند.

## خواص دارويي زيتون

پزشكان و متخصصان تغذيه مي گويند كه زيتون اشتها را افزايش مي دهد.
كساني كه مي خواهند لاغر شوند بهتر است زيتون شور بخورند.برگ زيتون فشار خون را كاهش مي دهد و جوشانده برگ آن درد دندان را تسكين مي دهد.
روغن زيتون علاوه بر كاهش كلسترول و جلوگيري از پيدايش عوارض عروقي، مانع رسوب كلسترول درون رگها و تنگ شدن آنها مي شود.
پزشكان مي گويند كه اگر روزي دو قاشق روغن زيتون بخوريد سلامت خود را تضمين مي كنيد.
بر اساس نتايج چندين پژوهش، زيتون به سبب داشتن ارزش غذايي بالا به رشد جنين در رحم كمك مي كند.
پژوهشگران مي گويند كه روغن زيتون سرشار از اسيدهاي چرب اشباع نشده است كه درمان زخم معده و بيماري هاي قلب و تصلب شرايين و تشكيل استخوان كودكان مؤثر است.
زيتون و روغن آن ميزان قند خون را تنظيم مي كند و خاصيت ضد سرطاني دارد.

## خواص دارويي عناب

درخت عناب در مناطق گرمسير رشد مي كند. برگهاي آن كوچك و دندانه دار است. اين گياه گلهاي كوچك و به رنگ سبز مايل به زرد دارد. اما خود عناب قرمز رنگ و شبيه تخم مرغ است. يك هسته شيرين دارد. اين ميوه كمي سرد است و خواص دارويي زيادي دارد. عناب به دليل داشتن لعاب زياد نرم كننده سينه است . ملين بوده و ادرار را زياد مي كند و آرام كننده اعصاب است. خون را تميز مي كند و ضد سرفه است، بي خوابي را برطرف مي كند.جوشانده پوست اين درخت به عنوان داروي ضد اسهال مصرف مي شود.
عناب براي آسم و تنگي نفس مفيد است و زخم هاي كهنه را التيام مي بخشد. اين ميوه خستگي شديد را برطرف، رشد موي سر را زياد مي كند و براي ورم چشم مفيد است. عناب دستگاه هاضمه را تقويت و همچنين كم اشتهايي را برطرف مي كند.
آب عناب با كاهو در درمان سرطان مؤثر است.
هرگاه احساس غمگيني به شما دست داد بهتر است يك فنجان دم كرده عناب را ميل كنيد اين نوشيدني لبخند به لبهاي شما مي آورد.
طرز استفاده:
مي توانيد 50 گرم عناب را در يك ليتر آب بجوشانيد و ميل كنيد.
همچنين 14 دانه عناب را با 25 گرم جو پوست كنده در 2 ليتر آب بجوشانيد و بگذاريد محلول ته نشين شود و آب زلال آن را بنوشيد.
طريقه ديگر مصرف:
اين است كه 20 دانه عناب را با 30 دانه مويز دانه گرفته و 30 دانه سپستان و 17 گرم شاخه گلدار بنفشه در نيم ليتر آب خيس كنيد و 24 ساعت بگذاريد بماند، سپس آن را صاف كنيد و با 50 گرم شير خشت و 50 گرم ترنجبين مخلوط كنيد تا كاملاً حل شود و قدري گلاب به آن اضافه كنيد و بنوشيد.
ـ البته توجه داشته باشيد عناب در افراد سرد مزاج باعث گاز و نفخ معده مي شود. اين افراد بايد عناب را با شكر و مويز بخورند. بهتر است اين ميوه با غذاهاي محرك مانند عسل ميل شود.
عدس
عدس از خانواده حبوبات است. حبوبات دانه هايي هستند كه درون پوسته اي محافظ رشد مي كنند.
مواد مغذي عدس:
اسيد فوليك ـ يكي از مواد مغذي بسيار مهم و موجود در عدس است. اداره

بهداشت و سلامت امريكا توصيه مي كند خانم هايي كه زايمانشان نزديك است بايد روزانه 400 ميلي گرم اسيد فوليك دريافت كنند.
يك ليوان عدس پخته 90 درصد اسيد فوليك مورد نياز را تأمين مي كند.
آهن ـ عدس منبع خوبي از آهن است؛ به ويژه براي خانم هايي كه بدنشان نياز بيشتري به آهن دارد، مصرف عدس به همراه غذاهاي حاوي ويتامين (ث) سبب جذب بهتر و مؤثرتر آهن در بدن مي شود.
منابع ويتامين (ث) عبارتند از: گوجه فرنگي، فلفل سبز، كلم بروكلي، مركبات، آبميوه ها.
پروتئين ـ عدس سرشار از پروتئين است. فقط اسيد آمينه (ميتونين) آن كم است . مصرف غلات، تخم مرغ، آجيل و دانه هاي خوراكي ديگر، گوشت، لبنيات، به همراه عدس منبع پروتئيني غني و كاملي را تشكيل مي دهد.
فيبرهاي محلول ـ عدس فيبرهاي محلولي دارد كه مانند جارويي زبر، دستگاه گوارش را تميز مي كنند. اين نوع فيبر، گلوكز ( قند) و كلسترول سرم را كاهش مي دهد و نياز به انسولين را در افراد ديابتي كم مي كند.
مواد غذايي حاوي فيبر محلول: سبزيجات، جوي دو سر، جو، سبوس جو، ميوه ها، انواع لوبيا.

## خواص دارويي سيب

درخت سيب در اكثر نقاط دنيا پرورش داده مي شود و در هر جاي دنيا وجود دارد د تمام مردم دنيا آن را مي شناسند.سيب انواع مختلف دارد: ترش و شيرين. كه هر دو نوع آن داراي ويتامين و مواد مغذي زيادي است و بي مناسبت نيست كه يك ضرب المثل انگليسي مي گويد: (خوردن يك سيب در روز شما را از رفتن نزد پزشك بي نياز مي كند.)
سيب داراي كالري، پروتئين، كليسم، فسفر، آهن و انواع ويتامين هاي B3 ـ B2 ـ B1 ـ A و ويتامين C مي باشد.
التبته اين را بدانيد كه ويتامين هاي موجود در سيب بيشتر در پوست سيب و زير پوست آن قرار دارد، بنابراين اگر شما مي توانيد پوست سيب را هضم كنيد، بهتر است كه آن را با پوست ميل كنيد و اگر مي خواهيد پوست آن را بكنيد بهتر است كه سيب را خيلي نازك پوست بگيريد.
سيب از ميوه هايي است كه فوايد بسياري دارد يك ميوه قليايي است كه بدن را تميز مي كند و آب اضافي بدن را خارج مي سازد. سيب را مي توان براي برطرف كردن اسهال به كار برد. البته كساني كه ناراحتي هاي معده و روده دارند بهتر است كه اين ميوه را به صورت پخته مصرف كنند.
شربت سيب براي سرفه مفيد است و گرفتگي صدا را برطرف مي كند و در درمان التهاب كليه و مثانه مؤثر است. سيب اشتها آور بوده و براي درمان سرماخوردگي مفيد است. سيب پخته معده و كبد را تقويت مي كند و حرارت بدن را خارج مي سازد .
آب سيب براي زيبايي پوست و از بين بردن چين و چروك آن مؤثر است. بهتر است آب سيب را صبح و شب روي پوست گردن و صورت بماليد و ماساژ دهيد.
همچنين مي توانيد سيب پخته را با شير مخلوط كنيد و به صورت نيم گرم روي پوست بگذاريد، بعد پوستتان را بشوييد.
توجه داشته باشيد كه اگر مي خواهيد سيب را با پوست ميل كنيد پوست برخي سيب ها داراي يك لايه چربي براي حفاظت آن مي باشد كه قبل از مصرف پوست اين سيب ها را خوب بشوييد.
سيب براي ريه بسيار مفيد است زيرا خاصيت ضد اكسيداسيون دارد و تأثير منفي آلودگي و دود سيگار را كاهش مي دهد از اين رو روزي يك سيب و حداقل هفته اي 5 سيب بخوريد.
خوب است بدانيد اگر روزي يك عدد سيب بخوريد ديگر احتياجي به دندان پزشك پيدا نمي كنيد.
ـ سيب عفونتها را از بين مي برد و در واقع نوعي پني سيلين طبيعي است.

ـ يبوست و اسهال را درمان مي كند. افرادي كه اسهال دارند بايد سيب را رنده كنند و بگذارند تا چند ساعت بماند تا رنگش تغيير كند و تيره شود ( يعني پكتين موجود در آن اكسيد شود) و بعد آن را بخورند.
ـ آب سيب تازه سموم بدن را دفع مي كند و براي اطفال خيلي مفيد است.
ـ درجه تب را پايين مي آورد و گلو درد وسينه درد را بهبود مي بخشد.
ـ به سبب خاصيت دفع اسيد اوريك، براي درمان بيماري نقرس و آرتروز و رماتيسم بسيار مفيد است.
ـ مصرف حداقل 3 عدد سيب در روز خطر مرگ يا بيماري هاي قلبي را كاهش مي دهد.
ـ بافت گياهي سيب قادر است كه خطر مرگ بر اثر گرفتگي رگهاي بدن را تا 14 درصد كاهش دهد.
ـ بافت گياهي سيب قادر است كه خطر مرگ بر اثر گرفتگي رگهاي بدن را تا 14 درصد كاهش دهد.
ـ ماليدن مقداري سيب روي محل گزيدگي نيش عقرب يا زنبور به بهبود آن كمك مي كند.
سيب و پيشگيري از بيماريهاي عصبي:
ـ بر اساس نتايج پژوهشي جديد در امريكا، خوردن روزانه يك عدد سيب خطر ابتلا به سرطان را كاهش مي دهد و از نابودي سلولهاي مغز و ابتلا به بيماري هاي عصبي مانند آلزايمر و پاركينسون جلوگيري مي كند. در اين پژوهش آمده است كه بسته به ميزان مصرف سيب، تركيبات حياتي و فعال و مهم افزايش مي يابند كه در كاهش خطر مشكلات و بيماريهاي عصبي تحليلي نقش مهمي دارند.
پوست سيب از ابتلا به سرطان جلوگيري مي كند:
مواد غذايي موجود در پوست سيب خاصيت ضد سرطاني دارد ويتامين (ث) از ابتلا به سرطان جلوگيري مي كند.
خاصيت ضد سرطاني مواد گياهي موجود در پوست سيب از ويتامين (ث) نيز بيشتر است.
ـ سيب يكي از ميوه هاي سرشار از ويتامين (فلافونول) است و اين ميوه خاصيت ضد اكسيداني دارد و سلولهاي آسيب ديده را ترميم مي كند.
سيب و سرطان سينه:
بر اساس نتايج پژوهشي جديد در امريكا، خوردن يك عدد سيب در روز خطر ابتلا به سرطان سينه را در زنان كاهش مي دهد.
خوردن سيب براي كبد، لوزالمعده و كيسه صفرا بسيار مفيد است و ترشحات اسيد معده را افزايش مي دهد. خوردن سيب در شب به هضم غذا كمك مي كند و خواب خوشي را به همراه خواهد داشت

## خواص دارويي سيب زميني

سيب زميني از جمله صيفي هايي است كه براي پوست مفيد است . اگر نواحي از چشم شما پف دارد مي توانيد يك عدد سيب زميني خام را به تكه هاي كوچك تقسيم كنيد و روي چشمهايتان بگذاريد. پف اطراف چشمهايتان برطرف خواهد شد. سيب زميني آب پز و درمان افسردگي:
بر اساس نتايج پژوهشي در امريكا، سيب زميني آب پز، با افزايش ترشح هورمون سروتونين (هورمون احساس خوشبختي) به درمان افسردگي و بد مزاجي كمك مي كند. (ورزش، نور كافي در خانه و محيط كار، (پرتوي خورشيد) روابط خوب اجتماعي، تغذيه مناسب به افراد افسرده كمك مي كند كه براي هميشه داروهاي افسردگي را كنار بگذارند.)
سيب زميني سرخ شده و پوسيدگي دندان:
بر اساس نتايج پژوهشي جديد، عادت به خوردن خوراكيهايي مانند: سيب زميني سرخ شده، در كار لعاب دهان ـ كه نقش محافظت از دندانها در برابر پوسيدگي را دارد ـ اختلال به وجود مي آورد. در اين پژوهش آمده است كه خوراكيهاي حاوي كربوهيدرات موجب اسيدي شدن لعاب دهان مي گردد و زمينه را براي رشد ميكروبهاي عامل پوسيدگي دندان هموار مي كند و مواد معدني ميناي دندان را كاهش مي دهد.

## خواص دارويي شاهدانه

شاهدانه ضد جانور و انگل معده ،شاهدانه از گياهان يك ساله و ليفي است و دو پايه اي است. داراي ريشه عمودي و ساقه بلند و 2 تا 4 متر ارتفاع.
خواص شاهدانه:
در مناطق دور بيشترين كاربرد شاهدانه در چين و هندوچين است. استوارت مي نويسد كه در چين تمام قسمتهاي مختلف گياه شاهدانه در طب سنتي و چين به عنوان دارو كاربرد دارد.
از تخم شاهدانه به عنوان تونيك، نيروبخش، مسهل و ملين، نرم كننده، مدر، مسكن، ضد جانور، انگل معده و مخدر استفاده مي شود. مصرف زايد بر حد مجاز آن خطرناك است. يعني از مسكن هايي است كه طبق معمول، اسراف در خوردن آن خطرناك است.
تخم شاهدانه در موارد زكام و ناراحتي هاي پس از زايمان و قي و استفراغ شديد مصرف مي شود و در استعمال خارجي، روي تاول ها و زخم ها و به طور كلي زخم سر و كچلي مي اندازند.
ماسون و تئوبالد مي گويند كه گياه شاهدانه ارزش زيادي براي معالجه كزاز دارد. گياه شاهدانه مسكن واقعي و مؤثري براي درد شكم و معالجه سوء هاضمه با علايم درد و براي سرطان ها و زخم ها اثر شفا بخش دارد به علاوه براي معالجه ميگرن و نورالژي و رماتيسم و درد اعصاب مفيد است.
از تخم آن پس از اينكه به ترتيب خاصي تهيه و به صورت دارو آماده شد براي پايين افتادگي رحم و كمك به وضع حمل و به عنوان تب بر استفاده مي شود.
شاهدانه طبق نظر حكماي طب سنتي، از نظر طبيعت، قسمت هاي مختلف آن متفاوت است.
ـ تخم آن خيلي گرم و خشك است. پوست آن سرد و خشك است و از نظر خواص معتقدند كه به علت مركب القوي بودن برگ آن در عين حال كه فرح، سرور، نشاط و نيكويي به رنگ رخسار مي آورد، مخدر نيز هست و پس از آن سستي مي آورد. بعد از آن كه آثار قسمت گرم آن نشاط است زايل شد آثار قسمت سرد آن كه تخدير و سستي است ظاهر مي شود و اشتهاي غذا را از بين مي برد و نهايتاً موجب غم، تكدر، تاريكي ديد چشم، جنون، ماليخوليا، ترس بسيار و استسقا مي شود.
عصاره برگ آن براي از بين بردن شپش سر و ريختن چند قطره از عصاره برگ و روغن آن در گوش براي تسكين درد گوش نافع است. خوردن برگ آن رطوبت هاي معده را خشك مي كند و شكم را مي بندد وقبض مي كند

و ترشح ادرار را زياد مي كند. ضماد و برگ آن براي تحليل ورم هاي گرم و تسكين دردهاي عصبي مفيد است. مقدار خوراك آن تا 4 گرم و اسراف در خوردن آن مضر و خطرناك است.
ـ تخم آن آشفتگي حال و به هم خوردن دل را تسكين مي دهد و بادها را پراكنده مي كند و قابض است. مضار آن اين است كه سردرد مي آورد، ديد چشم را كم مي كند و مضر معده است. براي احتراز از اين عوارض بايد سرخ كرده آن را خورد.
روغن شاهدانه گرم و خشك است و براي درد گوش، اعصاب، تحليل ورم هاي سفت و نرم كردن سفتي رحم نافع است. چند قطره در گوش ريخته شود و يا روي ساير اعضا و ورم ماليده شود.
روش تهيه عصاره گياه شاهدانه:
سرشاخه هاي گلدار شاهدانه هندي 1 واحد، الكل 60 درصد 6 واحد، آب مقطر 1 واحد گرفته و طبق روش معمول از آن عصاره تهيه مي كنند. مقدار خوراك اين عصاره 5 سانتي گرم تا 5 دسي گرم بر حسب مورد در رفع حساسيت هاي شديد و دردهاي رماتيسمي مصرف مي شود

# ليموترش

نويسنده: فرزانه محمدحسيني
ليموترش درختي است به ارتفاع 4 تا 5 متر. از مشخصات ديگر آن اين است است كه دمبرگي با بالهاي باريك‌تر از نارنج و پرتقال دارد. ميوه‌اش پس از رسيدن به رنگ زرد روشن داراي طعم و مزه مطبوعي مي‌باشد. درختان ليموترش و ليموشيرين، بيشتر در نواحي شمالي و جنوبي ايران پرورش مي‌يابند.
خواص درماني ليموترش:
ليموترش داراي اثر زيادكننده فعاليت گلبول‌هاي سفيد خون در دفاع از بدن مي‌باشد. مقوي قلب و سيستم عصبي و سمپاتيك، اثر مدر ضدرماتيسم و نقرس و همچنين آرام‌كننده و ضداسكوربوت، كم‌كننده چسبندگي خون در (رقيق كننده خون تصفيه‌كننده، ضدآسم و بندآورنده خون نيز هست. ليموترش گوهر تمام ميوه‌هاست. اين ميوه خون را تصفيه و مخاط را پاك و ضدعفوني مي‌كند. در ضمن كشنده ميكروب نيز مي‌باشد. ويتامين C موجود در ليمو عامل تقويت نسوج بوده و رگهاي موئينه را تغذيه مي‌نمايد. آب تازه ليموترش اثرات بسيار مفيدي ظاهر مي‌كند كه به صورت زير نشان داده مي‌شود؛-1 داراي اثر ضدعفوني كننده آبهاي آشاميدني مشكوك است، اگر بخواهيد آب استرليزه و كاملا ضدعفوني شده بنوشيد از اين دستور مي‌توانيد استفاده كنيد؛ چند قطره آب تازه ليموي ترش را در ليوان آبي كه مي‌خواهيد بنوشيد بريزيد، از اين طريق مي‌توانيد آبي كاملا پاك و تميز بنوشيد. از اين روش در بسياري از كشورها از جمله آلمان استفاده مي‌شود. -2 اگر به سلامت گوشت و ماهيترديد داريد مي‌توانيد از آب تازه ليموترش استفاده كنيد. -3 براي اينكه مطمئن شويد شير بريده است يا نه مي‌توانيد چند قطره از آب ليموترش در شير بچكانيد و بعد به هم بزنيد. اگر شير حالت دانه دانه پيدا كرد، معلوم است كه بريده است و قابل استفاده نيست. -4 براي تهيه شربت ليموناد قطعات درشت يك ليموترش را در داخل بطري محتوي 5 ليتر آب وارد كرده و هر روز 2 بار، آن را تكان دهيد. پس پايان 8 روز مايع را با صافي صاف كرده و در بطري ديگري ريخته و درب آن را گذاشته و به حالت خوابيده نگهداري كرده و موقع مصرف از آن استفاده كنيد. -5 از دم كرده 2 يا 3 عدد ليمو با پوست در يك ليتر آب پس از سرد شدن، نوشابه بسيار خوبي به دست مي‌آيد. -6 آب تازه ليموترش اثر قلياييِ كننده و ضداسيديته معده را دارد، زيرا ليموترش داراي مقداري پتاس و اسيد سيتريك است و هنگامي كه اين اسيد وارد بدن مي‌شود و كلسيم تجزيه شده توليد مي‌كند در نتيجه دو

مولكول اسيد كربنيك از بين مي‌رود كه در قليايي كردن خون نقش بسزايي دارد. بدين ترتيب مقدار زيادي از ترشي خون از بين مي‌رود. مطالعات انجام شده توسط دانشمندان در اين زمينه نشان مي‌دهد كه اين ماده براي سلول‌ها نيز حالت اسيدي دارد زيرا طعم ليموترش مربوط به اسيدهاي آلي است كه در سلول‌ها به حالت اسيدي باقي نمي‌ماند. مصرف طولاني ليموترش باعث به وجود آمدن كربنات پتاسيم در اعضا مي‌شود كه شدت اسيديته مايعات بدن را كم مي‌كند به همين دليل است كه زيادي ترشي معده با مصرف شيره رقيق شده ليموترش با آب اين حالت را خنثي مي‌نمايد. در واقع اسيد سيتريك طبيعي جذب و اكسيده مي‌شود و پس از تغييراتي توليد كربنات و بي‌كربنات‌هاي كلسيم و پتاسيم و غيره مي‌نمايد كه خود باعث قليايي نگهداشتن خون مي‌گردد. براي رفع لكه صورت و كك و مك اگر آب تازه ليموترش كه كمي نمك به آن افزوده شده باشد به‌عنوان لوسيون صورت مورد استفاده قرار بگيرد بسيار موثر است. از اين لوسيون دو دفعه در هفته به پوست ماليده شود اثر بهتري روي پوست پديد مي‌آورد.
دستور براي ديگر براي شفافيت دندان‌ها اين است اگر هر هفته يك بار دندان‌ها را با آب تازه ليموترش مسواك بزنيد بسيار موثر است. محل گزش حشرات را با يك قطعه ليموترش مالش دهيد كه در درمان و رفع ناراحتي‌هاي آن كمك مي‌نمايد. براي تقويت لثه‌ها اگر يك برش از ليموترش تازه را بر روي لثه‌ها بماليد باعث تقويت واستحكام آنها مي‌شود. براي شادابي و تقويت دستها اگر آب ليموتازه را به كف دستها ريخته و مالش دهيد باعث سلامت و شفافيت دستها مي‌شود. مصرف اسانس پوست ليمو ترش در موارد ضروري به ميزان 5 تا 10 قطره مخلوط با عسل و يا چكاندن چند قطره آب تازه ليموترش در بيني و تكرار آن براي چند دفعه در روز در رفع ناراحتي‌هاي زكام موثر واقع مي‌گردد. آب ليموترش مخلوط با عسل در دهان باعث از بين رفتن آفتها و التهابات مخاط دهاني مي‌شود. همچنين قرقره كردن آب ليموترش براي رفع آنژين‌ها موثر است. كمپرس شيره ليموترش تازه بر روي ناحيه پيشاني و شقيقه و يا به صورت برش‌هاي نازك به منظور درد و ناراحتي‌هاي ميگرن بسيار موثر بوده و درد را تسكين مي‌دهد. در مواردي كه ناخن‌ها حالت شكنندگي دارند، ناخن‌ها را صبح و شب به مدت يك هفته با آب تازه آغشته نموده و با پنبه به روي ناخن‌ها بماليد. اين حالت براي هميشه از بين مي‌رود و ناخن‌ها محكم و سفت مي‌شود. افرادي كه داراي پوست چرب هستند بايد لوسين حاصل از ليموترش را صبح و شب به پوست صورت بمالند و به مدت 20 دقيقه صبر كرده، بعد با آب ولرم شستشو دهند و سپس از كرم مرطوب‌كننده استفاده كنند. ليموترش در بسياري از بيماري‌ها اثرات مفيدي را ظاهر مي‌كند كه

باعث از بين رفتن بيماري‌هاي عفوني مختلف از جمله: ريوي مربوط به روده، مالاريا، بي‌اشتهايي، آب آوردن شكم، رماتيسم و نقرس، دفع رسوبات ادراري و صفراوي، سوءهضم، واريس، چاقي، يرقان و استفراغ مي‌شود.
ليموترش اثرات مفيدي در بسياري از بيماري‌ها از جمله نارسايي اعمال كبد و لوزالمعده، بالا بودن فشار خون، هموفيلي، خونريزي‌هاي معده و روده، وجود خون در ادرار، ديستانژي دارد. استعمال خارجي آن در رفع سينوزيت، آنژين، التهاب مجراي گوش، ضايعات ناشي از سرمازدگي كه بيشتر در انگشتان و پاشنه پا حاصل مي‌شود و نيز در بهبود زخم‌هاي عفوني موثر است. يك برش ليموي تازه در داخل يك فنجان قهوه داغ غليظ بيندازيد و بنوشيد، مسكن بسيار مقوي است براي سردردهاي ميگرني يا اگر آب يك عدد ليمو را با يك ليوان آب گرم مخلوط نموده و به صورت كمپرس استفاده كنيد، براي از بين رفتن نفخ شكم، دل به‌هم خوردگي و ساير اختلالات هاضمه و رفع ترشي معده مفيد است. اگر يك عدد ليموترش را با پوست و گوشت و هسته آن برش برش كنيد و در نيم ليتر آب داغ بيندازيد كه به مدت يك ساعت بماند، سپس آن را بيرون بياوريد و بفشاريد و آب فشرده آن را با قند و يا در صورت تمايل با عسل ميل كنيد و روزي يك ليوان آن باعث رفع شدن حالات مذكور خواهد شد. آب ليموي تازه مخلوط با نصف ليوان آب و كمي عسل، نوشابه بسيار مفرحي است كه براي بيماران تب‌دار بسيار موثر خواهد بود.
مصرف دانه‌هاي له شده ليموترش مخلوط با عسل در صبح ناشتا در رفع كرمك بسيار نافع خواهد بود. براي رفع برفك و ورم داخل دهان مي‌توانيد به اين طريق عمل نماييد. ليمو و سماق را از هر كدام به اندازه 100 گرم جوشانده و صاف كنيد و بعد آن را در دهان مزمزه كرده و بعد بيرون بريزيد و با مصرف اين دستور براي هميشه از ناراحتي اين چنيني رها مي‌شويد. پوست ليمو اثر بادشكن و ضدگازمعده دارد. بهتر است براي استفاده از اين ميوه از آب آن استفاده كنيد، ميوه ليموترش در درمان بسياري از بيماري‌ها از جمله برونشيت، سرماخوردگي‌ها، كمردرد، سنگ‌هاي كليوي و سنگ مثانه مفيد و موثر است. ليموترش ضدعطش مي‌باشد و مقاومت بدن را در فصل گرما افزايش مي‌دهد. هرچه بيشتر از ميوه‌ها و سبزي‌هاي تازه استفاده كنيم از پوستي شاداب، تني سالم و روحي شادتر برخوردار مي‌شويم.

استحمام با گياهان معطر
اين حمامها محتوي اسانس بوده و از طريق پوست جذب ميشوند لذا داراي اثرات موضعي و عمومي هستند و اثر موضعي آن برجسته است. گياهان زير بصورت گسترده‌اي در حمام‌هاي معطر مورد استفاده قرار مي‌گيرند.
سنبل الطيب (Valerian)
والرين داراي ويژگيهاي آرام‌بخش و خواب آور است. بنابراين ترجيحاً در شب مورد استفاده قرار مي‌گيرد. گاهي اوقات بايد مواظب بود تا حين استحمام فرد بخواب نرود و در وان سقوط نكند. دم كرده 100 گرم ريشه والرين يا 250 گرم تنطور آن به وان افزوده ميشود. ميتوان عصاره تام گياه را توصيه نمود.
باد رنجبويه (Melissa)
بادرنجبويه داراي اثرات آرام‌بخش و شل كننده است و عمدتاً براي بيماريهاي قلبي با منشاء عصبي، بيقراري عمومي و مشكلات بخواب رفتن به كار ميرود. بهتر است عصاره تام گياه مورد استفاده قرار گيرد. بجاي آن ميتوان يك تا دو قاشق غذاخوري از روغن خالص بادرنجبويه را به آب وان افزود.
اكير تركي (Calamus)
اين گياه واجد ويژگيهاي تونيك عمومي است. لذا استحمام با آن براي ضعف وخستگي عمومي دوران نقاهت، كم خوني، بيماريهاي متابوليك و ديابت بسيار مفيد است. اكير تركي تحريك كننده است لذا بهتر است بهنگام صبح مورد استفاده قرار گيرد نه در شب. بيماران مبتلا به Neurovegetative dystonia و بيماريهاي مشابه، مي‌توانند استحمام با آنرا صبح شنبه و يكشنبه انجام دهند و بدنبال آن يك ساعت در بستر استراحت نمايند.
اكليل كوهي (Rosemary)
محتوي كافور (camphor) است كه روي سيستم گردش خون و اعصاب تأثير مي‌گذارد و از طريق پوست جذب ميشود. موارد مصرف حمام معطر با رزماري عبارتند از : افت فشار خون، اختلالات عروق محيطي، وريدهاي واريسي و درد روماتيسمي، كوفتگي و كشيدگي رباط‌ها. دم كرده حاصل از 50 گرم برگ رزماري در نيم ليتر آب به يك وان كامل افزوده ميشود. عصاره تام رزماري نيز موجود است. بعلت ويژگيهاي تونيك آن، استحمام با رزماري به بهترين وجه در صبح (همانند استحمام با اكير تركي) و متعاقب آن استراحت كافي در بستر صورت مي‌گيرد.

آویشن (Thyme)
اسانس آویشن بصورت محسوسي جذب و بمقدار زيادي از طريق ريه‌ها دفع ميشود. همچنين اسانس تبخير شده از آب داغ بخور داده ميشود. در تمامي موارد مصرف عمومي آويشن استحمام با آن نيز مفيد است. براي مثال بعنوان يك برطرف كننده اسپاسم و گشاد كننده برونش‌ها؛ در سرفه‌هاي مزمن، آمفيزم و كودكان مبتلا به سرفه خروسكي كاربرد دارد.
بابونه (Chamomile)
در مصرف موضعي، بابونه عمدتاً ترميم زخم را تسريع و اسپاسم مرتبط با هموروئيد و تحريك و سوزش ناشي از اگزماي مزمن را برطرف ميكند. دم كرده 100 گرم از گل‌هاي بابونه (براي مصارف استحمام) براي استحمام كامل يا يكي از عصاره‌هاي موجود بابونه به كار رفته است. بابونه بيشتر براي استحمام نسبي و كمپرس مورد استفاده قرار گرفته است. يك روش مرسوم و كاملاً شناخته شده استحمام با بابونه براي هموروئيد است. ساده‌ترين روش، قرار دادن گلهاي بابونه(باندازه يك كف دست) داخل يك سطل و افزودن 2 يا 3 ليتر آب جوش به آن است. آنگاه بيمار روي سطل نشسته و كاملاً آنرا درزگيري مي‌نمايد ضمن آنكه توسط يك پتو به طور كامل پوشيده شده است.
بومادران (Yarrow)
اثر آن شبيه بابونه و عمدتاً ضد التهاب و ضد اسپاسم است. همچنين داراي مواد تلخ تونيك و تانين ميباشد. بومادران عمدتاً براي مشكلات زنان در مواردي كه ترشحات زنانه و خونريزي وجود نداشته باشد توصيه شده و بيش از همه براي بيماريهاي اسپاستيك درگير كننده پارامتريوم رحم مصرف ميشود و در حال حاضر مصرف داخلي آن براي اين منظور مورد بحث ميباشد. مصرف خارجي آن عمدتاً براي وان حمام نشسته (Sitz baths) و نيز وان حمام كامل است. همچنين ميتوان از عصاره‌هاي موجود براي استحمام استفاده كرد.
اسطوخدوس (Lavander)
اسطوخدوس (لاواند) داراي اثرات تونيك و محرك عمومي روي سيستم عصبي است. استحمام با لاواند درمان مناسب براي Neurovegetative dystonia است. امروزه مشخص شده كه رايحه معطر اسانس گياهان لاواند، بادرنجبويه، رزماري فقط يك اثر مطبوع و آرايشي ندارد بلكه واجد ويژگيهاي درماني است كه نبايستي از نظر دور بماند. اثر درماني لاواند بعلت تحريك اعصاب بويايي است كه به مغز انتقال يافته عمدتاً مراكز اتونوم در مغز مياني را تحت تأثير قرار ميدهد.
استحمام با سيليس( Silica Baths )
سيليس داراي خواص محرك موضعي است و به نظر ميرسد يك اثر

اختصاصي روي متابوليسم پوست، بافت سلولي زير جلدي و ليگمانها و تاندون‌ها براي مثال بعد از شكستگي‌هاي مچ پا داشته باشد. اما جزئيات آن به طور كامل شناخته نشده است. گياه دم اسب يا كاه جو دو سر مورد استفاده قرار گرفته است. موارد مصرف عبارتند از : بيماريهاي روماتيسمي و عصبي، اگزماي مزمن و درماتيت عصبي، همچنين اختلالات موضعي عروق محيطي، سرمازدگي و تورم بعد از ترومبوز.
استحمام با Hayseed و كيسه‌هاي Hayseed
(Flores graminis) Hayseed براي درمان روماتيسم مورد بررسي قرار گرفته و استحمام با آن عمدتاً براي درمان بيماريهاي روماتيسمي و متابوليك به كار رفته است. جوشانده 500 گرم از آن در 5-4 ليتر آب به استحمام كامل اضافه ميشود. عصاره‌هاي تام نيز بسيار مفيدند

# بابونه براي درمان بي خوابي و رفع كابوسهاي شبانه

گياه بابونه گياهي معطر است كه داراي خواص دارويي ضد حساسيت مي‌باشد.
بابونه گياهي معطر و بادوام است كه به ارتفاع حدود 30 تا40 سانتي‌متر و گاهاً تا 60 سانتي‌متر رشد مي‌كند. ساقه آن به رنگ سبز مايل به سفيد، برگ‌هاي آن كوچك متناوب و داراي بريدگي‌هاي باريك و نامنظم و پوشيده از كرك است. گل‌هاي آن مجتمع در يك طبق است كه به طور منفرد در انتهاي ساقه گل دهنده در تابستان ظاهر مي‌شود. در هر طبق گل‌هاي سفيد در اطراف و گل‌هاي زرد در قسمت وسط قرار دارند.
از آنجائي كه اين گياه از قرن‌ها پيش به دليل عطر فراوان در پارك‌ها، باغ‌ها و گذرگاه‌هاي اروپا كشت مي‌شده است، از آن به بابونه اروپايي نيز ياد مي‌شود.
يكي از تركيبات اصلي تشكيل دهنده بابونه روغني فرار و لطيف و آبي رنگ است كه از گل آن به دست مي‌آيد و مسبب عطر خاص گل بابونه است.
مصرف جلدي اين روغن، تاثير بسزايي در ضدعفوني و برطرف كردن التهاب‌هاي پوستي دارد و ترميم آسيب‌هاي سطحي پوست را تسريع مي‌كند. همچنين ماساژ با روغن اين گياه مسكني موثر براي دردهاي سياتيك است.
گل بابونه تاثير آرام بخش شگرفي بر روي سيستم عصبي و همچنين دستگاه گوارش داشته و نقش قابل ملاحظه آن در درمان بي خوابي و رفع كابوس‌هاي شبانه شهرت دارد.
اثرضد التهاب، ضد اسپاسم، ضد نفخ، ضدعفوني كننده، ضدحساسيت، تاثيرات آرام بخش و تسكين دهنده درد و همچنين تقويت دستگاه هاضمه از مهمترين خواص بابونه است.
گفتني است، بابونه يك ماده ضدحساسيت طبيعي است و از اثرات ضدآلرژي بخور آن مي‌توان جهت تسكين آسم، آلرژي‌هاي تنفسي فصلي، زكام و سينوزيت سود برد.
بخور گل بابونه جهت بهبود آكنه و جوش‌هاي صورت نيز توصيه شده است.
بابونه مسكني فوق العاده براي سردرد، ميگرن، دندان درد و دردهاي عصبي است و به دليل خواص شناخته شده اين گياه دارويي، به صورت چاي كيسه‌اي نيز امروزه در بازار موجود است.

درمان تهوع با زنجبيل

زنجبيل" گياهي است با نام علمي Zingiber officinalis از خانواده Zingiber aceae (خانواده زنجبيل) كه از ريزوم (ريشه) آن استفاده مي شود. ريشه‌ها را از زمين خارج نموده و پس از پوست كندن به صورت تازه يا پودر استفاده مي كنند. تازه ي آن داراي مقدار زيادي رطوبت است كه در اثر گذشت زمان خشك مي شود.
در بيشتر بازارهاي جهان از جمله ايران، تكه‌هاي خشك ريزوم (كه تقريباً سفيد رنگ است) وجود دارد كه داراي بوي بسيار نافذي است. اين گياه در ايران وجود ندارد و از هندوستان يا نقاط ديگر وارد مي شود. زنجبيل به عنوان معطركننده و ادويه، يكي از پرمصرف ترين گياهان خوراكي و دارويي جهان است.
زنجبيل داراي خواص متعددي است اما يكي از خواص مهم آن ضد تهوع بودن است كه در بين گياهان جزء قوي‌ترين‌هاست.
مصرف زنجبيل در زمان تهوع ناشي از مسافرت و تهوع دوران بارداري بين افراد جهان بسيار شايع است.
بسياري از افراد بعد از سوار شدن به ماشين يا وسايل نقليه ديگر دچار تهوع مي شوند كه براي جلوگيري از اين حالت مي توانند نيم تا يك ساعت قبل از سوار شدن نيم تا يك گرم پودر زنجبيل را مصرف نمايند.
همچنين خانم‌هاي حامله مي توانند همين ميزان را اول صبح مصرف كنند تا تهوع ناشي از حاملگي، آن‌ها را ناراحت نكند. مصرف اين ميزان هر روزه، كاملاً بي ضرر و در حد مصرف خوراكي آن مي باشد.
براي خوردن آن مي توان پودر زنجبيل را به روي غذا ريخت يا در يك نوشيدني مثل چاي حل نمود و مصرف كرد. البته زنجبيل از مزه ي تند و تيزي برخوردار است و ممكن است بعضي قادر به خوردن مستقيم آن نباشند، به همين دليل مي توان پودر آن را در كپسول‌هاي خالي ژلاتيني كه در داروخانه‌ها موجود مي باشند پر نموده و مصرف كرد. كپسول‌هاي خالي در اندازه‌هاي 250 ميلي گرم (يك چهارم گرم) و 500 ميلي گرم (نيم‌گرمي) در داروخانه‌ها موجود بوده و جنس آن‌ها ژلاتيني و كاملاً خوراكي هستند.
البته كپسول‌هاي آماده ي زنجبيل هم در بيشتر داروخانه‌ها وجود دارند.

خواص دارويي سير

سير از سبزيهايي است كه تاريخي كهن دارد. انسان خواص درماني اين گياه را پنج قرن قبل از ميلاد مسيح شناخته بود. محل كشت سير، شرق است كه ميزان وسيعي كشت داده مي شود. در ماه فروردين هر يك از پياز هاي كوچك سير را در خاك كاملاً خشك به فاصله 15 تا 20 سانتي متر مي كارند و بين ماه هاي تير و مرداد، كه برگ ها پژمرده شود، جمع آوري مي شود.
اين گياه در نواحي مختلف ايران به خصوص در شمال كشور به طور گسترده پرورش مي يابد.
اهميت و خواص سير در احاديث اسلامي مورد توجه است، از اين رو رسول خدا(ص) فرمودند: سير بخوريد و خود را بآن معالجه كنيد زيرا در سيرشفا و بهبودي هفتاد مرض و بيماري است.
فوايد سير:
خواصي كه دانشمندان (طب قديم و جديد) براي سير بر شمرده اند عبارتند از:
سير اثر نيكويي در ضد عفوني كردن معده دارد، ولي نبايد آن را زياد مصرف كرد.
سير، رسوبات خون را حل مي كند. از اين رو مصرف سير به كساني كه درد مفاصل دارند، نقرس گرفته اند و يا به رماتيسم مبتلا شده اند توصيه مي شود. سير ادرار را زياد مي كند و فشار خون را پايين مي آورد.
سير، بهترين درمان براي فراموشي و نسيان است، خوردن سير كدورت ذهن را از بين مي برد.
سير، بهترين تقويت كننده پياز مغز است و روي مغز تأثير نيكو دارد.
خوردن سير عضلات قلب را به نشاط مي آورد و به وسيله اين گردش خون منظم مي شود. مصرف سير مجاري تنفس وخون را پاك مي كند و به اين وسيله از تنگي نفس مي كاهد.
سير برخي از انواع سل ريوي را معالجه مي كند به خصوص وقتي كه با شير ممزوج باشد. سير، براي معالجه اسهال و برونشيت و سردرد و زكام مزمن و ضعف حافظه و سرگيجه سودمند است.
سير در برابر امراض بسياري مانند تب، مقاوم است. سير، پوست بدن را خوشرنگ و گونه ها را سرخ و روده ها را از عفونت ها پاك مي كند ( به خصوص در اطفال) و با اين خاصيت انسان را در مقابل بيماري تيفوئيد و ديفتري محافظت مي كند.
سير، سنگ كليه را از بين مي برد و كرم هاي نازك شكم اطفال را نابود

مي كند.
سير، فلج و رعشه را معالجه مي كند و در مورد مالاريا و بي خوابي خيلي مفيد است.
براي درمان ميخچه و زگيل بايد سير را نرم و به صورت مرهم روي ميخچه و زگيل بگذاريد، تا همانطور بماند و هر چند آن را تكرار كنيد تا به طور كلي ميخچه و زگيل از بين مي رود.
وقتي حشر ه اي شما را گزيد، فوري محل نيش زدگي را با سير بماليد تا سوزش و درد آن تسكين پيدا كند.
اگر يك بسته سير را در انبار غلات آويزان كنيد و يا روي آن پخش كنيد، باعث فرار موش ها خواهد شد.
از ديگر خواص سير مي توان به تقويت دستگاه دفاعي بدن و داشتن خاصيت ضد سرطاني و ضد سرماخوردگي اشاره كرد.
مصرف سير براي بيماران مبتلا به مرض قند (ديابت) اثر شفا بخش داشته و قند خون را مي كاهد.
سير، اثر سمي نيكوتيني كه از دود سيگار حاصل مي شود را برطرف مي كند. زيرا چنانچه معتادان به سيگار به علت نيكوتين دچار ناراحتي هاي هاضمه و قلب شده باشند، با مصرف سير احساس بهبودي مي كنند.
خوردن سير براي درمان رعشه اندام ها و فلج مفيد است.
مداومت در مصرف سير به تدريج باعث ريختن موي سفيد و روييدن موي سياه مي شود. سير پخته را چنانچه بر موي و پوست بمالند كشنده شپش است.
اگر سير پخته را با شير مخلوط كرده و از آن مرهم تهيه كنند و در محل آبسه (دمل) قرار دهند براي گشودن هر نوع آبسه و حتي آبسه دندان مفيد است. اگر اين فرآورده را در محل دردهاي مفاصل و قولنج بمالند، درد و ناراحتي را تسكين خواهد داد.
اگر مخلوط سير با سركه را بر پوست بمالند ورم اعضا را برطرف مي كند.
سير خرد شده حاوي اسانس گوگردي، بوي تندي دارد كه براي دستگاه گوارش خاصيت آنتي بيوتيكي (ضد ميكروبي) دارد، اسانس فرار آن در تمام بدن پراكنده مي شود و از راه ريه و پوست دفع مي شود.
سير، يك محرك پوستي است و به عنوان خلط آورده در التهاب مخاط برونش ها مصرف مي شود.
سير، يك داروي ضد كرم ضعيف است و براي درمان بيماري تصلب شرايين به كار مي رود.
به خاطر بوي نامطبوع سير بهتر است به طور كامل آن را خرد و در شير حل كنيد. اين عمل براي درمان افزايش فشار خون، تصلب شرايين،

ناراحتي هاي گوارشي (اسهال ـ اتساعروده) و التهاب مخاط برونش ها خورده شود. مصرف زياد دارو و يا آلودگي محيط، سبب تجمع سموم شيميايي در كبد مي شود. مصرف روزانه سير تازه، از كبد در برابر اين سموم محافظت مي كند.
بنا بر تحقيقات دانشمندي به نام (Rey ) زياده روي در مصرف سير، موجب سردرد و ضعف بينايي مي شود. براي جلوگيري از اين مضرات چند راه پيشنهاد شده است:
الف) پختن سير در آب و اضافه كردن كمي نمك يا كره يا روغن بادام به آن.
ب) استعمال گيشنيز به همراه مصرف سير يا بعد از مصرف سير.
چنانچه در مصرف سير، مراعات سن، مزاج و فصل نشود، مخصوصاً به حالت خام در مصرف آن زياده روي شود، براي دستگاه تنفس و بيماري بواسير مضر است.
تذكر: بهترين راه براي برطرف كردن بوي سير خوردن سبزي و كاهو است، زيرا كلروفيل موجود در اين سبزي ها سير را دفع مي كند

## خواص دارويي شلغم

شلغم نه تنها از نظر داشتن ويتامين و خواص معدني اش ارزنده است، بلكه از حيث ساير ويژگي هاي غير غذايي هم سرآمد بوده و در زمره سبزي هاي مهم شمرده مي شود. علاوه برپيازسبزي هاي ليفي (گياهان سبز) نيز عوامل عمده پيشگيري از سرطان به شمار مي آيند. زيرا آنها همانند كلم پيچ و ساير گياهان چليپايي طبق تحقيقات آزمايشگاهي از مواد برخوردارند كه رشد سرطان را در جانوران متوقف مي سازند. همچنين شلغم روغني (منداب) كه شلغمي بزرگ و زرد رنگ است، داراي مواد ضد سرطاني است.

نكات مفيد:

شلغم يكي از بقولات بسيار قوي و مغذي است كه به سبب دارا بودن ده درصد مواد قندي و سرشار بودن از املاح مفيدي مانند كلسيم و منيزيم جزو مواد غذايي بسيار با ارزش به حساب مي آيد.

شلغم يكي از پاك كننده ها و سازنده هاي خون بوده و چنان كه گفته شد، املاح كلسيم و منيزيم موجود در آن موجب جلوگيري از ابتلا به بيماري هاي خطرناكي مانند سرطان مي شود.

هم چنين شورة محتوي در آن باعث تصفيه خون و دفاع بدن در برابر بيماري هاي عفوني است.

پتاسيم موجود در شلغم، چربي را خنثي مي كند و آرسنيك آن در تشكيل گويچه هاي سفيد و قرمز خون دخالت مستقيم دارد. از طرف ديگر فسفر موجود در شلغم، موجب تقويت ياخته هاي عصبي مي شود.

بايد دانست كه لازم است از برگ شلغم خواه به صورت پخته يا خام در سوپ يا سالاد و يا خوارك هاي ديگر استفاده شود. نه تنها در برگ شلغم مقدار زيادي كلسيم وجود دارد بلكه علاوه بر آن، اين گياه حاوي مقادير زيادي آهن و مس نيز هست كه سبب ازدياد خون و به ويژه هموگلوبين مي شود. به هر اندازه رنگ برگ شلغم تيره تر باشد، يد بيشتري در آن هست. همچنين وجود ويتامين آ، ب و ث در برگ و ريشه آن، به خوبي نشانگر نقش مؤثر و مهم آن در حفظ تعادل عصبي و به خصوص در تعادل تغذيه آن مؤثر است.

دكتر برتوله ثابت كرده است كه عصاره شلغم، حل و دفع سنگ هاي كليوي را به علت خاصيت حل كنندگي كه بر روي اسيد اوريك دارد، تسهيل مي كند.

شلغم اثر مفيد و مؤثري در درمان بيماري هاي دستگاه تنفسي دارد. براي اين منظور از آش و سوپ آن استفاده مي شود. همين طور مي توان

عصاره آن را به دست آورد. براي اين كار شلغم را با شكر سرخ به وزن مساوي در كمي آب مي ريزند و به ملايمت حرارت مي دهند. طريقه ديگر آن است كه وسط شلغم بزرگي را خالي كرده و سكر سرخ را درون آن مي ريزيد و پر مي كنند و مي پزند. شكل سوم نيز آن است كه شلغم را به حلقه هاي گرد بريده و پياز را نيز به همين شكل در مي آورند سپس طبقات شلغم و پياز را در ظرف گردي بر روي حرارت مي گذارند و هنگامي كه گرم مي شود به تدريج شربت آن جدا مي شود. اين شربت براي درمان سرماخوردگي و گلودرد بسيار نافع است و از آن مي توان به عنوان غرغره نيز استفاده كرد كه در موارد گلودرد به كار برده مي شود.
دردمل، كورك و هر نوع كانون التهابي و تورمي يا چركي از ضماد شلغم پخته استفاده شده و بر روي موضع مي گذارند.
ترب سياه هم كليه خواص شلغم را دارا بوده و حتي در برخي مواقع غني تر هم هست. بهتر آن است كه ترب سياه و شلغم خام را رنده كرده و به شكل خام ميل كنند تا از خواص آنها به طور كامل بهره گيرند
مي توان از اين دو با سبزي هاي ديگر نيز به صورت سالاد استفاده كرد.
شلغم ويتامينهاي (آ) و (ب) و (ث) و عناصري مانند فسفر، كلسيم، گوگرد، منيزيم و يد دارد.
شلغم حاوي نشاسته و پروتئين و سلولز است و به اين سبب نيروزا مي باشد.
شلغم براي بيماران مبتلا به بيماري قند مفيد است و از خام آن مي توان به عنوان انسولين گياهي استفاده كرد. شلغم خاصيت ميكروب كشي و ضد ويروسي دارد. سرفه هاي خشك را درمان مي كند، خلط آور است، در پيشگيري و درمان سرماخوردگي بسيار مفيد است، مقاومت بدن را افزايش مي دهد.
در فصل زمستان شلغم بخوريد ، تا در همه سال در برابر بيماريها بيمه شويد.

## خواص دارويي فندق

فندق درختچه اي است به ارتفاع تقرباً 2 متر كه برگ هاي آن پهن و نوك تيز است. فندق داراي پوششي سبز رنگ بوده كه پس از خشك شدن تدريجاً از آن جدا مي گردد.مغز فندق در حدود 60 درصد روغن دارد كه به رنگ رزد روشن بوده و داراي طعم ملايم و بوي مطبوعي مي باشد.
از روغن فندق در تغذيه، عطر سازي و نقاشي استفاده مي شود. مغز فندق مقدار زيادي فسفر دارد.
فندق داراي خواص زيادي است و داراي پروتئين، مواد چرب، كلسيم، فسفر و پتاسيم مي باشد. فندق گرم و خشك است و براي بيماري قند مفيد است.
اين دانه روغني براي تقويت بدن، روده و معده، سرفه، درد سينه و كبد مفيد است. سموم را از بدن خارج كرده و براي ريزش مو و سوزش مجاري ادرار مفيد مي باشد ولي فشار خون را بالا مي برد.
اگر شما فعاليت فكري زيادي داريد بهتر است فندق بخوريد چون به دليل فسفر زياد مغز شما را تقويت مي كند. ولي به خاطر داشته باشيد افراط در خوردن اين دانه روغني باعث نفخ و گاز شكم و استفراغ مي شود. اگر سرد مزاج هستيد بهتر است فندق را با آب و عسل بخوريد و اگر گرم مزاجيد با سكنجبين ميل كنيد.

# طب گياهي ، كهن ترين شيوه درمان

طب گياهي قديمي ترين شكل درمان است كه از سوي بشر شناخته شده و از ديرباز مورد استفاده قرار مي گرفته است. استفاده از اين روش درماني در تمامي تمدن ها سابقه دارد و يك جز مهم در پيشرفت علم پزشكي رايج به شمار مي رود.
گرايش مجدد مردم به داروهاي گياهي و توليد روزافزون اين فرآورده ها از سوي شركتهاي معتبر داروسازي جهان بهانه اي است براي توجه بيشتر به درمان هاي گياهي.
استفاده از گياهان به عنوان دارو براي پيشگيري و درمان بيماري ها از روزگاران كهن مورد توجه متخصصان طب سنتي قرار داشته و تا ابتداي قرن شانزدهم معتبرترين روش براي درمان بيماري ها به شمار مي رفته است.
ابوعلي سينا از نخستين دانشمنداني است كه در كتاب قانون به شرح و بررسي علمي خواص درماني گياهان پرداخته است.
قانون ابن سينا همراه با كتاب الحاوي كه از سوي رازي به رشته تحرير درآمد، منابع ارزشمند طب گياهي بوده و قرنها به عنوان كتاب مرجع مورد استفاده دانشمندان غربي بوده اند. قرن شانزدهم با آغاز نگرش هاي نوين در علم پزشكي همراه بود.
در نتيجه ظهور اين ديدگاه هاي جديد درمان ، كم كم روشهاي درمان بيماري ها با گياهان كنار گذارده شد و استفاده از داروهاي شيميايي جانشين گياه درماني شد؛ اما داروهاي تازه هم مشكلات خاص خود را داشت.
عوارض جانبي بسيار زياد داروهاي شيميايي و گراني آنها موجب گرايش مجدد مردم به طب گياهي شد. در قرن اخير پيشرفت عمده اي در بهره گيري از گياهان دارويي حاصل شده است و آزمايشگاه هاي مجهز در سراسر جهان براي بررسي اثرات اين داروها به كار و فعاليت مشغولند.
طب سنتي در عصر تجدد
شايد براي بسياري از مردم قابل تصور نباشد كه وجود انواع داروهاي شيميايي در بسته بندي هاي رنگارنگ حاصل تحقيق بر روي اجزاي موثر گياهان دارويي است. بد نيست بدانيد حدود 25 درصد از داروهاي تجويز شده از سوي پزشكان در ايالات متحده حداقل شامل يك جزو مشتق از گياهان هستند.
بعضي از اين داروها از عصاره گياهان تهيه شده و گروهي ديگر از تركيبات شيميايي با منشائ گياهي ساخته مي شوند. آمار استفاده از داروهاي

گياهي در سالهاي اخير قابل توجه است.
سازمان بهداشت جهاني تخمين مي زند كه در حال حاضر 80درصد جمعيت جهان يعني حدود 4 ميليارد نفر از طب گياهي در درمان بيماري ها استفاده مي كنند.
WHO خاطرنشان مي سازد كه از حدود 119داروي گياهي حدود 74مورد آن دقيقا همانند كاربرد آنها در طب سنتي مورد استفاده پزشكان قرار مي گيرد.
همين موضوع موجب شده است كه هم اكنون تحقيقات گسترده اي از سوي شركتهاي داروسازي روي خواص درماني گياهان مناطق مختلف جهان انجام گيرد.
هم اكنون مواد مشتق از گياهان نقش عمده اي در صنعت داروسازي دارند. چنين داروهايي براي درمان بيماري قلبي ، فشار خون بالا، انواع دردهاي مزمن ، آسم و ديگر بيماري ها به كار مي رود.
به عنوان مثال افدرا گياهي است كه در طب سنتي چيني بيش از 2هزار سال براي درمان بيماري هاي تنفسي مورد استفاده بوده است.
وافدرئين كه جزو فعال اين داروي گياهي است. سابقا در تهيه داروهايي براي تسكين آسم به كار مي رفت. مثال ديگر گياه (Foxglove گل انگشتانه) است.
خواص درماني آن از سال 1775شناخته شده و در طب گياهي استفاده فراواني دارد. در طب رايج پودر برگ اين گياه به عنوان داروي قلبي براي ميليون ها بيمار تجويز مي شود.
داروخانه طبيعت
تنوع گياهان دارويي در طبيعت به حدي است كه دسته بندي علمي آنها را به كاري مهم و در عين حال دشوار بدل مي كند. يكي از روشهاي طبقه بندي گياهان دارويي براساس خواص آنهاست كه به طور اختصار به آن اشاره مي كنيم.
1-گياهان مقوي:
اين گياهان در شرايط خاصي براي تقويت بيمار تجويز مي شود كه عمدتا مي توان به دوران نقاهت پس از بيماري حاد اشاره كرد.
برخي از اين گياهان حاوي انواع ويتامين ها، مواد معدني و تركيبات قندي هستند كه در تامين انرژي مورد نياز بدن متعاقب بيماري و برقراري تعادل در عملكرد اندامها نقش عمده اي دارند.
2-گياهان مدر:
مقدار آب موجود در بافتها تحت تاثير عوامل گوناگون دچار تغيير مي شود. مثال واضح در اين زمينه اختلال عملكرد قلب ، ريه و كليه ها است. علاوه بر اين مواردي مثل عادت ماهيانه در خانم ها، تجمع مايعات و ادم را به

همراه دارد.
يكي از موثرترين راههاي تعديل آب موجود در فضاي بين سلولي و بافتهاي مختلف بدن استفاده از گياهان مدر است كه موجب تسكين عوارض ناشي از اين بيماري ها مي شود.
3-گياهان مسهل و ملين:
اين گروه از گياهان براي رفع يبوست و تسهيل دفع سموم به كار گرفته مي شوند. گياهان مسهل از طريق مختلف موجب برطرف شدن يبوست مي شوند.
برخي از اين گياهان نظير ريشه ريوند از طرق افزايش ترشح صفرا و تحريك حركات دودي روده اين كار را انجام مي دهند و بعضي ديگر مثل ريشه شيرين بيان و روغن زيتون با تحريك جدار روده موجب برطرف شدن يبوست مي شوند.
درباره ساير گروههاي گياهان دارويي بايد به آرام بخش ها، گياهان عرق آور جهت سرماخوردگي و تبها و گياهان مهوع و قي آور براي تخليه سريع محتويات معده اشاره كرد كه همگي با مشورت و تحت نظر پزشك تجويز و استفاده مي شوند.
داروي طبيعي هم گاهي مضر است
نكته مهمي كه بايد بر آن تاكيد شود تصوري است كه به اشتباه بين گروهي از مردم رايج است. بسياري از بيماران ، طبيعي بودن دارو را دليلي براي بي ضرر بودن آن مي دانند.
مطابق اين تفكر تمامي داروهاي گياهي و فرآورده هاي حاصل از گياهان دارويي بي ضرر و فاقد عوارض جانبي هستند.
متخصصان داروسازي يادآوري مي كنند كه مصرف داروهاي گياهي همراه با ساير داروهاي مورد استفاده بيمار مي تواند عكس العمل و عوارض جانبي خطرناكي را به همراه داشته باشد.
بنابراين توصيه مي شود همواره و قبل از استفاده از داروهاي گياهي با پزشك خود در اين باره مشورت كنيد. بعضي از داروهاي گياهي موجب تداخل در قدرت جذب موادغذايي موردنياز بدن مي شوند، در حالي كه انواع ديگري از داروهاي مذكور موجب افزايش يا كاهش تاثير يك داروي خاص مي شوند.
در اين زمينه مي توان به داروي تئوفيلين اشاره كرد كه براي درمان آسم استفاده مي شود. اين دارو حاوي گزانتين است كه در چاي ، قهوه و شكلات نيز يافت مي شود. مصرف اين موادغذايي به مقدار زياد همراه با تئوفيلين ممكن است موجب ايجاد مسموميت دارويي شود.
بعضي از ويتامين ها و موادمعدني هم اثر داروها را تحت تاثير قرار مي دهند؛ مثلا مقدار زياد كلم بروكلي ، اسفناج و ديگر سبزيجات حاوي ويتامين

K، كاهش اثر داروهاي ضدانعقادي مثل هپارين و وارفارين را به دنبال دارد.
اين نكات هنگام مصرف داروها بايد بدقت موردتوجه قرار گيرد.
در اين خصوص سالمندان و بيماران مبتلا به بيماري هاي مزمن كه معمولا دو يا چند دارو را به طور دايم استفاده مي كنند و مبتلايان به ديابت ، فشارخون بالا، افسردگي و بيماران قلبي از جمله بيماراني هستند كه بايد درباره استفاده از داروهاي گياهي حتما با پزشك خود مشورت كنند.
باز هم تاكيد مي كنيم كه طبيعي بودن به معناي بي ضرر بودن نيست و مقدار داروهاي گياهي يا جوشانده ها و تركيباتي كه از گياهان دارويي تهيه مي شود، حتما بايد به طور دقيق و تحت نظر پزشك تعيين و مصرف شود.

نكاتي در باره چاي سبز

قدمت استفاده از چاي به بيش از 500000 سال قبل ميرسد. شواهد گياهشناسي نشان مي‌دهند كه هند، چين، برمه و تايلند خاستگاه چاي مي‌باشند. به نظر ميرسد كلمه انگليسي Tea از كلمه مالاكائي ''teh'' يا كلمه چيني ''t'e'' گرفته شده باشد. اصطلاح چيني ''Ch'a'' منشاء نامگذاري چاي در ساير زبانها مي‌باشد. هلندي‌ها و پرتغالي‌ها كه اولين وارد كننده‌هاي اصلي چاي بودند احتمالاً اين نام‌ها را به كشورهاي اروپايي و خاورميانه معرفي نمودند.
چاي داراي بهترين كيفيت از جوانه‌هاي تازه شامل دو يا سه برگ اول بعلاوه شكوفه‌هاي در حال رشد بدست مي‌آيد چاي با كيفيت پائين كه در تهيه چاي فوري و brick tea به كار مي‌رود از برگ‌هاي پائين ساقه حاصل مي‌شود.
3 نوع اصلي چاي شناخته شده است:
1- چاي سياه، بيشترين نوع تجاري چاي بوده كه به فاصله كوتاهي پس از چيده شدن، در طي مراحل خشك شدن و نگهداري دچار اكسيداسيون آنزيمي (تخمير) مي‌شود.
موادي بنام كاتشين (Catechin) و پلي فنولهاي موجود در برگ‌هاي چاي تبديل به تركيبات قهوه‌اي يا قرمزي بنام تئوفلاوين و تئوروبيجين مي‌شوند كه موجب مي‌شوند چاي دم كرده به رنگ سياه درآيد.
2- چاي الانگ (Olang) كه به رنگ قرمز يا زرد است و با تخمير نسبي بدست مي‌آيد.
3- چاي سبز كه دچار تخمير نمي‌شود و بلافاصله بعد از چيدن از اكسيداسيون كاتشين محافظت مي‌شود كه اكثر فوائد درماني چاي را به آن نسبت مي‌دهند.
از چاي سبز در طب سنتي هند به عنوان نشاط‌آور ضعيف، محرك مدر و قابض و در طب سنتي چين بعنوان قابض، تقويت كننده قلب، محرك سيستم عصبي مركزي و مدر استفاده شده است. ساير كاربردهاي سنتي آن در درمان نفخ، تنظيم درجه حرارت بدن، تسريع هضم و بهبود روندهاي تفكر بوده است.
نتايج مطالعات بالیني
*بيماريهاي قلبي- عروقي: بين محتوي فلاونوئيد رژيم غذايي و كاهش خطر بيماري قلبي ارتباط مثبت قوي وجود دارد. موادي مانند چاي، پياز و سيب حاوي فلاونوئيد هستند. همچنين مصرف كنندگان چاي سياه فشار خون سيستولي كمتري دارند.

*اختلال عملكرد مغزي : خاصيت ضد اكسيداسيون پلي فنولهاي چاي سبز ممكن است در اختلالات مغزي يك اثر محافظتي داشته باشد.
*اختلالات چربي: چاي معمولاً موجب كاهش چربيهاي خون مي‌شود اما در همه مطالعات نتايج يكساني حاصل نشده است.
*اختلالات كليوي: پلي فنولهاي موجود در چاي سبز عملكرد كليه را در بيماران مبتلا به نارسايي مزمن كليه بهبود مي‌بخشند.
*سرطان: در ژاپن خوردن حداقل 10 فنجان چاي در روز با كاهش خطر سرطان معده همراه بوده است. همچنين مطالعات مختلفي در ارتباط با تأثير مثبت چاي در پيشگيري از سرطان لوزالمعده، روده بزرگ، ريه و رحم انجام شده است.
*پوسيدگي دندان: عصاره برگ چاي سبز داراي اثرات ضد ميكروبي است و از ايجاد پلاك و پوسيدگي دندان جلوگيري مي‌كند.
* كاهش وزن: پلي فنولهاي چاي سبز فعاليت آميلاز بزاق(آنزيم تجزيه كننده قندها) را مهار مي‌كند. جالب است بدانيد كه چاي بدون داشتن عوارض خطرناك داروهاي كاهنده وزن ميتواند موجب كاهش وزن، اندازه دور كمر و تري گليسريد خون مبتلايان به چاقي شود.
موارد منع مصرف:
اعتقاد بر آنست كه قبل و بعد از دريافت فرآورده‌هاي آهن و در شيرخواران نبايد از چاي سبز يا تركيبات پلي فنول آن استفاده نمود. شواهد موجود حاكي از آنست كه مقادير بيش از 250 ميلي ليتر در روز با سوخت و ساز آهن تداخل نموده و موجب كم خوني مي‌شود. شواهدي مبني بر منع مصرف در حاملگي وجود ندارد با اينحال بايد با پزشك مشورت نمود. مصرف چاي سبز در دوران شيردهي توصيه نمي‌شود.
تداخلات دارويي:
افزايش اثر متي سيلين و بنزيل پني سيلين، تشديد اثر آسپيرين و ساير داروهاي
ضد انعقاد مانند وارفارين (ويتامين K موجود در چاي سبز ميتواند بر ضد اثرات وارفارين عمل نمايد).
عوارض:
مصرف بيش از حد كافئين كه در چاي سبز و بعضي از عصاره هاي آن وجود دارد در بعضي از افراد باعث علائمي مانند عصبانيت، بيخوابي و بيقراري مي‌شود.
توجهات ويژه:
چاي داراي مقادير كم سديم و مقدار زيادي پتاسيم است و از آنجا كه بيماران مبتلا به بيماري كليوي مرحله پاياني بايستي مصرف پتاسيم خود را

محدود نمايند، بايستي به اين مسئله توجه نمايند. علاوه بر اين انواع چاي ممكن است موجب تحريك بروز آسم در افراد حساس شوند

## خواص دارويي كيوي و مضرات آن

كيوي سرشار از ويتامينC مي باشد. مقدار پتاسيم آن از نظر وزني تا حدي كمتر از موز است. همچنين داراي ويتامين A‘E’كلسيم‘آهن و اسيد فوليك مي باشد. يك عدد كيوي متوسط ?? كالري انرژي دارد.
كيوي داراي مقادير زيادي آنزيم حل كننده پتاسيم به نام پاپايين است كه از نظر تجاري براي نرم كردن گوشت مفيد است اما احتمال دارد براي برخي افراد آلرژي زا باشد. بويژه افرادي كه به آناناس حساسيت دارند مستعد حساسيت به اين ميوه نيز هستند. اين آنزيم با پختن ميوه به سرعت از بين مي رود.
به اين ترتيب استفاده از كيوي خام در دسرهاي حاوي شير يا هر فراورده لبني ديگر نامناسب است زيرا اين آنزيم در عرض چند دقيقه در حاليكه بوي بسيار بدي توليد مي كند شروع به حل كردن پروتئين شير مي نمايد.
متأسفانه آنزيمهاي كيوي در معده به وسيله اسيد معده از بين مي رود. اما اسيد معده بعد از خوردن غذاهاي گوشتي و لبني زياد‘ مقداري خنثي مي شود و آنزيمهاي كيوي مي توانند مدت كوتاهي فعاليت كنند و اين زمان كافي است تا مواد پروتئيني در اثر اين آنزيمها به قطعات كوچكتري تجزيه شوند و اين امر عمل هضم غذاهاي سنگين را در معده و روده آسانتر مي كند.
كيوي مانند قرص آسپرين موجب رقيق شدن خون شده از ايجاد پلاك در خون جلوگيري مي كند. اين ميوه به دليل خاصيت كاهندگي كه بر سطح تري گليسيريد دارد " از غلظت خون مي كاهد و از تنگ شدن عروق و بروز انواع سكته ها جلوگيري مي كند.
جالب است بدانيد كه ويتامين C در كاهش علائم بيماري آسم بسيار موثر است و مطالعات نشان داده كودكاني كه در هفته ?تا? عدد از اين ميوه مصرف مي كنند داراي علائم تنفسي كمتري نسبت به كودكاني هستند كه در هفته فقط ? عدد ميل مي كنند.
كيوي سيستم حفاظتي بدن را تقويت مي كند و از بروز سرطان جلوگيري مي نمايد.
كيوي با داشتن ويتامينC و اسيد قهوه " دو ماده اتساسي ضد سرطان در اختيار مي گذارد.
كيوي پادزهر سيگار
سيگاري ها به ويتامين C بيشتري نياز دارندو زيرا مواد سمي مخصوصاً راديكالهلي آزاد موجود در دود سيگار ويتامينها را از بين مي برد. بنابراين سيگاريها بايد حدود ??% بيشتر ويتامين C مصرف كنند. اين مقدار با

خوردن ? عدد كيوي كسب مي شود.
كيوي بمبي عليه استرس:
استرس و كمبود خواب روي بدن انسان اثر مي گذارد. هركس مي خواهد به اين وضع دچار نشود بايد در روز ? عدد كيوي بخورد. ? عدد كيوي را در طول روز تقسيم كنيد. مثلاً صبح‘ ظهر‘ بعدازظهرو عصر. چون بدن انسان نمي تواند ويتامين C را ذخيره كند.
? دليل براي كيوي خوردن وجود دارد:
?- ? گرم فيبـر دارد كه كلستـرول را كاهش داده از سرطان جلوگيـري مي كند و به كنترل انسولين كمك مي نمايد.
?- در مقايسه با يك عدد پرتقال هم اندازه خود " ويتامين C بيشتري دارد.
?- حاوي مقادير قابل توجهي آنتي اكسيدان محلول در چربي است( ويتامينAوE ) كه براي مبارزه با راديكالهاي آزاد مفيد مي باشد.
?- حاوي فيتوناتريفت هايي از جمله كاروتنوئيد و فلاوونوئيد است كه تحقيقات نشان داده كه DNA را از آسيبهاي مربوط به اكسيژن محافظت مي كند.
?- حدود ??% از پتاسيم پيشنهادي روزانه را داراست ( حدود ??? ميلي گرم ) .
?- حاوي مقادير زيادي فولات است كه بدن را در مقابل بيماريهاي قلبي " سرطان و غيره محافظت مي كند و براي شكل گيري هموگلوبين حامل اكسيژن ضروري است.
مضرات:
كيوي داراي مقدار زيادي اگزالات است كه موجب تشكيل سنگ در كليه و كيسه صفرا مي شود. به همين دليل بار يافراد مستعد سنگ كليه و سنگ صفرا مضر است.
بهترين روش نگهداري:
هنگام خريد اين ميوه آن را در ميان انگشتان خود قرار دهيد و در صورتي كه بر اثر فشار جزئي " نرمي زير دستان خود احساس كرديد از خريد آن صرفنظر كنيد. اين ميوه را مي توانيد در دماي اتاق نگهداري كرده و به مدت چند روز ذخيره كنيد.
هرگز اين ميوه را كنار سيب " گلابي و سيب زميني قرار ندهيد زيرا از اين ميوه ها گازي متصاعد مي شود كه موجب رسيدن بيش از حد اين ميوه مي شود.اما اگر نارس باشد مي توان ان را در كنار ميوه هاي ذكر شده قرار داد تا فرايند رسيدن تسريع شود.هرگز به اندازه ميوه توجه نكنيد و تصور نكنيد ميوه بزرگتر ارزش تغذيه اي بيشتري دارد.
طرز تهيه دسر با كيوي:
مواد لازم:

كيوي ? عدد
سيب ? عدد
نعناع تازه به ميزان دلخواه
يخ به ميزان لازم
كيوي و سيب را خرد كرده و در مخلوط كن به صورت پوره درآوريد. سپس آن را در ظرف يا ليوان مورد نظر ريخته به ان يخ اضافه كرده و با نعناي تازه و تكه هاي سيب و كيوي تزيين و سرو كنيد.

# خواص درماني يك ساقه ترش و ملس

نويسنده:فاخره بهبهاني
ريواس يك گياه علفي است كه داراي ساقه‌هاي لطيف، آبدار و طعم ترش است كه بيشتر براي تهيه كمپوت و مربا از آن استفاده مي‌شود. ريواس غني از فيبر، پروتئين، كربوهيدرات، قند، ويتامين A، B، C و موادمعدني سديم، پتاسيم و كلسيم است. بهترين ريواس را ريواس ايراني سفيد و عده‌اي ريواس چيني و قرمز مايل به جگري مي‌دانند. كمپوت و مرباي ريواس، خنك، ملين و كرم‌كش است. يك ليوان شربت ريواس، 385 كيلوكالري انرژي دارد.
ريواس ملين و مسهل است و به عنوان داروي ضد يبوست عصاره آن را خصوصا براي كودكان مصرف مي‌كنند. همچنين به دليل خاصيت مدر بودن به مبتلايان به سنگ كليه و مثانه آن را توصيه مي‌نماييم.
يكي از مهم‌ترين خواص برگ‌هاي ريواس آن است كه لوزالمعده را وادار به ترشح انسولين كرده و قندخون را كاهش مي‌دهد لذا، براي مبتلايان به قندخون سودمند است.
كمپوت ريواس به هر معده‌اي مي‌سازد و حتي بچه‌ها هم مي‌توانند آن را هضم كنند. باعث تقويت معده، روده و كبد شده و تنظيم‌كننده ترشحات و حركات معده است. ضمنا نفخ شكم را برطرف نموده و رطوبت زيادي معده را رفع مي‌كند همچنين براي تصفيه خون نيز مفيد است.
جهت خفقان، سردرد، يرقان و درد كليه و رحم موثر است.
نوشيدن شربت ريواس براي درمان كم‌خوني و بي‌اشتهايي به دليل وجود مقداري آهن مناسب بوده و تقويت‌كننده خوبي است. حتي براي تقويت و ضعف بيماران مناسب است.
چند توصيه
ريواس 1 تا 2 روز نگهداري مي‌شود و براي نگهداري طولاني‌تر آنها را منجمد مي‌كنند.
ريواس داراي مقدار زيادي پتاسيم اگزالات است و نبايد در ظروف مسي پخته شود.
ريواس را بهتر است تازه مصرف كنيد چراكه پس از گذشت يك سال بتدريج اثر دارويي آن كم مي‌شود.
زياده‌روي در خوردن آن اعصاب را ضعيف مي‌كند و در سرد مزاجان باعث قولنج مي‌شود.
بعضي از پزشكان معتقدند كه چون در ريواس مقدار زيادي اگزالات وجود دارد از اين جهت اين دارو را نبايد مبتلايان به سنگ كليه اگزالاتي مصرف

نمايند.
خوردن ريواس براي اطفال و اشخاصي كه بنيه ضعيفي دارند زيان دارد همچنين مبتلايان به درد سينه و سرفه بايد از خوردن آن پرهيز كنند. آنهايي كه غذا را ترش مي‌كنند و مبتلا به سوءهضم هستند همچنين در افرادي كه بواسير دارند به علت اين كه احتقان خون مي‌آورد، بايد از خوردن آن پرهيز كنند.
ريواس در زنان آبستن و شيرده بايد تحت نظر پزشك و بااحتياط مصرف شود.
برخي افراد ممكن است نسبت به برگ‌هاي ريواس حساسيت داشته باشند و مسموم شوند، علتش هم وجود پتاسيم اگزالات زياد در آن است. البته سطح اگزالات در ساقه‌هاي اين گياه پايين‌تر از برگ‌هاي آن است و مشكلي از لحاظ سمي بودن ايجاد نمي‌كند.

# درمان انواع بيماريهاي جنسي با گياهان دارويي

روش هاي درمان
الف:در درمان انواع ناتواني هاي جنسي (كندي و سستي نعوظ و.....) عسل و زنجبيل موثر واقع ميشود. مصرف زنجبيل براي هر وعده 5 گرم (يك قاشق چايخوري) است كه بايد با يك استكان عسل مخلوط گردد و روزي سه قاشق مربا خوري مصرف شود.
ب: قرنفل. عود. فلفل. از هر كدام 10 گرم نرم ساييده و با 250 گرم عسل و يك گرم زعفران مخلوط كنيد و روزي سه قاشق مربا خوري ميل نماييد. براي دير انزال شدن و سستي كمر نافع است.
ج:زعفران 1گرم . زيره 10 گرم. مغز گردو يا بادام 100 گرم . همه را خوب بكوبيد و با 250 گرم عسل مخلوط نماييد و روزي دو قاشق غذاخوري بعد از صبحانه و شام ميل نماييد. براي رفع ناتواني جنسي و افزايش تمايل و قدرت جنسي بسيار مفيد است.
د:قدامه شيرازي 15 گرم . تخم شاهي و پياز هر كدام 50 گرم .همه را كوبيده با 250 گرم عسل مخلوط نموده و روزانه سه قاشق مربا خوري ميل نماييد. زياد كننده شهوت است.
ه: كساني كه مبتلا به ضعف قدرت تناسلي . سرعت انزال و يا عدم نعوظ هستند اگر به مقدار 2 جو مومياي را در 40 گرم عسل حل كرده و ميل نمايند و سه روز ادامه دهند به حد اعلا از اين بابت تقويت خواهند شد.
مومياي دارويي است كمياب و ذيقيمت و در مداوا سريع الاثر . بهترين نوع مومياي آن است كه از كوههاي استان فارس به دست مياید هم خوراكي است و هم به صورت ضماد به كار ميرود.
افراد مسن كه به ضعف قوه باه مبتلا هستند . روغن زيتون عتيق را با عسل از هر كدام 75 گرم مخلوط نموده . سه روز روزي سه قاشق مربا خوري بخورند يا يك قاشق چاي خوري پودر تخم شاهي را با يك استكان عسل روزي سه بار هر با يك قاشق مربا خوري ميل نمايند.
درمان خستگي جنسي
خوردن يك ليوان آب ليمو با عسل پس از هر آميزش جنسي براي زن و مرد بسيار موثر واقع ميشود و مقداري از انرژي از دست رفته را جبران ميكند.
تقويت اسپرم
الف: كساني كه اسپرم آنها خيلي ضعيف است و بچه دار نميشوند ميتوانند از معجون زير (شير+ عسل+تخم مرغ+پياز) يك روز در ميان و به مدت يك ماه استفاده كنند و نتيجه اش را ببينند. ضرر ندارد.

ب: دو قاشق آب پیاز . دو قاشق عسل را در يك ليوان شير حل كرده و قبل از خواب ميل نمايند. بهترين داروي محرك قوه باه و ازدياد اسپرماتوزوئيد است.

درمان بيماريهاي معده با گياهان

روش هاي درمان
الف: با آرد گندم و عسل و زعفران حلوا درست نموده و ميل نماييد.
ب: ريشه و برگ تازه كرفس را كوبيده و با مقدار كافي عسل مخلوط نموده و روزي سه بار هر وعده يك قاشق مربا خوري بعد از غذا ميل نماييد .
ج: شير و عسل براي معده بسيار نافع است و روده ها را نرم ميكند. به سالمندان توصيه ميشود اگر ميخواهند شير در معده آنها سريع تر هضم شود با عسل ميل نمايند.
درمان زخم معده
روش هاي درمان
الف: انجير و عسل را به نسبت مساوي مخلوط نموده و ميل نماييد بسيار نافع است.
ب: 20 گرم برگ و ريشه كاسني را در يك ليتر آب بجوشانيد و صاف كرده آن را با عسل صبح ناشتا دو فنجان ميل نماييد.
ج: هر روز صبح ناشتا يك قاشق غذاخوري عسل ميل نماييد.
درمان درد معده
امام صادق (ع) فرموده است" خوردن عسل با آب گرم درد معده را برطرف ميكند."
هنريش و رويز در كاوشهاي خود در سالهاي مختلف عسل را براي درمان دردهاي معده مفيد دانسته اند.
درمان نفخ معده
امام صادق (ع) "خوردن عسل با سياه دانه جهت رفع گازهاي شكم (نفخ معده) مفيد است"
روشهاي درمان
الف: كره و عسل براي نفخ معده مفيد است.
ب: يك قاشق چاي خوري پودر زنيان را با يك استكان عسل مخلوط نموده و بعد از هر وعده غذا يك قاشق چاي خوري ميل نماييد.
ج: تخم كرفس 15 گرم . باديان (رازيانه) 10 گرم . زنيان 10 گرم . همه را نرم كوبيده و با 250 گرم عسل مخلوط نماييد و روزي سه قاشق مربا خوري بعد از غذا ميل نماييد.
درمان ترش كردن معده
در موقع ترش كردن معده و باد گلو (آروغ زدن ) و بدون اراده آب از دهان جاري شدن كه از علايم سردي معده است جهت معالجه بايد تا بهبودي

كامل صبح ناشتا به ميزان يك قاشق مربا خوري عسل ميل نماييد.
درمان آروغ زدن (سكسكه)
روش هاي درمان
الف: فلفل سياه نيم مثقال. زنجبيل نيم مثقال. سراب يك مثقال . گل ارمني يك مثقال . همه را نرم كوبيده و با يك استكان عسل مخلوط و روزي سه قاشق چاي خوري ميل نماييد.
روزي يك قاشق چاي خوري ميل نماييد و پس از بهبودي مصرف را قطع كنيد.
درمان ورم معده
سه قاشق غذاخوري پودر ريحان را در يك ليتر آب دم كرده و صاف كرده آن را با 250 گرم عسل مخلوط روزانه سه استكان مصرف كنيد درمان كننده ورم معده . روده و يبوست است.

# ميوه درماني

نويسنده:فرزانه محمدحسيني
يك عدد موز= يك كيلوگوشت
موز گياهي است علفي داراي ظاهري درختچه مانند با برگ هاي بسيار بزرگ و پهن كه به طول 1/20 تا 2 متر مي رسد. گل هاي مجتمع به صورت سنبله بزرگ به طول نزديك به يك متر دارد. ميوه اش گوشتدار، باريك و دراز و خميده و سه گوش، در آغاز به رنگ سبز است ولي پس از رسيدن مايل به زرد مي شود. پرورش آن امروزه به علت ميوه مطبوعي كه دارد در غالب نواحي حاره اي و همچنين در جنوب ايران معمول است. انواع آن در بلوچستان پرورش مي يابد. اين گياه در زبان عربي طلح نام دارد. موز را بنان هم گويند.
تركيبات شيميايي:
مواد اصلي و سازنده موز نارس به شرح زير مي باشد. ميوه نارس: آب 7/92، ميوه رسيده: 67/78 ميوه نارس: آميدون 12/06، ميوه رسيده: بسيار جزئي. ميوه نارس: قند قابل تخمير 8درصد، ميوه رسيده: 20/47 ميوه نارس: ساكاروز 1/34، ميوه رسيده:56 4/، خاكستر حاصل از آن در موز نارس: 1/04، در ميوه رسيده: 0/95 است. موز داراي 9درصد كلسيم، 31 درصد فسفر، 28 درصد منيزيم، 4/01 درصد پتاسيم، 0/006 درصد آهن و سديم، روي و تانن است. ويتامين هاي موجود در موز عبارتند از A، B، 1B، 2B، 6B، C، PP و E خال هايي كه بر روي پوست موز وجود دارد تقريبا موز را به رنگ قهوه اي تيره درخواهند آورد. اين حالت باعث مي شود كه مقدار قند در آن در اثر ماندگاري طولاني افزايش يابد و طعم آن اگر براي مدت زيادي نگهداري نشده باشد شيرين تر و مطبوع تر مي شود. موز از نظر غذايي ارزش زيادي دارد به طوري كه حتي آن را مغذي تر از سيب زميني و گوشت مي دانند. مطالعات انجام شده توسط دانشمندان نشان مي دهد كه يك عدد موز تازه و رسيده به اندازه يك كيلو گوشت ارزش غذايي دارد. در بعضي از منابع ديگر آمده كه موز ميوه اي گرم و پرانرژي است وارزش غذايي آن برابر گوشت مي باشد. فقط چربي و كلسيم كمتري دارد. هر 100 گرم موز معادل 100 كالري انرژي ايجاد مي كند. موز را بايد زماني مصرف كرد كه كاملارسيده و پوست آن به رنگ زرد درآمده باشد. هضم آن اگر به حالت رسيده باشد به سهولت صورت مي گيرد، مشروط بر آنكه اين عمل به طور مصنوعي انجام نگرفته باشد. غلظت ويتامين هاي A و C موجود در موز به بهترين وجهي براي جذب شدن در بدن آماده مي باشد. موز را بايد خوب جويد. موز براي

ازدياد مقاومت بدن قبل از عمل و بعد از آن بسيار سودمند است و در تقويت اعصاب اثر بسيار زيادي دارد. خوردن آن به كساني كه كارهاي بدني و همچنين كارهاي فكري دارند و نيز به كودكان و افراد سالمند توصيه مي شود. در افزايش هوش و حافظه هم بسيارمفيد بوده، ملين در سوءهاضمه و يبوست مي باشد. كساني كه مي خواهند غذاي حيواني نخورند موز ميل نمايند، اين ميوه تازه و رسيده اش براي اطفال و اشخاصي كه تازه از بستر مريضي برخاسته اند بسيار غذاي خوبي است. خوردن موز براي معده زحمت زيادي ندارد و در ضمن قدرت غذايي آن بسيار است. اگر بچه ها به جاي استفاده از شيريني ها و تنقلات كم كالري و پرحجم و مواد خوراكي موذي بتوانند از اين ميوه بسيار مرغوب استفاده كنند به سالم ماندن بدن خود كمك بسياري مي كنند.
خواص درماني:
رشيه موز طعم گس و اثر ضدكرم دارد. اين ميوه مقوي و اشتهاآور بوده و با طعم مطبوع اثر مفيدي در تامين رشد و نمو و برقراري تعادل عصبي دارد. مصرف روزانه آن در درمان ضعف قوا مخلوط با عسل توصيه شده و در شستشو و سلامت كبد و كليه ها موثر دانسته شده است. اين ميوه نيرودهنده دستگاه تناسلي هم در مردان و هم در بانوان مي باشد. صمغ حاصل از گياه جوان مخلوط با آب براي درمان اسهال مفيد مي باشد. از شيره اين گياه در بعضي نواحي جهت دفع ناراحتي هاي عصبي مانند هيستري، صرع و غيره استفاده مي شود. جوشانده برگ گل و همچنين له شده ساقه گياه را جهت درمان سوختگي ها بر روي عضو زخم شده ماليده شودبسيار نافع است زيرا كه باعث التيام مي شود. مصرف آن به علت مدر بودن براي درمان استسقاء بين مردم معمول است.
توجه: به علت دارا بودن مقدار زيادي قند و هيدرات هاي كربن، خوردن موز براي كساني كه دچار بيماري قند (ديابت) مي باشند و كساني كه چاق هستند، مضر است. بياييم سبزي ها و ميوه ها را در سبد غذايي خود و خانواده مان بگنجانيم.

# سير و خواص طبي آن

نام علمي: Allium sativum
سير گياهي است علفي و دائمي كه ساقه آن تا ارتفاع 40 سانتيمتر نيز مي رسد . قسمت زير زميني آن متورم و مركب از 5 تا 12 قطعه و محصور در غشاهاي نازك و ظريف برنگ خاكستري مايل به سفيد مي باشد . برگهاي آن باريك و نواري شكل برنگ سب تيره و گلهاي آن كوچك و صورتي رنگ كه بصورت يك چتر در انتهاي ساقه ظاهر مي شود . سير وپياز رابطه اي نزديك با هم دارند كه شايد بدليل بوي بد آنها مي باشد .
در مصر قديم براي موميائي مدرگان و خوش طعم كردن غذاها بكار مي رفته است . هومر شعر باستان در نوشته هاي خود از آن ياد برده است .
مردم در اروپا و اسپانيا از قبل از ميلاد مسيح آنرا مي شناختند و از آن استفاده مي كردند . بقراط پدر علم طب در نوشته هاي خود از خواص آن ياد كرده و يكي ديگر از دانشمندان قديم 61 خاصيت مختلف براي سير قائل شده است .
سه نوع سير وجود دارد :
1-سير آمريكايي بنام Greole ناميده مي شود . اين نوع سير داراي پوست سفيد بوده و از انواع ديگر قوي تر است 2-سير تاهيتي كه از بقيه درشت تر است و گاهي قطر آن به 8 سانتيمتر مي رسد .
حضرت محمد (صلي الله عليه واله) براي سير 70 خاصيت مختلف قائل شده اند و مي فرمايند :
از سبزي سير تا مي توانيد استفاده كنيد زيرا سير دواي هفتاد درد است اما آنكس كه سير وپياز خورده به مسجد نيايد و به مردم نزديك نشود .(به علت بوي دهان)
خواص داروئي:
سير از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است اسانس سير كه در اثر تقطير سير با بخار آب حاصل مي شود براي تغيير طعم غذا مصرف مي شود .
1)سير بادشكن وضد عفوني كننده است .
2)خوردن سير مصونيت بدن را در مقابل بيماريها افزايش مي دهد .
3)سير كرم كش است .
4)سير محرك و تقويت كننده بدن است .
، براي درد گلو ميتوانيد يك حبه از سير را رنده كرده و يك قاشق مربا خوري آبليمو به آن اضافه نماييد سپس ميل كنيد، اگر اين كار را چند بار انجام دهيد براي درد گلو داروي مفيدي ميباشد. سير داروي سرماخوردگي

و زكام است 6)سير اثر خوبي در معالجه سل دارد
7)سير خون را رقيق مي كند
8)سير اثر خوبي در تنگي نفس دارد
9)خوردن مداوم سير لقوه و رعشه را از بين مي برد .
10)سير چون گرم و خشك است بنابراين رطوبت معده را از بين مي برد و دردهاي مفاصل را خوب مي كند.
11)سير درمان كننده دردهاي مفاصل ، سياتيك و نقرس مي باشد .
12)سير براي تقويت نيروي جنسي و افزايش توليد اسپرم در اشخاص سرد مزاج بسيار مفيد است .
13)آنهائي كه قطره قطره ادرار مي كنند بايد حتما سير بخورند تا بيماري آنها درمان شود .
14)سير زخم هاي ريه و درد معده را از بين مي برد .
15)سير سنگ هاي كليه را شكسته و خارج مي سازد .
16)سير را با زيره بپزيد براي تقويت دندان مفيد است .
17)ماليدن سير پخته به دندان ، درد دندان را تسكين مي دهد .
18)سير را بسوزانيد وبا عسل مخلوط كنيد و ضمادي از آن درست كنيد اين ضماد براي رفع خون مدرگي زير پلك چشم مفيد است .
19)سير بعلت مدر بودن براي رفع آب آوردن انساج مفيد است .
20)براي از بين بردن ميخچه كف پا از ضماد سير استفاده كنيد .
21)جهت رفع دردهاي رماتيمسي و عصبي ضماد سير بسيار موثر است .
22)جهت ضد عفوني كردن دستگاه تنفسي در هنگام بيماريهاي مربوطه از شربت سير استفاده كنيد :
مقدر 100 گرم سير را با 200 گرم آب و 200 گرم شكر يا قند مخلوط كرده و آنرا بجوشانيد تا له شود . مقدر مصرف براي اين منظور سه قاشق سوپخوري در روز است .
23)جديدا در يكي از بيمارستان هاي آمريكا براي ضدعفوني كردن فضاي بيمارستان از سير استفاده ميكنند .
24)پاستور پزشك معروف فرانسوي آزمايشات زيادي روي سير انجام داد و اثر باكتري كشي سير را تائيد كرده است 25)سير ضد انعقاد و لخته شدن خون است .
26) در شوروي سير بنام پني سيلين معروف است و معمولا هنگاميكه آنفولانزا شيوع دارد، مصرف آن بالا مي رود درچندسال پيش كه آنفلوانزا شيوع پيدا كرد مردم شوروي 500 تن سير مصرف كردند .
27)خوردن سير سلولهاي سرطاني را از بين مي برد .
28)يكي از دانشمندان آمريكايي كه در دانشگاه فلوريدا روي مرض ايدز تحققي مي كند معتقد است كه سير روي مرض ايدز اثر مثبت دارد .

29)مصرف سير مقدر كلسترول خون را پائين مي آورد . مقدار LDH را كاهش مي دهد . مقدر مصرف سير براي اين منظور 30 گرم در روز است . جالب است كه با مصرف سير در چند ماه اول مقدر كلسترول ممكن است بالا رود و اين بدين علت است كه كلسترول از داخل نسوج خارج شده و داخل خون مي شود كه از آنجا دفع گردد بعد از اينكه كلسترول بحالت نرمال رسيد بايد براي نگهداري آن روزي نصف سير خام مصرف كرد . گ
30)خوردن سير از سرطان جهاز هاضمه جلوگيري مي كند .
31)چيني ها قرن هاست كه براي پائين آوردن فشار خون از سير استفاده مي كنند .
مضرات :
سير با آنكه خواص بسياري دارد بايد بحد اعتدال مصرف شود زيرا استفاده زياد از آن در بعضي اشخاص موجب سردرد ، ضعف نيروي جنسي ، ضعف چشم و عوارض بواسير مي شود . سير براي آنهائيكه اسهال دارند مضر است .
آنهائيكه معده ضعيف دارند و بطور كلي سيستم هاضمه آنها ضعيف است نبايد در خوردن سير افراط كنند .
كسانيكه يبوست دارند نبايد سير بخورند و براي رفع مضرات آن سير را بايد با آب و نمك پخته و كمي به آن روغن بادام يا كره اضافه كنيد تا مضر نباشد .
خواص طبي سير :
سير از مدت‌ها پيش، براي كاربردهاي پزشكي مورد استفاده قرار گرفته است و بيشترين مورد استفاده آن در سال‌هاي اخير براي موارد قلبي - عروقي و خاصيت ضد ميكروبي آن بوده است. تركيبات سولفور شامل آليسين، ظاهرات تركيبات فعالي در ريشه پياز گياه سير است. مطالعات نشان دهنده تاثيرات مهم اما علائم كاهش دهنده چربي و فعاليت ضد پلاكتي هستند. معمولا اثرات جانبي مصرف سيرخفيف و غير متداول است. سير ظاهرا تاثيري بر متابوليسم داروها ندارد، اما بيماراني كه از داروهاي ضد انعقاد استفاده مي‌كنند، بايد در مصرف سير احتياط كنند. از اين رو افرادي كه جراحي مي‌كنند بايد 7 تا 10 روز پيش از جراحي از خوردن سير خودداري كنند چرا كه سير زمان خونريزي را طولاني‌تر مي‌كند. سير هزاران سال براي اهداف پزشكي مورد استفاده داشته است. اين گياه حداقل 3000 سال در طب چين كاربرد داشته است. مصريان، بابلي‌ها، يوناني‌ها و رومي‌ها از سير براي موارد شفابخش استفاده مي‌كرده‌اند. در جنگ‌هاي جهاني اول و دوم نيز از سير بعنوان ماده ضد عفوني كننده براي پيشگيري از قانقاريا استفاده مي‌شود. در طول تاريخ، سير در سرتاسر دنيا

براي درمان ناراحتي‌هاي مختلف شامل فشار خون بالا، عفونت‌ها و مارگزيدگي‌ها استفاده شده و برخي فرهنگ‌ها از آن براي دفع ارواح شيطاني استفاده مي‌كردند. در حال حاضر از سير براي كاهش ميزان كلسترول و كاهش خطر بروز بيماري‌هاي قلبي - عروقي و نيز براي بهره مندي از خواص ضد ميكروبي آن استفاده مي‌شود. پياز ريشه گياه سير مصرف پزشكي دارد. از آن مي‌توان به صورت تازه، خشك و يا روغن گرفته شده استفاده كرد. از آنجا كه برخي تركيبات مفيد در اين گياه در اثر حرارت ديده غير فعال مي‌شوند، لذا سير پخته قدرت طبي كمتري دارد. سير تاكنون در سطح وسيعي در آزمايش‌هاي باليني بر روي حيوانات و انسان و در لوله آزمايش و در بررسي‌هاي اپيدميولوژيك براي خواص چندگانه پزشكي آن مورد مطالعه قرار گرفته است. كيفيت آزمايش‌ها بر روي انسان متفاوت بوده است كه مقايسه را در آزمايش‌هاي مختلف دشوار كرده است. در بسياري از آزمايش‌هاي كلينيكي متنوع و اتفاقي تاثيرات سير برروي سطح ليپيد (چربي) مطالعه شده است. در آزمايشاتي در سال‌هاي 1993 تا 1994 صورت گرفت، مشخص شد كه مصرف سير در كاهش سطح كلسترول خون نقش اساسي دارد. بر اساس توصيه‌هاي مهم كلينيكي، به بيماران گفته مي‌شود كه سير تاثير خفيف و كوتاه مدت در كاهش چربي خون دارد. بيماراني كه سابقه ابتلا به بيماري ترومبوس (تشكيل لخته خوني در عروق يا قلب) را دارند بايد بدانند كه سير مي‌تواند تاثير اندك اما مهم به روي تجمع پلاكت‌ها داشته باشد. به علاوه بايد به بيماران توصيه شود كه اين گياه خاصيت كاهش خطر ابتلا به سرطان بويژه سرطان معده و روده را دارد.

خیارتصفیه‌کننده خون

خيار گياهي علفي داراي ساقه خوابيده پوشيده از تارهاي خشن و برگ‌هاي بزرگ و زاويه‌دار و دندانه‌دار مي‌باشد، بوته خيار پيچك‌دار و گل هاي زرد رنگ درشت بر دو نوع نر و ماده واقع بر روي يك پايه سوار است، ميوه‌اش سبزرنگ و به تناسب نژادهاي مختلف ممكن است كوچك يا باريك و يا خيلي بزرگ و به طول نيم‌متر باشد. به طور كلي خيار در همه نواحي پرورش مي‌يابد.
تركيبات شيميايي:
خيار داراي ويتامين‌هاي A، B، C و همچنين منگنز، كربنات كلسيم، پتاسيم، سديم و كلر است، روغن دانه خيار داراي اسيدهاي چرب اشباع شده اسيد استئاريك 7/3 درصد، اسيد پالميتيك 8/6 درصد و اسيدهاي اشباع نشده مانند: اسيد اولئيك 5/58 درصد لينولئيك 31 درصد است. روغن دانه خيار در مصارف صابون‌سازي استفاده مي‌شود و دانه عاري از پوسته آن پس از استخراج روغن به مصارف تغذيه حيوانات مي‌رسد و به علت داشتن مواد پروتئيني به مقدار 50 درصد ارزش غذايي زياد دارد.
خواص درماني:
خيار داراي اثر مدر تصفيه كننده خون و حل كننده اسيد اوريك است. با سائيدن مغز دانه خيار در مقدار كمي آب و رقيق كردن آن امولسيوني تهيه مي‌شود كه اثر آرام كننده دارد و كساني كه داراي معده ضعيف هستند بايد از اين ميوه كمتر استفاده كنند، دانه خيار اثر ضد كرم را نيز دارد، بخصوص آب خيار براي درمان و رفع يرقان بسيار مفيد است. مصرف خيار نارس و نازك بهتراست زيرا هم براي بيماراني كه مبتلا به مرض قند هستند مفيد است و هم درجه قليائيت را بالا مي‌برد و هم تب‌هاي صفراوي را درمان مي‌كند. در ضمن دوست كبد نيز مي‌باشد.
خيار يا خيار چنبر براي برطرف كردن بيماري‌هاي صفرا، فشار خون، التهاب حرارت داخلي و سنگ مثانه بسيار مفيد است. در پوست اين ميوه مقدار فراواني كلروفيل و ويتامين C وجود دارد كه مصرفش باعث ازدياد خون و همچنين باعث تقويت عضله قلب مي‌گردد. براي همين بهتر است از خيارهاي كوچكتر و نازكتر استفاده شود و در صورت امكان با پوست خورده شود. آب خيار نه تنها براي پوست‌هايي كه دچار خارش مي‌شوند مفيد است، بلكه به حفظ شادابي پوست كمك مي‌كند، اگر مقدار 250 گرم آب خيار را با شكر، شيرين كنيد و آن را بنوشيد، اثر صفرا را در بدن به كلي از بين مي‌برد. تخم خيار، هم برطرف كننده صفرا و هم درمان كننده تب‌هاي گرم است. در استعمال خارجي مي‌توان از آب خيار براي حفاظت و

بهداشت پوست صورت استفاده كرد. اگر پوست خشك باشد به مقدار مساوي بايد از اين دستور استفاده كرده آب مقطر، شير تازه و همچنين شيره خربزه را مخلوط نموده هر شب قبل از خواب صورت را با آن به ملايمت مالش دهند. براي كساني كه پوست صورت آنها منافذ باز و ظاهر ناپسند پيدا مي‌كند مي‌توانند طبق دستور زير بدان عمل كنند؛ دانه خيار، خربزه و كدو را به مقدار مساوي اختيار كنند و هر يك را به طور جداگانه آسياب نمايند، سپس با يك قاشق سوپ‌خوري از هريك جداگانه در شير يا در كرم ساده وارد كرده و به طور يكنواخت درآورند و پس از مخلوط كردن آنها باهم نوعي ماسك صورت تهيه مي‌كنند كه اگر همين ماسك حدود نيم‌ساعت بر روي پوست صورت باقي بماند و بعد از نيم ساعت با گلابي كه گرماي ملايم داشته باشد پاك كنند باعث لطافت و تقويت و شادابي هرچه بيشتر پوست مي‌شود. بياييم با كمك سبزيجات و ميوه‌جات، سلامتي را براي خود به ارمغان بياوريم.

يبوست را به راحتي درمان كنيد!!

نويسنده:دكتر محمد رضا رضواني
سنا و پيشگيري
سنا يكي از معروفترين داروهاي گياهي است كه سوء مصرف از آن بسيار شايعتر از مصرف صحيح آن است سنا در پيشگيري از بروز
* يبوست
* اگزماي فصلي
* رماتيسم
موثر مي باشد.
خانواده:
Caesalpinaceous
پراكندگي:
نوع بوميaculifolia آفريقاي شمالي و نوع angustifolia بوميهند است.
بخشهاي مورد استفاده:
برگ و ميوه كه برگ آن موثرتر است.
تركيبات شيميايي:
آنترانوييدها Anthranoids ( سنوزايدSennoside A,B) گليكوزيد انتراكينولونAnthraquinone glycoside ونمك هاي تارتاريك اسيد Tartaric acid salts (موسيلاژ )
خواص:
* جلوگيري از بازجذب آب و املاح از روده:با افزايش ميزان املاح معدني در روده الكتروليتها) و جلوگيري از بازجذب آب حجم مدفوع افزايش يافته و منجر به اسهال مي‌شود.
* افزايش ترشح كلر به داخل روده: افزايش ترشح كلر منجر به اسهال ترشحي مي‌شود.
* افزايش حركات روده
موارد مصرف:
پيشگيري
* از بروز يبوست: در افرادي كه كوتاه مدت بايد اجابت مزاج نرم داشته باشند (مثل بواسير و شقاق )
درمان
* يبوست: ازمسهل‌هايي است كه بصورت خوراكي در عرض 5تا7ساعت اثرش ظاهر مي‌شود. {(خوراكي) معادل وكمكي}

* چاقي: در رژيم‌هاي لاغري از اين گياه استفاده و سوء استفاده ميشود. {(خوراكي) كمكي}
* رماتيسم: در درمانهاي رماتيسم بعنوان پاك‌كننده بدن از مواد زايد همراه با داروهاي ديگر در دوره‌هاي كوتاه مدت مورد مصرف دارد.Anti dyscratic therapy {(خوراكي ) كمكي}
* اگزما : بعنوان پاك‌كننده بدن از مواد زايد در كوتاه مدت استفاده ميگردد. {(خوراكي) كمكي}

موارد احتياط ومنع مصرف :

* در انسداد روده منع مصرف دارد.
* در التهاب دستگاه گوارش مثل ورم معده، ورم روده، روده تحريك‌پذير ممنوع است.
* در بيرون‌زدگي مقعد و بواسير مصرف سنا با دز كم و با احتياط مجاز است چرا كه تحريك شديد روده منجر به بيرون‌زدگي بيشتر مقعد و يا گير افتادن بواسير مي‌شود.
* مصرف بيش از 8-10 روز منجر به اختلالات آب و املاح ميگردد.
* در بچه هاي زير 12 سال احتمال اختلال آب و املاح بيشتر بوده و بهتر است از مسهل‌هاي ديگر استفاده شود.
* در رژيمهاي لاغري با توجه به محدوديت‌هاي غذايي توام باعث تشديد اختلالات آب و املاح مي‌گردد لذا بايد كوتاه مدت‌تر و با احتياط مصرف گردد.
* در بيماران قلبي و كليوي كه نسبت به بقيه به تغييرات املاح و آب حساسييت بيشتري دارند سنا حتي در دوره‌هاي كوتاه مدت نيز توصيه نمي‌شود.
* در افراد مسن جدار روده ضعيفتر است و احتمال وجود انسداد نسبي بيشتر مي‌باشد مخصوصاً در بيماراني با سابقه ورم التهابي روده ( كوليت اولسروز Ulcerative Colitis بيماري كرونCrohn Disease) منع مصرف مطلق دارد چرا كه مي‌تواند منجر به بروز بيماري كولون بزرگ شده و سميToxic Mega Colon گردد كه بواسطه افزايش حجم در نقطه‌اي از روده كه جدار آن ضعيف بروز ميكند وميتواند منجر به پارگي روده عفونت حفره شكم و حتي مرگ گردد.

تداخلات دارويي:

* سنوزايدها ممكن است آسيب كليوي ناشي از مسكن‌ها و كم‌آبي ناشي از آنها را تشديد نمايند لذا از مصرف توام آنها بخصوص در بيماران كليوي بايد اجتناب كرد.
* سنا با كوتاه نمودن زمان حضور داروها در روده از جذب كامل°آنها جلوگيري مي‌كند.

* بدليل دفع پتاسيم از مصرف توام آن با داروهايي كه تغييرات پتاسيم تاثير زيادي در عملكرد يا احتمال سميت دارو دارد اجتناب بايد كرد. {مثل ديگوگسين و داروهاي ضد اختلال ضربان قلب}
* مصرف توام با ادرار آورهاي تيازيدي ( هيدروكلروتيازيد(Hydrochlorothiaside ومخصوصاً مدر لوپ( فورسمايدForesmide) باعث افزايش احتمال كمبود پتاسيم و ديگر املاح و آب بدن مي‌گردد.
* در كساني كه داروهاي جلوگيري از بارداري مصرف مي‌كنند با كاهش سطح استروژن منجر به اختلال عملكرد دارو ميشود.
* در مصرف توام با ايندومتاسين Indomethacen اثر گياه كاهش مي‌يابد.
* در حضور نيفديپين Nifedipine بعلت بسته بودن كانالهاي كلسيمي اثر سنا مهار مي‌گردد.
* با اختلال در تجمع پلاكتي منجر به افزايش احتمال خونريزي در حضور وارفارين مي‌گردد.

مصرف در دوران بارداري:

با توجه به اثرات تحريكي بافت رحم و احتمال ايجاد ناهنجاريهاي ژنتيكي و از طرفي اثرات تسكين دهنده انقباضات رحمي و اثر مليني مناسبي كه براي زنان باردار دارد مصرف آن زير نظر پزشك مجاز است.

مصرف در دوران شيردهي:

در مواردي كه بيش از حد استفاده شود اثرات مليني بر شيرخوار دارد.

Anti dyscratic therapy

در رژيم‌هايي كه براي درمان رماتيسم و درماتيت در گياه درماني در نظر گرفته ميشود پاكسازي بدن از مواد زايد و سپس تحريك و تنظيم متابوليسم طبيعي بدن مد نظر ميباشد در اين راه از سه عنصر در درمان استفاده مي‌شود.

1) آنتي ديسكراتيك Anti dyscratic، گزنه، گل قاصدك ....
2) مسهل Laxative ، سنا، ريوند .....
3) معتدل كنندهCarminative ، رازيانه، بادرنجبويه

منبع: گروه سلامت سيمرغ

بابونه ، پزشك گياهان

تهيه كننده : ناصر مكاري
منبع : راسخون
بابونه گياهي است دائمي و كوچك بارتفاع تقريبا 30 سانتيمتر داراي بوئي معطر كه در چمنزارها و اراضي شني مي روید . ساقه آن برنگ سبز مايل به سفيد ، برگهاي آن كوچك متناوب و داراي بريدگيهاي باريك و نامنظم و پوشيده از كرك است . گلهاي آن مجتمع در يك طبق كه بطور منفدر در انتهاي ساقه گل دهنده در تابستان ظاهر مي شود . در هر طبق گلهاي سفيد در اطراف و گلهاي زرد در قسمت وسط قرار دارند .
گلهاي بابونه داراي اسانس روغني آنته مين ( Anthemine) تانن ، فيتوسترول و همچنين ماده اي تلخ بنام اسيد آنته ميك Anthemique Acid است.
به گزارش خبرگزاري دانشجويان ايران (ايسنا) منطقه مركزي، بابونه از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است و از تقويت كننده هاي تلخ به حساب مي آيد . جالينوس حكيم آنرا براي درمان تب و لرزهاي نوبه اي بكار مي برد .
يكي از مهمترين خواص بابونه درمان زخم معده و ورم معده است و اين گياه به آساني اين مرض را درمان مي كند و آنهايي كه سالهاست با اين مرض دست به گريبان هستند و از قرص هاي مختلف گران قيمت نظير Lozac و Zantac و غيره استفاده مي كنند مي توانند با استفاده از بابونه سلامتي خود را بازيابند .
براي درمان زخم معده يك ليوان چاي غليظ بابونه درست كنيد (4 قاشق چايخوري بابونه در يك ليوان آبجوش و يا چهار تا چاي كيسه اي بابونه در يك قاشق ليوان آب جوش ) و صبح ناشتا هستيد اين ليوان چاي را بنوشيد و سپس در رختخواب به پشت دراز بكشيد و بعد از چهار دقيقه بخوابيد و البته بعد از يك ربع ساعت مي توانيد صبحانه خود را ميل كنيد . اين عمل را به مدت دو هفته ادامه دهيد تا زخم و ورم معده به كلي شفا يابد.
بابونه مقوي مغز است،همچنين اين گياه ترشح شير را در مادران شير ده افزايش مي دهد، درمان كننده سردرد و ميگرن است، استفاده از بابونه سنگ مثانه را خرد و دفع مي كند، جويدن بابونه براي التيام زخم ها مفيد است .
بابونه تب بر و تسكين دهنده درد و تقويت كننده معده است،براي تسكين درد در هنگام دندان درآوردن بچه ها ، به آنها چاي بابونه بدهيد .
همچنين براي رفع بي خوابي و داشتن يك خواب آرام و راحت ، كافي است

??دقيقه قبل از اينكه به رختخواب برويد يك فنجان چاي بابونه بنوشيد .
بابونه درمان كننده بي اشتهايي و براي رفع ورم روده موثر است .
چاي بابونه درمان كننده كم خوني است و براي رفع كرم معده و روده استفاده كنيد .
همچنين بابونه براي رفع زردي مفيد است ،اسانس بابونه مخلوط با روغن بادام براي رفع ناراحتي هاي پوستي نظير اگزما ، كهير و خارش مفيد است.
براي رفع گوش درد و سنگيني گوش ، يك قطره روغن بابونه را در گوش بچكانيد .
گفتني است روغن بابونه را براي از بين بردن كمردرد ، درد مفاصل و نقرس روي محل درد بماليد .
بابونه را پزشك گياهان مي‌دانند. اين گياه در پيشگيري از بروز:
* زخم معده واثني عشر، نفخ روده والتهاب روده
* عادت ماهيانه دردناك
* التهابات ناحيه كهنه بچه شيرخوار
* پلاكهاي ميكربي برروي دندانها والتهابات لثه موثر ميباشد.
گستردگي:
در اروپا گستردگي زيادي دارد و مخصوصاً در آلمان مصرف بالايي دارد. درايران در استانهاي لرستان خوزستان كهكيلويه و بويراحمد و تهران يافت مي‌شود.
تركيبات شيميايي:
كامازولن Chamazolenبيسابولول Bisabolol ازگروه volatile oil
اپيزنين ,Apigenin لوتيولينLuteolin از گروهFlavonoids
يورونيك اسيد Uronic acid از گروه Mucilage
خواص:
1) ضداسپاسم معده و روده
2) محافظت و پيشگيري ازبروز التهاب و زخم معده و اثني عشر ناشي ازداروها، الكل واسترس
3) ترميم كننده زخم معده واثني عشر: مشابه اثر شيرين بيان
4) مهار كننده رشد باكتري و قارچ
5) ضدالتهاب مخاطي و موضعي: با افزايش ترميم سلولي و كاهش رشد باكتري
موارد مصرف:
پيشگيري:
1) بعنوان ضدالتهاب و محافظت كننده درافرادي كه ترشح اسيد معده در آنها زياد ميباشد.

2) كاهش اختلالات عادت ماهيانه و پريود دردناك.
3) جلوگيري از بروز التهابات محل كهنه بچه شيرخواران ناشي از ادرار
4) بعنوان ضد التهاب لثه وكاهنده تشكيل پلاكهاي ميكربي برروي دندانها
درمان:
1) درعفونتهاي گلو و لثه با كاهش التهاب سرعت بهبودي را بالا ميبرد. {قرقره(كمكي)}.
2) درعفونتهاي تنفسي منجر به كاهش التهاب مجاري تنفسي ميگردد. {بخور و خوراكي(كمكي)}
3) درسينوزيت با كاهش التهاب و اثرات ضد باكتريايي باعث كاهش نياز به آنتي بيوتيك و سرعت يافتن بهبودي مي‌شود. {بخور(كمكي)}
4) با كاهش التهاب وترميم بافتهاي اسيب ديده منجر به سريعتر شدن بهبودي مي‌گردد.{خوراكي(كمكي ومعادل)}
5) باعث كاهش نفخ شكم دربيماريهاي التهابي و عصبي روده مي‌گردد. {خوراكي(كمكي)}
6) دراسهال حاد مخصوصاً ويروسي دوره اسهال راكوتاه كرده وباعث بهبود فلور ميكربي روده گرديده
و التهاب را كم ميكند.{خوراكي(معادل وكمكي)}
7) التهاب انتهاي روده بزرگ و بواسير را كاهش ميدهد.{تنقييه وحمام وكمپرس(كمكي)}
8) دررفع التهاب واژن موثر است. {حمام وتنقييه(كمكي)
9) مصرف آن در اختلالات عادت ماهيانه منجر به كاهش درد حين پريود ميگردد.{خوراكي و موضعي
از طريق پوست شكم(كمكي)}
10) در زخمهاي مزمن بخصوص ساق پا باعث سرعت بهبودي وكم شدن بروز بد شكلي زخم مي‌شود.
{موضعي وكمپرس(كمكي)}
11) در درماتيت حاد منجر به فروكش كردن سريعترعلايم ميگردد. {كمپرس(كمكي ومعادل در مراحل
اوليه)}
مواردمنع مصرف:
1) ازمصرف بابونه و فرآورده هاي آن دراطراف چشم پرهيز بايد كرد.
2) بعلت موارد نادر حساسيت دراستفاده بصورت موضعي با مقداركم درمان شروع گردد.
تداخلات دارويي:
اثرداروهاي ضدانعقادي را افزايش مي‌دهد.
مصرف در بارداري:

بعلت اثرات سقط آوري كه البته به خاطر اجزاء ديگر گياه مي‌باشد مصرف مقادير زياد آن در ماههاي
اول بارداري ممنوع است.
مصرف درشيردهي:
درمقاديرمعمول و غيردرماني مجاز مي‌باشد
خواص درماني بابونه:
بابونه از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است و از تقويت كننده هاي تلخ به حساب مي آيد.
1) يكي از مهم ترين خواص بابونه، درمان زخم و ورم معده است كه به آساني اين مرض را درمان مي كند. افرادي كه سال هاي سال با اين بيماري دست به گريبان هستند و از قرص هاي مختلف گران قيمت نظير Lozac و Zantac و ... استفاده مي كنند، مي توانند با استفاده از بابونه، پول داروي خود را پس انداز كنند و سلامتي خود را نيز بازيابند.
براي درمان زخم معده يك ليوان دم كرده غليظ بابونه درست كنيد (4 قاشق چاي خوري بابونه خشك را در يك ليوان آب جوش و يا چهار تا چاي كيسه اي بابونه در يك قاشق ليوان آب جوش ) و صبح ناشتا آن را بنوشيد. سپس در رختخواب به پشت دراز بكشيد و بعد از چهار دقيقه بخوابيد. البته بعد از يك ربع ساعت مي توانيد صبحانه خود را ميل كنيد . اين عمل را به مدت دو هفته ادامه دهيد تا زخم و ورم معده به كلي شفا پيدا كند.
2) بابونه اعصاب و قواي جنسي را تقويت مي كند.
3) بابونه تقويت كننده مغز است.
4) بابونه ادرارآور و قاعده آور است.
5) اين گياه ترشح شير را در مادران شيرده افزايش مي دهد.
6) درمان كننده سردرد و ميگرن است.
7) استفاده از بابونه سنگ مثانه را خرد و دفع مي كند.
8) اگر كسي قطره قطره ادرار مي كند، به او دم كرده بابونه دهيد تا درمان شود.
9) بابونه درمان كننده كمي ترشحات عادت ماهيانه است.
10) براي درمان چشم درد، بابونه را در سركه ريخته و بُخور دهيد.
11) براي تسكين دردهاي عضلاني دم كرده بابونه بنوشيد.
12) جويدن بابونه براي التيام زخم هاي دهان مفيد است.
13) خوردن 5 گرم ريشه بابونه با سركه ي رقيق محرك نيروي جنسي است (ريشه بابونه گرم تر و خشك تر از گل بابونه است).
14) بابونه تب بُر و تسكين دهنده درد است.
15) بابونه تقويت كننده معده است.
16) براي تسكين درد در هنگام دندان درآوردن بچه ها، به آنها دم كرده

بابونه بدهيد.
17) براي رفع بي خوابي و داشتن يك خواب آرام و راحت، كافي است 10 دقيقه قبل از رفتن به رختخواب، يك فنجان دم كرده بابونه بنوشيد.
18) بابونه درمان كننده بي اشتهايي است.
19) بابونه براي رفع ورم روده موثر است.
20) دم كرده بابونه درمان كننده كم خوني است.
21) از بابونه براي رفع كرم معده و روده استفاده كنيد.
22) بابونه تسكين دهنده دردهاي عادت ماهيانه است.
23) بابونه براي رفع زردي مفيد است.
24) حمام بابونه اثر نيرو دهنده دارد. براي اين منظور چند قطره اسانس بابونه را در وان حمام ريخته، مدت يك ربع در آن دراز بكشيد.
25) براي تسكين درد، چند قطره اسانس بابونه را با يك قاشق روغن بادام مخلوط كرده و روي محل هاي دردناك بماليد تا درد را تخفيف مي دهد.
26) اسانس بابونه مخلوط با روغن بادام براي رفع ناراحتي هاي پوستي نظير اگزما ، كهير و خارش مفيد است.
27) براي رفع گوش درد و سنگيني گوش، يك قطره روغن بابونه را در گوش بچكانيد.
28) اسانس بابونه چون اثر تهوع آور دارد، در مسموميت هاي غذايي مصرف مي شود.
29) روغن بابونه را براي از بين بردن كمردرد، درد مفاصل و نقرس روي محل درد بماليد.
30) با دم كرده بابونه اگر موهاي بلوند را بشوييد آنها را روشن تر و شفاف تر مي كند.
31) خانم هايي كه يائسه شده اند، بهتر است همه روزه دم كرده بابونه بنوشند، زيرا اختلالات يائسگي را برطرف مي كند.
32) بابونه ضد آلرژي است .
چاي بابونه ، تسكين دهنده سيستم عصبي
اگر ورم معده ،سرماخوردگي ،ميگرن و دندان درد داريد، بابونه مصرف كنيد.گل بابونه اثر تسكين دهنده سيستم عصبي و دستگاه گوارش را دارد .از بابونه ،روغن ،قطره و چاي نيز تهيه مي شود كه همگي آنها تاثيرات مطلوبي در بدن دارند. به گزارش ايسكانيوز، بابونه از نظر طب قديم گرم و خشك است.در قرون وسطي نيز از بخور بابونه براي ضدعفوني كردن فضاي قصر ها و سالن هاي بزرگ استفاده مي شد. بابونه اثر ضدعفوني كننده، ضدالتهاب، ضدحساسيت و آرام بخشي و تسكين دهنده دردهاي عصبي در بدن ايفا مي كند. يكي از مهمترين خواص بابونه درمان زخم معده و ورم معده است.همچنين مقوي مغز، تب بر، تسكين دهنده درد و

تقويت كننده معده واعصاب است. بابونه برطرف كننده بي اشتهايي است و در رفع ورم و كرم معده و روده نيز موثر است. براي تسكين دردهاي عضلاني چاي بابونه بنوشيد.براي رفع بي خوابي و داشتن يك خواب آرام و راحت، كافي است ده دقيقه قبل از خواب يك فنجان چاي بابونه بنوشيد.چاي بابونه درمان كننده كم خوني نيز مي باشد.

عصاره «بابونه» و ويتامين «ث» عوارض ترك اعتياد را كاهش مي دهد

استاديار دانشگاه علوم پزشكي قزوين گفت: مصرف عصاره گياه «بابونه» و ويتامين «ث» عوارض و آثار ترك اعتياد را كاهش مي دهد.اين محقق در گفت وگو با ايرنا، اظهار داشت: عوارض ترك اعتياد نظير دردهاي عضلاني، تحريك پذيري شديد عصبي، تشنج و اضطراب به قدري غيرقابل تحمل است كه در بسياري از موارد معتادان دوباره به مصرف موادمخدر روي ميآورند.وي با بيان اينكه بابونه موجب كاهش درد و اضطراب مي شود، افزود: مطالعات نشان مي دهد اين گياه خاصيت شبه بنزوديازپيني دارد، بنزوديازپين ها داروهايي است كه به طور گسترده براي درمان اضطراب و بي خوابي به كار مي رود، بنابراين بابونه تاثير به سزايي در كاهش درد و آثار ترك اعتياد دارد.اين محقق خاطرنشان كرد: براساس تحقيقات ما، مصرف عصاره بابونه در هر سه دز «پايين، متوسط و بالا» درحالت مصرف حاد و مزمن مرفين (تريياك) موجب كاهش دردهاي ناشي از ترك اعتياد مي شود.وي ادامه داد: ويتامين «ث» نيز در دز پايين موجب تقويت دو سامانه مغزي «گلوتامينرژيك» و «دوپامينرژيك» شده و برعكس مصرف دز بالا موجب تضعيف اين دو سامانه مي شود.اين ويتامين بهترين درمان دارويي براي كاهش آثار ترك اعتياد يا تكميل روند اعتياد است، زيرا براساس مطالعات مصرف ويتامين «ث» در دز بالا فعاليت اين دو سامانه مغزي را مختل مي كند.

بابونه در درمان بي خوابي و رفع كابوسهاي شبانه موثر است

يكي از تركيبات اصلي تشكيل دهنده بابونه روغني فرار ، لطيف و آبي رنگ است كه از گل آن به دست مي آيد و مسبب عطر خاص گل بابونه است. مصرف جلدي اين روغن، تاثير بسزايي درضدعفوني و برطرف كردن التهاب هاي پوستي دارد و ترميم آسيب هاي سطحي پوست را تسريع مي كند. همچنين ماساژ با روغن اين گياه مسكني موثر براي دردهاي سياتيك است.

گل بابونه تاثير آرام بخش شگرفي بر روي سيستم عصبي و همچنين دستگاه گوارش دارد و نقش قابل ملاحظه آن در درمان بي خوابي و رفع كابوس هاي شبانه شهرت دارد.

اثر ضدالتهاب، ضد اسپاسم، ضد نفخ، ضدعفوني كننده، ضد حساسيت، تاثيرات آرام بخش و تسكين دهنده درد و همچنين تقويت دستگاه هاضمه از

مهمترين خواص بابونه است.
گفتني است، بابونه يك ماده ضدحساسيت طبيعي است و از اثرات ضدآلرژي بخور آن مي توان جهت تسكين آسم، آلرژي هاي تنفسي فصلي، زكام و سينوزيت سود برد.
بخور گل بابونه جهت بهبود آكنه و جوش هاي صورت نيز توصيه شده است.
بابونه مسكني فوق العاده براي سردرد، ميگرن، دندان درد و دردهاي عصبي است و به دليل خواص شناخته شده اين گياه دارويي، به صورت چاي كيسه اي نيز امروزه در بازار موجود است.
اسانس بابونه :
حدود 0.8 تا 1 درصد اسانس در اين گياه وجود دارد كه بوسيله تقطير با بخار آب بدست مي آيد . رنگ اين اسانس آبي روشن است ولي در اثر كهنه شدن برنگ زرد مايل به قهوه اي در مي آيد . بوي اين اسانس بسيار قوي و طعم آن معطر و سوزانده است . اسانس بابونه در عطر سازي و براي معطر كردن غذاها بكار مي رود .
روغن بابونه با روغن زيتون
گل خشك بابونه را با برابر وزنش روغن زيتون مخلوط كرده و روي آتش ملايم بگذاريدتا دم بكشد ( نبايد بجوشد ) و گاه گاه آنرا هم بزنيد . سپس آنرا از روي آتش برداريد و بگذاريد تا مدت 24 ساعت بحال خود بماند . سپس آنرا از صافي با فشار در كرده و در شيشه اي دربست نگهدري كنيد ( براي نفخ شكم و قولنج آنرا روي شكم بماليد )
• روغن بابونه
براي تهيه روغن بابونه مقدري از گل خشك بابونه را با چهار برابر وزن آن روغن كنجد مخلوط كرده و سپس باندازه دو برابر گل بابونه بآن آب اضافه كنيد . آنرا روي چراغ گذاشته و بگذاريد بجوشد تا اينكه آب آن بكلي تبخير شود و فقط روغن باقي بماند البته بايد دقت كرد كه روغن نسوزد .
مضرات :
جوشانده بابونه ممكن است در افراد حساس به گياه «آمبروسيا» باعث حساسيت شديد شود.
منابع :

بابونه http://www.iranmania.com
خواص بابونه http://noorportal.net
بابونه درمان زخم و ورم معده http://www.mprn.ir
خواص درماني بابونه http://rtp.ir
خواص بابونه www.irteb.com
خواص بابونه http://www.persianv.com
بابونه Chamomile http://www.money58.netfirms.com

# خواص داروئي بادام

تهيه كننده : ناصر مكاري
منبع : راسخون
كليات گياه شناسي
درخت بادام به بلندي 8 متر مي رسد . درختي است زيبا كه از زمانهاي قديم در نواحي مركزي و غربي آسيا مخصوصا افغانستان و ايران ، سوريه و فلسطين پرورش ميبافته است .ريشه درخت بادام بسيار قوي است . اين درخت مي تواند حتي با كمي رطوبت نيز رشد كند .برگهاي آن بيضي ، باريك ، نوك تيز و برنگ سبز مي باشد . گلهاي آن بسيار زيبا و برنگ صورتي است . در اوائل بهار شكوفه هاي بادام ظاهر مي شود .
بطور كلي دو نوع بادام وجود دارد :
1- بادام شيرين Sweet Almond
2- بادام تلخ Bitter Almond
ميوه درخت بادام بصورت شفت مي باشد كه قشر خارجي آن سبز رنگ و پوشيده از كرك است كه در داخل آن بادام با پوست سخت وجوددرد . در ابتداي تشكيل ميوه پوشش خارجي سبز رنگ و گوشت در است كه پوشيده از كرك است و هنوز بردستي رشد نكرده كه آنرا چغاله بادام Amandon مي نامند كه داراي خواص مخصوص مي باشد . پس از رسيدن بادام بتدريج پوشش خارجي سبز رنگ خشك شده و پوست آن نيز سفت و سخت مي شود و مغز بادام در داخل آن رشد كرده و آماده استفاده مي شود .
مغز بادام بيضي شكل و مسطح بوده كه يكطرف آن نوك تيز است . مغز بادام در داخل پوسته نارك قهوه اي رنگي مي باشد كه مي توان آنرا بكمك آب گرم از آن جدا كرد كه مغز بادام سفيدرنگ در داخل آن است .
مغز بادام شيرين و طعم ملايم و خوشمزه اي درد و بسهولت از بادام تلخ تشخيص داده مي شود .
از كليه قسمت هاي درخت بادام شيرين مانند شكوفه ، برگ و ميوه آن استفاده طبي مي شود .
تركيبات شيميايي:
بادام شيرين داراي 50 تا 55 درصد و بادام تلخ داراي 40 تا 45 درصد روغن مي باشد . بادام همچنين داراي 25 درصد مواد سفيده اي و دياستازي بنام امولسين (Emulsine) ، قند ، صمغ ، موسيلاژ و مواد معدني مي باشد
بادام تلخ داراي ماده مخصوصي ( 1 تا 3 درصد ) بنام آميگدالين

(Amygdlin ) مي باشد كه از اثر آب بر روي اين ماده اسيد سيانيدريك و آلدئيد بنزوئيك (Aldehyde benzoic) و گلوكز حاصل مي شود .
اسانس بادام تلخ (آلدئيد بنزوئيك ) در عطر سازي بكار مي رود و همچنين از آن رنگ سبزي بنام مالاشيت Malachite درست مي كنند .
اسانس بادام تلخ بدليل اينكه داراي اسيد سيانيدريك است كمي تلخ مي باشد .مقدر اسيد سيانيدريك در بادام تلخ 0/000025 درصد است .
در صد گرم مغز بادام شيرين خشك شده مواد زير يافت مي شود :
آب 4/7 گرم
انرژي 598 كالري
پروتئين 18/6 گرم
روغن هاي اشباع نشده 54/2 گرم
نشاسته 19/5 گرم
كلسيم 320 ميلي گرم
فسفر 500 ميلي گرم
آهن 4/7 ميلي گرم
پتاسيم 770 ميلي گرم
ويتامين ب 1 0/25 ميلي گرم
ويتامين ب 2 0/9 ميلي گرم
ويتامين ب 3 3/5 ميلي گرم
خواص داروئي بادام
بادام شيرين از نظر طب قديم ايران كمي گرم و تر است .
1) بادام ملين بوده و روغن بادام ضد يبوست است مخصوصا از روغن بادام مي توان رفع يبوست براي بچه ها استفاده كرد .
2)بادام سينه را نرم مي كند .
3)شير بادام براي رفع سرفه ، ناراحتي حنجره و تنگي نفغس مفيد بوده و خلط آور است .
4) بادام براي درمان زخم روده ها و مثانه و اسهال مفيد است .
5)بادام بو داده مقوي معده بوده و قابض است .
6)بادام تقويت كننده نيروي جنسي است و توليد اسپرم را زياد مي كند .
7)بادام را آسياب كرده و با عسل مخلوط كنيد براي درد كبد و سرفه مفيد است .
8)چغاله بادام لثه و ريشه دندان را تقويت مي كند .
9) چغاله بادام براي خشكي دهان مفيد است .
10)شكوفه بادام را دم كنيد و بعنوان مسهل براي اطفال استفاده كنيد .
11)دم كرده پوست قهوه اي رنگ مغز بادام بهترين دارو براي تسكين درد و التهاب مجاري تنفسي است .(مقدر مصرف 5 گرم در 100 گرم آب )

12)جوشانده برگ درخت بادام براي نارسائي كبد و كيسه صفرا مفيد است .
13)روغن بادام خواب آور است و بيخوابي را از بين مي برد .
14)براي صاف كردن سينه و نرم شدن روده ها و از بين بردن سرفه خشك بايد روغن بادام را با شكر و كتيرا مخلوط كرده و بخوريد .
15)روغن بادام را با آب گرم مخلو ط كنيد داروي خوبي براي رفع اسهال و دل پيچه بچه ها خواهد بود . ضمنا اين مخلوط سنگ مثانه را خارج كرده و ادرار كردن را آسان مي كند .
16)براي درمان نقرس و رفع خميدگي پيران ، مهره هاي پشت را با روغن بادام چرب كنيد .
17)برگ تازه درخت بادام مسهل و ضد كرم است .
18)برگ خشك شده درخت بدام قابض بوده و اسهال را از بين مي برد.
19)روغن بادام شيرين بدليل خاصيت نرم كنندگي و ضد التهاب در كرم ها و پمادها بكار مي رود.
20)براي رفع بيماريهاي سينه ، روغن بادام شيرين را با هموزن آن عسل و يك زرده تخم مرغ مخلوط كنيد كه بصورت خمير يكنواختي داراي سپس به آن جوشانده گل ختمي اضافه كرده و يك قاشق چايخوري از انرا بفاصله هر سه ساعت بخوريد .
21)براي رفع خارش پوست بچه هائيكه كه سرخك و مخملك دارند روغن بادام را در تمام سطوح بدن آنها بماليد خارش را تسكين مي دهد .
22)ماليدن روغن بادام بر روي پوست التهاب را رفع كرده و سوختگي را درمان مي كند.
23) روغن بادام اگزما را رفع مي كند .
خواص بادام تلخ
چون بادام تلخ داراي اسيد سيانيدريك است در مصرف آن بايد نهايت دقت را بعمل آورد .
مغز بادام تلخ ازنظر طب قديم ايران خيلي گرم و خشك است
1-بادام تلخ را آسياب كرده و با سركه مخلوط كنيد ضماد خوبي براي سر درد مي باشد همچنين ماليدن آن بر دور چشم براي تقويت بينايي مفيد است .
2- خوردن بادام تلخ براي تنگي نفس ، سرفه و ورم ريه مفيد است .
3-بادام تلخ رابا عسل بخوريد كبد و طحال را تميز مي كند .
4-براي رفع درد كليه ها بادام تلخ را با نشاسته و نعناع بخوريد .
5- بادام تلخ را با عسل براي قولنج مفيد است .
6-براي از بين بردن سنگ كليه و ناراحتي هاي كليه ، بادام تلخ را با شيره انگور مخلوط كرده و بخوريد .

7-اگر عادت ماهيانه خانم ها عقب مي افتد بهترين طرز درمان آن قرار دادن شياف بادام تلخ در مهبل است .
8-براي ازبين بردن لكه هاي صورت ، بادام تلخ را پودر كنيد و با سركه مخلوط كرده و ضمادي از آن درست كنيد و روي پوست بماليد .
9-ضماد بادام تلخ براي درمان زخم هاي كهنه خارش و مخملك بكار ميرود .
10- ضماد ريشه درخت بادام تلخ براي درمان انواع دردها مفيد است .
11-ضماد ريشه درخت بادام براي پاك كردن طحال ، كليه و دفع كرم روده بكار مي رود .
12-دم كرده ريشه درخت بادام تلخ براي پاك كردن طحال ، و دفع كرم روده بكار مي رود .
13-روغن بادام تلخ خاصيت مسهلي درد .
14-روغن بادام تلخ براي تنگي نفس ، درد كليه و خارج كردن سنگ مثانه مفيد است .
15-براي رفع زنگ زدن و صدا در گوش يك قطره از روغن بادام تلخ را در گوش بريزيد .
16-ماليدن روغن بادام تلخ روي صورت ، لكه ها و چين و چروك را از بين مي برد .
17-رغن بادام تلخ ترك دست و پا را كه از سرما ايجاد شده از بين مي برد .
18-آنهايي كه مبتلا به اگزما هستند اگر از بادام تلخ خميري درست كنند و از آن بجاي صابون براي شستن نقاطي كه مبتلا به اگزما است استفاده كنند بزودي بهبود مي يابند .
19-خمير بادام تلخ براي رفع بوي بد پا و زير بغل مفيد است .
20-روغن بادام تلخ براي درمان سياه سرفه مفيد است .
طرز استفاده:
روغن بادام : براي بدست آوردن روغن بادام ، مغز بادام را پس از تميز كردن و خشك كردن خرد مي كنند و بصورت خمير در مي آورند و سپس آنرا تحت فشار قرار داده و روغن آن را استخراج مي كنند . اين روغن را فشار اول مي نامند .
تفاله بادام را كه از فشار اول باقيمانده تحت اثر حرارت و مواد شيميايي قرار داده و روفن فشار دوم را بدست مي آورند . بدليل اينكه روغن بادام گران است معمولا تقلب كرده و آنرا با روغن هاي ديگر مانند روغن مغز هسته زردآلو و هلو مخلوط كرده و بام روغن بادام مي فروشند .
همانطور كه گفته د اگر روغن بادام تلخ يا مغز زردآلو و يا هلو تحت اثر آّب قرار گيرند اسيد سيانيدريك و آلدئيد بنزوئيك توليد مي شود كه سمي است بنابراين براي گرفتن روغن از اين هسته ها نبايد از آب استفاده كرد .

اسانس بادام تلخ : اين اسانس مايعي زلال و بيرنگ است كه در اثر كهنه شدن برنگ زرد كمرنگ در مي آيد . بوي آن قوي ، طعمش سوزاننده و تلخ و بسيار سمي است . اسانس بادام تلخ بسهولت با اكسيژن هوا تركيب و اكسيد مي شود . بنابراين بايد هميشه محتوي آن كاملا پر و در بسته بوده و در جاي تاريك و سرد نگاهدري شود .
شكوفه و گل بادام : گل و شكوفه درخت بادام داراي بوي مطبوعي و طعم تلخ مي باشد .
پوست ميوه بادام : بصورت جوشانده مصرف مي شود . طرز تهيه آن به اين صورت است كه 50 گرم پوست بادام شيرين را در يك ليتر آب ريخته و مدت چند دقيقه آنرا مي جوشانند سپس آنرا صاف كرده و مصرف مي كنند .
برگ درخت بادام: براي تهيه جوشانده برگ درخت بادام 50 گرم برگ درخت را در يك ليتر آب مي جوشانند و سپس صاف مي كنند .
مغز بادام : معمولا بصورت خشك شده و خام و يا بوداده مصرف مي شود .
شير بادام : شير بادام را از مغز بادام بو نداده و خام تهيه مي كنند . براي تهيه آن 50 گرم مغز بادام را كاملا آسياب كرده كه بصورت پودر در آيد . سپس مقدر 50 گرم شكر يا قند به آن اضافه كرده و با يك ليتر آب مخلوط مي كنند مايعي مانند شي بدست مي آيد .
نوع ديگر شير بادام براي كودكان شير خوار و اطفال بسيار مفيد است و مي تواند جانشين شير مدر و يا مكمل آن باشد بدين ترتيب بدست مي آيد كه مقدر 50 گرم بادام را بمدت چند دقيقه در آب گرم قرار مي دهند تا پوست آن كنده شود سپس آنرا آسياب كرده و بصورت پودر در مي آيند و مقدر كمي آب را بان اضافه مي كنند و بهم مي زنند تا بشكل خمير در آيد سپس خمير حاصل را با يك ليتر آب مخلوط و بهم مي زنند و سپس مقدر 50 گرم عسل بآن اضافه مي كنند تا كاملا حل شود . اين مايع را از پارچه ململ مي گذرانند تا مايعي مانند شير از آن باقي بماند.
البته اگر اشخاص بالغ بخواهند از شير بادام استفاده كنند احتياجي به صاف كردن آن نخواهد بود .
طريقه ديگري كه آسان تر است بدين صورت مي باشد كه مقدر 50 گرم بادام پوست كنده يك ليتر آب و 50 گرم عسل يا شكر را در داخل مخلوط كن برقي بريزيد و تا مايعي مانند شير بدست آيد .
مضرات :
بادام از نظر اينكه داراي مواد مغذي بسياري است بنابراين غذاي بسيار خوبي است ولي چون سنگين و ثقيل الهضم مي باشد نبايد در خوردن آن افراط كرد و مقدار آن نبايد در روز بيش از ده دانه باشد . بادام همچنين

براي معده هاي ضعيف و سرد خوب نيست و اشخاصي كه معده ضعيف دارند بهتر است بادام را با شكر بخورد.

منابع :

خواص داروئي بادام تلخ http://aftab.ir
خواص دارويي بادام http://www.aghlam.com
بادام http://www.parsiteb.com
بادام Almond http://www.money58.netfirms.com

خواص هل؛ دانه معطر

تهيه كننده : ناصر مكاري
منبع : راسخون
هل گياهي است كه در مناطق حاره و گرم مي رويد . وطن آن هندوستان مي باشد و حدود 80 درصد هل مصرفي دنيا از هندوستان تامين مي شود.
ميوه ي هل، بيضي شكل و به رنگ هاي زرد، سبز يا سياه است. دانه هاي معطر و مطبوعي به رنگ قهوه اي در ميوه ي آن وجود دارد كه به عنوان ادويه و براي خوشبو كردن نوشيدني ها و غذاها به مصرف مي رسد.
عطر خوش و اثر گرمابخش و اشتهاآور هل، اين دانه را به يكي از بهترين طعم دهنده ها براي انواع نوشيدني، دسر و شيريني تبديل مي سازد. در هندوستان، خاورميانه، اروپا و آمريكاي لاتين، اين ادويه روغني براي تهيه انواع نان ، كيك و شيريني ها و همچنين چاي و قهوه به كار مي رود.
در بسياري از شيريني ها و دسرهاي سنتي ايراني نيز از هل كوبيده يا آسياب شده استفاده مي شود.
البته در مقام مقايسه، هنديها و پاكستانيها بيشترين مصرف كنندههاي هل در جهان هستند.
شايد جالب باشد بدانيد هل، ميوه گياهي از تيره زنجبيلهاست و انواع مختلف آن شامل هل سياه، هل سفيد و هل سبز است كه نوع سبز آن عطر تندتري دارد.
هل سفيد
براي عطرآگين كردن غذا، شيريني يا مربا، حتما لازم نيست غلاف آن را باز كرده و دانههاي سياه رنگ هل را مورد استفاده قرار دهيد، بلكه ميوه هل با همان غلاف نيز به اندازه كافي غذاها را خوش طعم مي كند؛ مگر آنكه طعم جويدن دانههاي هل در دهانتان را دوست داشته باشيد.
علاوه بر اين، بعضيها هنگام دم كردن چاي، چند دانه هل يا يك عدد ميوه هل را در قوري مي اندازند و همراه با چاي، آن را دم مي كنند. اين چاي، هم خوشطعمتر مي شود و هم خاصيت درماني دارد.
تركيبات شيميايي:
هل داراي اسانس فرار و معطري در حدود 4% مي باشد ضمنا اين گياه داراي مواد رزيني و چربي نيز است
خواص درمان
هل از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است.
جويدن دانه هاي هل پس از صرف غذا ضمن كمك به هضم و گوارش بهتر غذا، مي تواند بوي نامطبوع دهان(مثل بوي سير و پياز) را نيز خنثي كند.

دانه هاي هل خواص گرمابخشي داشته و معده و روده ها را تقويت مي كنند.
هل اشتها را تحريك مي كند و عمل هضم غذا را بهبود مي بخشد.
نوشيدن دم كرده ي داغ آن موجب تسكين كوليت، سوءهاضمه، باد نفخ، حالت تهوع و بي حالي شده و مانع ترشح زياد اسيد معده مي شود.
يكي از خواص ويژه و بسيار ارزشمند هل، جلوگيري از تشكيل خلط در گلو است. از اين رو مي توان آن را به محصولات لبني و پودينگ ها افزود تا اثر شير را كه موجب تشكيل خلط در گلو مي شود خنثي كرده و به هضم آن نيز كمك كند.
دانه هاي هل خاصيت داروي اكسپكتورانت را دارد و سينوس ها و برونش ها، بيني و سينه را از خلط و ترشحات اضافي پاك مي كنند.
هل چنان كه ذكر شد خواص گرمابخش و انرژي زا دارد از اين رو به بهبود روحيه و بازيابي انرژي و توان از دست رفته كمك مي كند، اضطراب و نگراني را كاهش مي دهد و در رفع افسردگي موثر است.
هل همچنين كليه ها را تقويت مي كند و گفته مي شود براي درمان شب ادراري كودكان مفيد است.
ديگر خواص هل عبارتند از:
- تقويت كنده قلب است.
- بادشكن بوده و گاز معده و روده را از بدن خارج مي سازد.
- تقويت كننده بدن است.
- ادرار آور است.
- قاعدگي را باز مي كند.
- زخم هاي دهان را برطرف مي كند، بدين منظور دم كرده هل را در دهان قرقره كنيد.
- خوشبو كننده دهان است.
- براي تسكين درد گوش ، گرد هل را در گوش بريزيد.
- تب را پايين مي آورد.
- معالج سرماخوردگي است.
- براي تسكين درد روماتيسم مفيد است.
- ضد مسموميت است.
- براي رفع بيماري هاي چشم مفيد است.
تهيه دم كرده هل:
مقدار 30 گرم هل كوبيده را در يك ليتر آب جوش ريخته و بگذاريد به مدت 10 دقيقه دم بكشد. سپس آن را صاف كرده و بنوشيد. هل را همچنين مي توان موقع دم كردن چاي، به آن اضافه كرد.
تهيه يك دم كرده دارويي با هل:

براي تهيه يك دم كرده ي گياهي معطر و آرام بخش و خوش طعم، 4 عدد دانه هل را همراه با 4 عدد دانه فلفل سياه، 4عدد دانه ميخك، يك قطعه دارچين نكوبيده و چند حلقه نازك زنجبيل تازه در 600 ميلي ليتر آب بريزيد. آن را به مدت نيم ساعت روي حرارت ملايم قرار دهيد، اما مواظب باشيد نجوشد.
دم كرده را صاف كنيد و به صورت داغ همراه با كمي شير يا عسل بنوشيد. نوشيدن اين دم كرده دو بار در روز، درماني فوق العاده براي سرفه و سرماخوردگي است.
مضرات مصرف زياد هل:
مصرف زياد هل براي روده ها مضر است. براي رفع اين مشكل، آن را بايد با كتيرا خورد
منابع :
خواص هل http://www.parsiteb.com
هل «داروئي» http://daneshnameh.roshd.ir
خواص هل؛ دانه معطر http://iran-world.com
هل Cardamom http://www.money58.netfirms.com

## خواص دارچين

دارچين درختي است كوچك، هميشه سبز، به ارتفاع 5 تا 7 متر كه از تمام قسمت هاي آن بويي مطبوع استشمام مي شود.
گل هاي آن در فاصله ماه هاي بهمن تا اوايل فروردين ظاهر مي شود. برگ اين درخت سبز تيره و داراي گل هايي به رنگ سفيد است.
نام علمي اين گياه Cinnamomum zeylanicum مي‌باشد.
اسانس دارچين كه تنها قسمت مهم دارچين است به مقدار يك درصد در پوست درخت مذكور وجود دارد و از تقطير آن با آب نيز حاصل مي‌شود.
اين اسانس در صورت تازه بودن به رنگ زرد روشن است، ولي به مرور زمان و به علت اكسيده شدن به رنگ هاي زرد طلايي و سپس قهوه‌اي مايل به قرمز درمي‌آيد.
دارچين اولين بار در سري‌لانكا يافت شد و بعد از آن، تمام دنيا اين چاشني را شناختند و براي طعم بهتر غذاها استفاده كردند.
يك قاشق چاي خوري دارچين، حاوي 28 ميلي گرم كلسيم، 1 ميلي گرم آهن و بيشتر از 1 گرم فيبر و مقدار زيادي ويتامين هاي C و K و منگنز است. همچنين مقدار 2/1 گرم كربوهيدرات دارد.
دارچين بومي سري‌لانكا و جنوب هند است و پوست درختچه آن كاربرد فراواني به عنوان ادويه دارد.
براي تهيه دارچين، پوست اين درختچه را جدا كرده و معمولا پودر مي كنند و در غذا يا چاي از آن استفاده مي كنند.
دارچين از قديم الايام در دنيا بكار ميرفته است در مصر حتي قبل از ساختمان اهرام ثلاثه مصر براي درمان امراض مختلفه مصرف مي شده است .
اسم دارچين Cinnamon از كلمه عربي Kinnamon مشتق شده و در كتاب مقدس به آن اشاره شده است و در مراسم مذهبي يهوديان بكار مي رفته است .
گياه دارچين به علت داشتن اسانس و تانن ، محرك و قابض است و به عنوان تقويت كننده ، اعمال هضم و جريان گردش خون به كار مي رود و از آن براي رفع سوءهاضمه ، بويژه در مواردي كه با نفخ همراه باشد، به عنوان بادشكن استفاده مي شود.همچنين به علت داشتن تانن در رفع اسهال ، ضعف عمومي بدن و انعقاد خون مصرف مي شود و به صورت دارو، مانند گرد و تنتور به كار مي رود.
با بررسي اثر2 گياه دارچين و سياه دانه بر روي نفخ معده ، نتايجي كه به دست آمد، نشان داد:60 درصد افرادي كه سياه دانه نود درصد افرادي كه

مخلوط دارچين و سياه دانه و10 درصد افرادي كه دارچين استفاده كردند، بهبود يافتند از طرف ديگر درصد بهبود يافتگان با داروي مخلوط، در زنان و مردان يكسان بوده است لازم به ذكر است كه درصد بهبود يافتگان با داروي مخلوط دارچين و سياه دانه ، بيشتر از داروي سياه دانه و دارچين به تنهايي بوده و تاثير دارچين بر روي بيماران ، همانند پلاسيبو است.
دارچين يك ادويه خاص است. هنگاميكه آن را به غذا اضافه مي‌كنيم طعم شيريني به غذا مي‌دهد كه حتي مي‌توان آن را با شكر اشتباه گرفت. ولي در عين حال ضررهاي شكر را نيز ندارد. به علاوه، دارچين خواص بسياري از لحاظ سلامت براي بدن دارد. يكي از خواص دارچين اين است كه باعث افزايش كارايي هورمون انسولين در بدن مي‌شود و در نتيجه بدن نياز كمتري به اين هورمون براي كنترل قند خون پيدا مي‌كند. تحقيقات بر حيوانات نشان مي‌دهد كه ادويه مريم گلي اثر انسولين را دو برابر مي‌كند. زردچوبه و ميخك اين اثر را سه برابر كرده ولي دارچين حتي اثر بيشتري از ادويه‌هاي ذكر شده را بر انسولين خون دارا است. بسياري از افراد مبتلا به ديابت گزارش داده‌اند كه مصرف يك قاشق چايخوري دارچين روزانه تأثير بسيار مثبتي بر قند خونشان داشته است.
همچنين برخي تحقيقات نشان دهنده تأثير مثبت دارچين در كاهش فشار خون بوده است
دارچين و تغذيه
آيا شما مي دانيد يك قاشق چاي خوري دارچين، حاوي 28 گرم كلسيم، 1 گرم آهن و بيشتر از 1 گرم فيبر و مقدار زيادي ويتامين هاي C و K و منگنز است.
همچنين مقدار 2/1 گرم كربوهيدرات دارد.
فوايد دارچين
دارچين جزو آن دسته از داروهايي است كه در قديم استفاده مي شد. اين داروي قديمي براي اختلالات گوارشي از قبيل سوء هاضمه، نفخ معده، دردهاي معده و اسهال به كار مي رفت.
امروزه مشخص شده كه دارچين، غير از درمان اختلالات گوارشي، براي آرامش و جلوگيري از عصبانيت و رفتارهاي ناخوشايند و همينطور براي استشمام بهتر به كار مي رود. همچنين براي جلوگيري از فساد غذا و فساد ميكروبي استفاده مي شود.
يكي ديگر از فوايد دارچين كه نياز به توجه بيشتر دارد، اثر اين چاشني بر قند و كلسترول خون مي باشد.
اثر دارچين در بهبودي بيماري ديابت نوع 2 و همينطور عدم تحمل انسولين :
تحقيقات حاكي از آن است كه افرادي كه روزانه 2/1 قاشق چاي خوري

دارچين استفاده مي كنند، قند خونشان كنترل مي شود، عدم تحمل به انسولين در آنها بهبود مي يابد، از اضافه وزن مصون مي مانند و همينطور احتمال پيدايش بيماري قلبي در اين افراد پايين مي آيد.
متخصصان به اين نتيجه رسيده اند كه دارچين همانگونه كه بيماري ديابت را كنترل مي كند، به همان اندازه بر روي كلسترول خوب و LDL (كلسترول بد) اثر مي گذارد.
دارچين رمز جواني است و مصرف روزانه آن انسان را سلامت جوان نگه مي دارد .
دارچين براي زياد شدن و بازيافتن نيروي جنسي نيز بكار مي رود كليه را گرم مي كند و ضعف كمر و پاها راازبين مي برد و كم خوني را درمان مي كند .
دارچين بهترين دارو براي دردهاي عضلاني است و جديدا در آمريكاي شمالي و كانادا كرم هايي ببازار آمده كه داراي دارچين است و براي رفع درد بكار مي رود .
حتما تا بحال متوجه شده ايد كه بعد زا خوردن يك دونات دارچين در همه چيز را زيبا مي بينيد و چقدر آرام هستيد . اين خاصيت دارچين است زيرا دارچين اثر آرام كنده وشاد كننده درد و از بسياري از داروهاي آرام بخش بهتر است . و در حقيقت مي توان گفت دارچين واليوم گياهي است زيرا در دارچين ماده اي است بنام Cinnamodehyde كه روي حيوانات و انسان اثر آرام بخش درد .
اثر مهم ديگر دارچين پائين آوردن تب مي باشد و حتي امروزه دارچين را بصورت قرص و كپسول درآورده اندكه بعنوان تب بر بكار مي رود .
دارچين رگها را باز مي كند و اثر خوبي در گردش خون دارد .
دارچين خاصيت عجيب ديگري دارد و آن قوي كردن مصونيت بدن در مقابل امراض است و حتي مي توان گفت كه اثر پني سيلين و آنتي بيوتيك را به مقدر زيادي دارا است . اگر حس كرديد كه ضعيف شده ايد و ممكن است مريض شويد چاي دارچين را فراموش نكنيد و حتي اگر سرما خورده ايد يا ضعف شديد داريد چاي دارچين بهترين دارو است .
يكي از دانشمندان انگليسي در كتابي كه قرن نهم تاليف نمود ادعا كرد كه دارچين معده را تميز و آرام و قوي مي كند . بنابراين اگر ناراحتي معده داريد حتما از دارچين استفاده كنيد دارچين با اين همه خواص طعم بسيار خوبي درد . حتي اگر چاي معمولي مي نوشيد آنرابا يك قطعه پوست دارچين بهم بزنيد كه طعم آنرا بهتر كند و ميتوانيد براي اينكه بيشتر از طعم و خاصيت داروئي دارچين بهره ببريد مقداري از پوست آن را در داخل قوري بريزيد تا همراه با چاي دم بكشد.
بي دليل نيست كه در گذشته سلماني ها كه در حقيقت دكترهاي طب قديم

بودند به مشتريهاي خود چاي دارچين مي دادند!
همچنين برخي تحقيقات نشان دهنده تاثير مثبت دارچين در كاهش فشار خون بوده است.
دارچين خاصيت عجيب ديگري دارد و آن تقويت سيستم ايمني بدن در مقابل بيماري هاست و حتي مي توان گفت كه اثري مشابه پني سيلين و آنتي بيوتيك دارد.
اگر حس كرديد كه ضعيف شده ايد و ممكن است مريض شويد، چاي دارچيني را فراموش نكنيد و حتي اگر سرما خورده ايد يا ضعف شديد داريد، چاي دارچين بهترين داروست.
دارچين به علت داشتن اسانس و تانن، محرك و قابض است و به عنوان تقويت كننده ي عمل هضم غذا و جريان گردش خون به كار مي رود و از آن براي رفع سوءهاضمه، به ويژه در مواردي كه با نفخ همراه باشد، به عنوان بادشكن استفاده مي شود.
همچنين به علت داشتن تانن در رفع اسهال ، ضعف عمومي بدن و انعقاد خون مصرف مي شود و به صورت دارو، مانند گرد و تنتور به كار مي رود.
يكي از دانشمندان انگليسي در كتابي كه قرن نهم تاليف نمود ادعا كرد كه دارچين معده را تميز و آرام و قوي مي كند . بنابراين اگر ناراحتي معده داريد حتما از دارچين استفاده كنيد.
دارچين علاوه براين همه خواص، طعم بسيار خوبي نيز دارد. براي اينكه بيشتر از طعم و خاصيت درماني دارچين بهره ببريد، مي توانيد موقع دم كردن چاي، مقداري از پوست آن را در داخل قوري بريزيد تا همراه با چاي دم بكشد.
دارچين و عسل و خواص آن
1. دارچين و عسل را باهم بخوريد
2. مخلوط عسل و دارچين درمان كننده بسياري از بيماري ها در زمان قديم و حال مي باشد.
3. امروزه دانشمندان بر اين عقيده هستند كه عسل با وجودي كه شيرين است، اما اگر در مقدار معين مصرف شود حتي براي بيماران ديابتي هم مضر نمي باشد.
4. مجله معروفي در كانادا به نام Weekly World تعداد 95 نوع بيماري كه توسط عسل و دارچين درمان شده اند را نام برده است.
5. در اين مقاله با عسل و دارچين، درمان كننده بسياري از بيماري ها آشنا مي شويم.
6. ورم مفاصل
- يك قسمت عسل را در 2 قسمت آب گرم حل كرده و به آن 1 قاشق چاي خوري پودر دارچين بيافزاييد. خمير حاصله را روي محل درد به آرامي

بماليد. درد بعد از 15 دقيقه از بين خواهد رفت.
- همچنين بيماران دچار ورم مفاصل مي توانند، 1 فنجان آب داغ را با 2 قاشق عسل و 1 قاشق چاي خوري پودر دارچين مخلوط كرده و بنوشند. اين عمل را هر روز بايد انجام دهند تا بيماري شان معالجه شود.
- مطالعات انجام شده روي اين بيماران نشان داده است كه، اگر اين بيماران قبل از صبحانه مخلوط 1 قاشق غذاخوري عسل با 4/1 قاشق چاي خوري پودر دارچين را ميل كنند، درد آنها بعد از 1 ماه از بين خواهد رفت. بيماران مورد مطالعه نمي توانستد راه بروند اما بعد از استفاده از اين روش، توانستند به راحتي شروع به راه رفتن بدون درد كنند.
7. جلوگيري از ريزش مو
- قبل از حمام كردن، 1 قاشق غذاخوري عسل به همراه با 1 قاشق چاي خوري پودر دارچين مخلوط كرده و روي سر خود بماليد و 5-15 دقيقه صبر كنيد و سپس موهاي خود را بشوئيد.
8. عفونت مثانه
- 2 قاشق غذاخوري عسل به همراه با 1 قاشق چاي خوري پودر دارچين را در 1 ليوان آب گرم حل كرده و آن را بنوشيد. اين روش باعث مي شود كه ميكروب هاي مثانه را از بين برود.
9. درد دندان
- 5 قاشق چايخوري عسل به همراه با 1 قاشق چاي خوري پودر دارچين مخلوط كرده و خمير حاصله را روي دندان خراب بماليد. اين عمل را 3 بار در روز انجام دهيد تا دندان خراب و دردناك درمان شود.
10. كلسترول
- 2 قاشق غذاخوري عسل به همراه با 3 قاشق چاي خوري پودر دارچين را در مقداري برابر 2 ليوان چاي حل كرده و آن را بنوشيد. بدين وسيله بعد از 2 ساعت كلسترول خون به اندازه 10درصد پايين مي آيد.
- تحقيقات اخير نشان داده است كه مصرف عسل خالص در درمان بيماران مبتلا به كلسترول بسيار مفيد است.
11. سرماخوردگي
- به مدت 3 روز از مخلوط 1 قاشق غذاخوري عسل گرم با 4/1 قاشق چايخوري پودر دارچين استفاده كنيد. اين روش براي درمان سرفه مزمن، سرماخوردگي و سينوزيت به كار مي رود.
12. ناباروري
- مردان 2 قاشق غذاخوري عسل را قبل از خواب ميل كنند تا اين مشكل برطرف شود.
- زنان مي توانند از پودر دارچين براي باردار شدن استفاده كنند.
- زنان نابارور مقداري پودر دارچين را با 2/1قاشق چاي خوري عسل

مخلوط کرده و آن را به طور مرتب در روز روي لثه يا دهان خود قرار دهند. اين کار باعث مي شود که مخلوط حاصل از طريق بزاق وارد بدن شود.
- در مريلند (شهري در آمريکا) براي مدت 14 سال هيچ نوزادي متولد نمي شد. تا اينکه زنان و مردان شروع به خوردن عسل و دارچين کردند و بعد از مدت کوتاهي زنان باردار شدند.
13. معده درد
- مخلوط عسل و پودر دارچين ، درمان کننده درد معده، زخم معده و نفخ مي باشد.
14. بيماري قلبي
- خمير عسل و پودر دارچين را تهيه کنيد و آن را بر روي نان به جاي مربا قرار دهيد. اين روش را به طور مرتب به عنوان صبحانه ميل کنيد.
- اين روش باعث پايين آوردن کلسترول، کاهش ضربان قلب، به راحتي نفس کشيدن، بهتر شدن جريان خون و جلوگيري از بيماري قلبي مي شود.
15. بهبود سيستم ايمني
- استفاده روزانه از عسل و دارچين باعث حفاظت بدن از باکتري و ويروس مي شود.
- عسل، محتوي مقدار زيادي ويتامين و آهن مي باشد و بدن را مقاوم مي کند.
- استفاده روزانه از عسل، باعث عملکرد بهتر گلبول هاي سفيد خون مي شود و درنتيجه بهتر با ويروس ها و باکتري هاي وارد شده به بدن مي جنگد.
16. سوء هاضمه
- قبل از هر وعده غذا، پودر دارچين را روي 2 قاشق غذاخوري عسل بريزيد. اين کار باعث مي شود که اسيد معده ترشح شود و غذاي وارده به معده را هضم کند و از سوء هاضمه جلوگيري کند.
17. آنفلوآنزا
- عسل محتوي مواد مفيد طبيعي است و به اين ترتيب از آنفلوآنزا و سرماخوردگي جلوگيري مي کند.
18. افزايش طول عمر
- نوشيدن چاي با عسل و پودر دارچين از بين برنده پيري زودرس مي شود.
- 4 قاشق غذاخوري عسل و 1 قاشق پودر دارچين را در 3 فنجان آب حل کرده و بجوشانيد و مانند چاي ميل کنيد. 4-3 بار در روز به مقدار 4/1 فنجان بنوشيد تا پوستي لطيف و نرم داشته باشيد.
19. تاول
- 3 قاشق غذاخوري عسل با 1 قاشق غذاخوري پودر دارچين مخلوط کرده

و قبل از خواب، روي تاول بگذاريد و صبح مخلوط ماليده شده بر روي تاول را با آب گرم بشوييد. اگر اين كار را به مدت 2 هفته هر روز انجام دهيد، تاول را از ريشه از بين خواهيد برد.
20. عفونت پوستي
- تمام عفونت هاي پوستي و اگزما با استفاده از عسل و پودر دارچين درمان مي شوند.
21. كاهش وزن
- 1 فنجان آب،عسل و پودر دارچين را هر روز و قبل از صبحانه با معده خالي بنوشيد.
- اگر مخلوط گفته شده را هر روز بنوشيد، از تجمع چربي در بدن جلوگيري كرده و باعث كاهش وزن مي گردد.
22. سرطان
- عسل و دارچين، درمان كننده سرطان هاي معده و استخوان شناخته شده است.
- براي 1 ماه و 3 بار در روز، 1 قاشق غذاخوري عسل با 1 قاشق چاي خوري پودر دارچين را براي جلوگيري از سرطان مصرف كنيد.
23. گرسنگي
- مطالعات اخير نشان دهنده اين است كه شكر عسل نه تنها مضر نيست، بلكه بسيار مفيد مي باشد.
- مقدار مساوي از عسل و دارچين جلوي گرسنگي را مي گيرد.
- 2/1 قاشق غذاخوري عسل در 1 ليوان آب و مقدار كمي پودر دارچين، باعث مي شود كه سرزنده تر و داراي انرژي بيشتر باشيد.
24. تنفس بد
- صبح ها 1 قاشق چاي خوري عسل و دارچين را با آب گرم مخلوط كرده و بنوشيد. اين روش باعث راحت نفس كشيدن مي شود.
25. كم شنوايي
- مصرف مقدار مساوي، عسل و دارچين باعث بهبود شنوايي مي شود.
26. اين مطالب خواص بسيار كمي از دو ماده غذايي طبيعي، عسل و دارچين بود. با توجه به اينكه اين دو غذاي طبيعي در سرتاسر دنيا يافت مي شود، پس بهتر است از آنها استفاده كنيم تا سلامتي خود را تضمين نماييم
خطرات استفاده زياد دارچين
افرادي كه آلرژي دارند، نبايد از مصرف دارچين در غذاهاي خود پرهيز كنند، زيرا دارچين موجب تشديد آلرژي نمي شود. اما اين نكته را فراموش نكنيد كه اگر شما بسيار زياد از دارچين استفاده كنيد، بايد اثرات بد آن را بپذيريد.
اثرات مضر مصرف زياد دارچين عبارت است از: التهاب يا ورم كردن

پوست، زخم ها و ترك هاي گوشه دهان و همينطور سوزش معده.
دارچين از لخته شدن خون جلوگيري مي كند، اما زيادي آن در خون باعث بروز مشكلات خوني و گردش خون مي شود، به خصوص اگر با داروهايي كه موجب رقيق شدن خون مي شود(مانند آسپيرين) مصرف شود، مشكلات را دو برابر مي كند.
شما خواننده محترم مي توانيد دارچين را در چاي يا قهوه خود بريزيد يا روي ماست بپاشيد و يا با پنير نوش جان كنيد و به طور كلي مي توان صدها ماده غذايي را با دارچين طعم دار كرد،مثل حليم ، شله زرد ، خورش قيمه و... .
اميدوارم شما از همين امروز براي سلامتي خود قدم برداريد و از نعمات بي شمار خداوند بهترين استفاده را كنيد.
مضرات :
مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .
منابع :

دارچين http://www.centralclubs.com
دارچين http://www.parsiteb.com
خواص دارچين http://aftab.ir
خواص دارچين چيست؟ http://gigapars.com
دارچين http://www.iranmania.com
خواص دارچين و عسل http://farhan.forumb.biz
دارچين Cinnamon http://www.money58.netfirms.com

## زردآلو و خواص آن

درخت زردآلو بومي نواحي چين است و هنوز هم به صورت وحشي در اين مناطق مي رويد. اين درخت در اوايل قرن اول ميلادي به آسيا و اروپا راه يافت. ارتفاع درخت زردآلو تا 6 متر هم مي رسد . برگ هاي آن مانند قلب نوك تيز و به رنگ سبز روشن مايل به زرد مي باشد . گل هاي زردآلو درشت و به رنگ سفيد متمايل به قرمز است . ميوه آن گوشتي و زرد رنگ ، با طعمي مطبوع و شيرين بوده كه در اواسط تابستان مي رسد. هسته زردآلو صاف ، قهوه اي و بيضي شكل است. در داخل هسته مغز آن قرار درد كه طعم آن گاهي شيرين و گاهي تلخ مي باشد.
ارقام زردآلو نيازهاي آب و هوايي خاصي داشته و نسبت به تغييرات محيطي سازگاري كمي دارند. زردآلو در محل رويش طبيعي اش كه در شمال غربي چين قرار دارد به خوبي رشد مي كند. اين ناحيه بين 35و43 درجه عرض شمالي و ارتفاع 700 تا 1500 متر قرار دارد. مقدار بارندگي ساليانه آن حدود 500 ميلي متر بوده و حداقل مطلق دما در زمستان 33- درجه سانتيگراد است. بهترين اقليم براي زردآلو، آب و هوايي است كه در آن تغييرات دماي زمستان كم بوده و تابستاني گرم داشته باشد.
از آنجايي كه دما مستقيماً در مقاومت به سرما، خواب، صدمه يخبندان و رشد و تكامل ميوه دخالت دارد اثر آن بر روي زردآلو خيلي پيچيده است. خواب عميق از نيمه دوم آبان ماه شروع شده و در اواسط بهمن تا اوايل اسفند ماه به پايان مي رسد. خواب عميق بوسيله افزايش سـريع وزن جوانه هاي گــل نيز مشخص مي شود. حداقل درجه
حرارت مورد نياز براي مرحله تمام گل كليه ارقام از 5 تا 6 درجه سانتيگراد و براي رسيدن از 15 تا 19 درجه سانتيگراد متغير است. مجموع درجه حرارتهاي روزانه مورد نياز براي رسيدن ميوه (بالاتر از 10 c) در ارقام زودرس حدود 1155 تا 1245 و در ارقام ديررس 1725 تا 2186 درجه سانتيگراد است . براي باردهي زردآلو، زمستان سرد طولاني و بدنبال آن بهار گرم و بدون سرماي بهاره مطلوب است. اگر در مدت خواب زمستاني دما به مدت طولاني بالا باشد ممكن است جوانه هاي گل بريزد كه اين موضوع در مناطق گرم يك مشكل جدي است. بعلاوه زماني كه جوانه گل در پايان خواب زمستانه شروع به رشد كرد بروز سرما و يخبندان به آن صدمه مي زند. بنابراين در پايان فصل خواب مقاومت به سرما موجب زنده شدن و بقاي گل مي شود. قابليت تحمل به سرما در دوره خواب در ارقام مختلف متفاوت است و اين به دو مرحله رشد و تكامل گل بستگي دارد. درختان زردآلو تحت شرايط رطوبت كم هوا بهتر

رشد مي كنند. به علت زود گلدهي جهت شمال غربي براي كاشت زردآلو بهتر است. زردآلو در اكثر خاكهاي عميق كه به خوبي زهكش شده باشند قادر به رشد مي باشد خاك محل زردآلو بايد 3 متر عمق داشته باشد. در صورتيكه خاك زهكش خوبي داشته باشد مقدار زياد آهك در خاك تأثيري بر روي رشد درخت نخواهد داشت. درخت زردآلو در سن 4 تا 5 سالگي شروع به باردهي مي كند و در سن 8 تا 10 سالگي به حداكثر باردهي مي رسد در اين موقع هر درخت حدود 50 تا 80 كيلوگرم ميوه توليد مي كند. عمر باردهي درخت زردآلو 30 تا 40 سال است.

مواد مغذي موجود در زردآلو و اثرات مفيد آنها :

اين ميوه سرشار از ويتامين هاي A و C و آهن است. مواد مغذي موجود در زردآلو ازچشم ها و قلب حفاظت مي كنند و فيبر موجود در آن بر عليه بيماري ها مبارزه مي كند. زردآلو منبع غني بتاكاروتن (پيش ساز ويتامين A ) است. زردآلوهايي كه رنگ نارنجي تيره دارند، حاوي بتاكاروتن بيشتري هستند. مواد غذايي حاوي بتاكاروتن باعث كاهش خطر بروز بيماري هاي قلبي، سكته ، آب مرواريد و بعضي سرطان ها مي شوند.

مقادير بالاي بتاكاروتن و ليكوپن موجود زردآلو باعث مي شود غذاي مفيدي براي حفظ سلامتي قلب باشد. اين دو ماده بعنوان آنتي اكسيدان، از اكسيداسيون LDL- كلسترول و بروز بيماري قلبي جلوگيري مي كنند.

بتاكاروتن در بدن ، به ويتامين A تبديل مي شود . پس مي توان گفت زردآلو منبع غني ويتامين A است كه در حفظ بينايي چشم موثر است و بعنوان يك آنتي اكسيدان قوي جلوي تخريب سلول ها توسط راديكال هاي آزاد را مي گيرد. راديكال هاي آزاد، عدسي چشم را تخريب مي كنند و باعث بروز آب مرواريد مي شوند يا اينكه ذخيره ي خوني چشم ها را از بين برده و باعث تخريب بافت چشم مي شوند.

زردآلو حاوي فيبرهاي محلول در آب است. مطالعات نشان مي دهد مصرف فيبرهاي محلول باعث حفظ قند خون در مقدار طبيعي و كاهش كلسترول خون مي شود. فيبر موجود در زردآلو از بروز يبوست و بيماري هاي روده اي جلوگيري مي كند.

برگه زردآلو سرشار از پتاسيم است. مصرف مواد غني از پتاسيم باعث تنظيم فشارخون مي شود. زردآلوي رسيده به علت دارا بودن ويتامين هاي گروه B براي درمان بيماري هاي عصبي و روحي ، بي خوابي، خستگي شديد، گيجي، فراموشي و ... مفيد است.

ميوه و هسته شيرين زردآلو به علت دارا بودن ويتامين C براي تقويت بدن، رفع اختلال در رشد كودكان، جلوگيري از خونريزي لثه موثر است. به علت داشتن آهن در خون سازي موثر است.

خواص داروئي:

خواص درماني زردآلو
زردآلو از نظر طب قديم ايران سرد و تر است
1)تصفيه كننده خون است
2)عروق را باز مي كند
3)ملين است
4)بوي بد دهان را رفع مي كند
5)تب بر است
6)بعلت داشتن كبالت براي كم خوني مفيد است
7) روم مفاصل را برطرف مي كند
8) ضد نرمي استخوان است
9)براي قلياپي كردن بدن مفيد است
خواص درماني هسته وبرگ زردآلو
مغز هسته از نظر طب قديم ايران گرم و خشك و برگ و گل آن سرد و خشك است .
1- مغز آن تقويت كننده قواي جنسي است
2-وغن مغز هسته را اگر در گوش بچكانيد صداهاي گوش را از بين برده و سنگيني گوش را درمان مي كند .
3-روغن مغز هسته براي نرم كردن پوست مفيد است
4-روغن مغز هسته اگر تلخ باشد كشنده كرم معده و روده است
5-روغن تلخ هسته ورم معقد را از بين برده و سنگ مثانه را خرد مي كند.
6-دم كرده برگ زردآلو براي قطع اسهال مفيد است
7-براي تسكين گوش درد چند قطره از دم كرده برگ زردآلو را در گوش بچكانيد .
زردآلو منبع بتا كاروتن
دربين سبزيجات، هويج بيشترين مقدار بتا كاروتن را دارد ودربين ميوه ها ، زردآلو اينگونه است. هيچ ميوه ديگري به اين اندازه داراي بتا كاروتن نيست. بتا كاروتن از دسته كاروتنوئيدها و پيش ساز ويتامين A دربدن است . همچنين به عنوان يك آنتي اكسيدان، بدن را از صدمات راديكال هاي آزاد حفظ مي كند.
اخيراً ثابت شده است كه تعداد زيادي كاروتنوئيدهاي ديگر مثل كورستين ومقادير زيادي اسيد ساليسيليك در زردآلو وجود دارد . اين مواد متعلق به گروه بزرگي از مواد بيواكتيو هستند ومي توانند از مواد غذايي ، مواد درماني بسازند و غشاء مخاطي را نوسازي بكنند.
جوان كردن پوست با خوردن زردآلو
بتا كاروتن موجود در زرد آلو مانع پينه بستن وخشك شدن پوست مي شود. وقتي پوست بدن ، پوسته پوسته شده وسفيد يا خاكستري رنگ مي شود

نشانه كمبود بتا كاروتن است. بتا كاروتن مثل يك پوست طبيعي از داخل اثر مي كند.
زرد آلو محافظي درمقابل صدمات ناشي از اشعه ما وراء بنفش خورشيد
درتابستان مقدار كاروتن محافظ موجود درپوست كم مي شود و هر قدر اشعه ماوراء بنفش شديدترباشد، به همان نسبت كاروتن بيشتري در بدن مصرف مي شود. بتا كاروتن دربدن يك پوشش محافظ در مقابل راديكال هاي آزاد به وجود مي آورد .
نور آفتاب ، نيكوتين سيگار، استرس ومواد مضر ، سبب توليد راديكال هاي آزاد خطرناك دربدن مي شوند. بتا كاروتن اين توانايي را دارد كه به مقابله با اين راديكال ها برخيزد وانرژي تخريبي آنها راكم كند.
كاروتن موجود در پوست به عنوان يك محافظ درمقابل اشعه ماوراء بنفش عمل مي كند. اگر از كرمهاي ضد آفتاب هم استفاده نشده باشد، قهوه اي شدن پوست راتسهيل واز سرخ وسوختن پوست جلوگيري مي كند.
روغن مغز هسته شيرين زرد آلو
ملين معده و نرم كننده مفيد است وروغن مغز هسته تلخ زردالو اماس است وخوردن ومالیدن ان براي مبتلايان به بواسير مفيد است وريختن چند قطره از ان در گوش باعث تسكين درد مي شود.
جوشانده برگ درخت خشك زرد الو كرم معده (يك نوع انگل ) را از بين مي برد و ادرار را زياد مي كند . شكوفه درخت ان ضد خونريزي است واگر جوشانده اي از ان تهيه كرده و چند قطر در بيني مبتلايان به خون دماغ بچكانيد اثر معجزه اساي ان را بسيار سريع مشاهده مي شود
.
منابع :
WWW.IRTEB.COM
زردآلو http://www.esfahan.agri-jahad.ir
زردآلو http://www.iranmania.com
زردآلو Apricot http://www.money58.netfirms.com

## گیاه شگفت انگیز ریحان Tulsi

ريحان گياهي است علفي يكساله و معطر كه ارتفاع ساقه آن تا 60 سانتيمتر مي رسد. برگهاي آن بصورت متقابل بيضوي و نوك تيز با كناره هاي دندانهدر مي باشد . گلهاي آن معطر و كوچك به رنگهاي سفيد، قرمز و گاهي بنفش مشاهده مي شود . تخم آن سياه و ريز است . برگ ريحان و سرشاخه هاي جوان آن بمصرف تغذيه مي رسد ريحان در ايران و افغانستان بطور خودرو مي رويد در اكثر نقاط دنيا كاشته مي شود .
برگهاي اين گياه به صورت متقابل بيضوي، نوك تيز با كناره هاي دندانه دار است و گلهاي آن معطر و كوچك به رنگ سفيد، قرمز و گاهي بنفش مشاهده مي شود.
ريحان گياه مقدسي است كه داراي خواص چندگانه مي باشد و در بسياري از بيماريها استفاده مي شود. از زمانهاي قديم، پيشينان و اجداد ما اعتقاد به قدست و خواص دارويي آن داشته اند.
ريحان در ايران و افغانستان به صورت خودرو مي رويد و در اكثر نقاط دنيا كاشته مي شود.
از اين گياه اسانسي بنام بازيليك يا روغن ريحان كه بسيار معروف است تهيه مي شود. ريحان از لحاظ مردم قديم ايران كمي گرم و خشك است و چون بسيار معطر است براي معطر ساختن غذا از آن استفاده مي شود.
گفته مي شود مصرف ريحان طي مدت معيني ، باعث درمان بيماريهايي مانند سرما خوردگي، سرفه، سردرد، خستگي چشم، ضعف، اسهال، فشار خون بالا يا پايين، مشكلات قلبي، چاقي، ترشي معده، يبوست، مشكلات كليوي، سنگهاي مثانه و دردهاي نقرسي مي شود.
اين گياه براي افزايش مقاومت و استحكام بدن در برابر بيماريها كه در نتيجه كمبود ويتامين هاي Aو C هستند، نقش عمده اي دارد.
مصرف ريحان مي تواند باعث بهبود چين و چروكهاي دست و صورت شود.
هم چنين در بيماريهاي زنان، مشكلات پوستي و تب نيز كاربرد دارد. براي بيماران مبتلا به سرطان نيز مصرف اين گياه توصيه مي شود.
دم كرده برگ ريحان معالج سردردهاي ميگرن و عصبي است و اثر ضدتشنج دارد.
برگ ريحان درمان كننده ناراحتي هاي حاصل از نيش حشرات است.
تخم ريحان براي رفع دل درد مفيد است و اگر آن را بكوبيد و با صمغ عربي مخلوط كنيد داروي خوبي براي درمان اسهال است.
برگ ريحان اثر زيادكننده شير دارد و خوردن آن به همراه غذا به هضم كمك مي كند.

نياز اكولوژيكي
ريحان در طول رويش به هواي گرم تابش نور كافي نياز دارد. درجه حرارت مطلوب براي جوانه زني بذر 18 تا 20 درجه سانتي گراد است. اين گياه به سرما بسيار حساس است. در طول رويش به آب كافي نياز دارد. خاك مناسب براي كاشت ريحان خاكهاي با بافت متوسط يا خاكهاي لوم شني يا مقادير فراوان تركيبات موهوسي است. نياز ريحان به پتاس بسيار زياد است پتاس نقش عمده اي در افزايش عملكرد پيكر رويشي و همچنين افزايش عملكرد اسانس دارد.
تركيبات شيميايي:
از ريحان اسانسي تهيه مي شود بنام اسانس بازيليك يا روغن ريحان كه معروف است و مصارف درماني مختلفي درد . اسانس ريحان شامل موادي مانند استراگول واوس من درد . دانه ريحان داراي ماده ر وغني است كه حالتي روان درد .
خواص داروئي:
چون ريحان بسيار معطر است بنبراين براي معطر ساختن غذاها از آن استفاده مي شود ريحان از لحاظ قديم ايران كمي گرم و خشك است .
)1دم كرده برگ ريحان اثر ضد تشنج درد مقوي و مدر است .
2)دم كرده برگ ريحان معالج سردردهاي ميگرن و عصبي است .
3)خوردن ريحان دستگاه هاضمه راتقويت مي كند .
4)نوشيدن يك فنجان دم كرده ريحان نفخ و گاز معده را از بين ميبرد .
5)برگ ريحان درمان كننده ناراحتي هاي حاصل از نيش حشرات است كافي است كه محل گزش حشرات را با برگ ريحان ماساژ دهيد خارش و درد را برطرف مي كند.
6)جويدن برگ ريحان براي زخم هاي دهان مفيد است .
7)جوشانده ريحان تب بر است .
8)دم كرده تخم ريحان مسكن است .
9)اگر تخم ريحان را بكوبيد و با صمغ عربي مخلوط كنيد داروي خوبي براي درمان اسهال است .
10)تخم ريحان براي رفع دل درد مفيد است .
11)برگ ريحان اثر زيا كننده شير دردو مادران شير ده حتما بايد از اين گياه استفاده كنند .
12)دم كرده دانه ريحان براي درمان ورم كليه و ترشحات زنانه بكار مي رود .
13)دم كرده برگ ريحان درمان كننده سرگيجه است .
14)برگ ريحان را همراه غذا بخوريد در هضم غذا موثر است .
15)اگر گلدان ريحان را جلوي پنجره بگذاريد حشرات و مگس را فراري

مي دهد و آنها وارد خانه نخواهند شد .
نظر بزرگان در مورد ريحان
در حديث است كه امام صادق ( ع ) فرمود: ريحان سبزي پيامبران است و بدانيد كه هشت خاصيت در آن وجود دارد:
1- غذا را گوارا مي كند.
2- منفذها را باز مي كند.
3 و 4- دهان و باد گلو را خوشبو مي سازد.
5- اشتها را به غذا افزايش مي دهد.
6- مرض را از بين مي برد.
7- شخص را از بيماري
جذام ايمن مي گرداند.
8- وقتي ريحان در شكم آدمي قرار گيرد، همه ي امراض را ريشه كن مي سازد.
در حديث ديگر، امام كاظم ( ع ) فرمود : ريحان مرض سل را از بين مي برد.
طرز استفاده:
اسانس ريحان را مي توانيد از فروشگاههاي گياهان دارويي و يا Helath Food خريدري كنيد اين اسانس بنام Essential Oil Basil معروف است لطفا دقت كنيد كه اين اسانس بسيار قوي است و نبايد بيش از 2 تا 3 قطره آنرا مصرف كنيد و هميشه هم بايد آنرا با آب رقيق كنيد .
مضرات :
مضرات خاصي گفته نشده است .
منابع :
خواص گياه ريحان http://www.hemheme.com
گياه شگفت انگيز ريحان Tulsi http://aftab.ir
ريحان http://www.iranmania.com
گياه ريحان http://daneshnameh.roshd.ir
ريحان Basil http://www.irteb.com
ريحان http://www.money58.netfirms.com

مارچوبه

مارچوبه گياهي است علفي و چند ساله كه ارتفاع آن تا چند متر مي رسد و داراي شاخه هاي نسبتا چوبي و صاف مي باشد . مارچوبه بصورت وحشي در اكثر نقاط دنيا مي روید برگهاي آن فلسي شكل بوده كه از كنار آنها شاخه هايي باريك و دراز و سبز رنگ بصورت دسته هاي 3 تا 8 تائي خارج مي شود . بعلت زيبا بودن اين گياه را بصورت تزئيني در باغچه ها مي كارند مار چوبه را در اوائل پائيز مي چينند .اين گياه از قديم الايام مورد استفاده بشر بوده است و حتي در اهرام ثلاثه مصر نقاشي هايي وجود دارد كه مارچوبه را نشان مي دهد .مارچوبه را مي توان بصورت مختلف مصرف كرد . بايد مارچوبه را با كمي آب و حرارات كم در ظرف هاي ضد زنگ پخت و تقريبا نيمه خام آنرا برداشت . آب مارچوبه را دور نريزيد و از آن براي سوپ استفاده كنيد زيرا داراي ويتامين و املاح مي باشد . وقتيكه مارچوبه مي خريد دقت كنيد تازه باشد . شاخه هاي مارچوبه تازه راست و نرم بوده و نوك آن نبايد باز شده باشد و اگر فلسهاي نوك آن باز باشد نشانه اين است كه گياه مدت زيادي مانده و كهنه شده است .

شناسنامه

تيره: Liliaceae لاله

نام لاتين: .Asparagus officinalis L

نام انگليسي: Asparagus – Sparrow grass

نام فارسي: مارچوبه

نام عربي: هليون – كشك المار

شرح گياه

مارچوبه گياهي علفي چند ساله، دو پايه است و گلهاي بسيار كوچك آن در روي پايه هاي نر و ماده قرار دارند گلهاي آن داراي 6 كاسبرگ و 6 گلبرگ و 6 پرچم و يك مادگي سه برچه اي است گلهاي نر به رنگ زرد مايل به سبز بوده، كاملاً از گلهاي ماده كه معمولاً به رنگ قرمز در مي آيند قابل تشخيص مي باشند ميوه مارچوبه كه به رنگ قرمز در مي آيد در پائيز ظاهر مي شود و به صورت سته كوچك سه حجره اي است كه داراي يك يا چند بذر مي باشد. گلهاي آن به صورت چند تايي است كه شايد تا به 4 عدد نيز برسند، كه آنها در يك محل ظاهر ميشوند حشرات بخصوص زنبور عسل در انتقال دانه گرده آن از پايه هاي نرم پايه هاي ماده نقش عمده‌اي دارند مارچوبه داراي دو نوع ريشه است يكي ريشه هاي معمولي كه جذب آب و مواد غذايي را بعهده دارند و ديگري ريشه هاي متورم و گوشتي كه پر از ذخيره مواد غذايي هستند و در آنها سوكروز ذخيره مي شود قطر ريشه

هاي گوشتي ممكن است به اندازه يك مداد يا كمي ضخيم تر باشند. ريشه هاي معمولي از قسمتهاي جوان ريشه هاي ذخيره اي بوجود مي آيند ريشه هاي مارچوبه مي تواند تا عمق 5/1 متر در خاك رشد كنند. سيستم ريشه بندي مارچوبه را تاج مارچوبه (Asparagus Crown) مي گويند. تاج مارچوبه براي تكثير غير جنسي مورد استفاده قرار مي گيرد. مارچوبه داراي دو نوع ساقه است اول ساقه هوايي نازك به رنگ سبز كه بعد از برداشت ساقه هاي جوان بوجود مي آيد و ارتفاع آن گاهي اوقات به 5 متر نيز مي رسد. ديگري ساقه‌هاي جوان است كه قسمتهاي قابل استفاده مارچوبه ها را تشكيل مي دهد اين ساقه ها از روي ريزوم ظاهر مي شوند و قبل از اينكه از خاك خارج شوند بايد قطع گردند طول اين ساقه ها بين 15 تا 25 سانتيمتر متغير است.ساقه هاي هوايي و برگها در اثر سرماي زمستان خشك مي شوند.

تركيبات شيميايي:

مارچوبه داراي آسپاراژين ف كوني فرين ، اينوزيت ، تانن ، اسدي گاليك ، آسپاراگوز، و اسيد سوكسي نيك مي باشد دانه آن داراي 15 درصد مواد روغني مي باشد اين روغن زرد مايل به قرمز است .

درصد مواد موجود در مارچوبه بصورت زير است :

آب: 90 گرم

پروتئين: 2/5 گرم

چربي: 0/2 گرم

مواد نشاسته اي: 4/2 گرم

كلسيم: 22 ميلي گرم

فسفر: 60 ميلي گرم

آهن: 1/1 ميلي گرم

سديم: 2 ميلي گرم

پتاسيم: 275 ميلي گرم

ويتامين آ: 900 واحد

ويتامين ب 1: 0/2 ميلي گرم

ويتامين ب 2: 0/2 ميلي گرم

ويتامين ب 3: 1/5 ميلي گرم

ويتامين ث: 35 ميلي گرم

خواص داروئي:

از نظرطب قديم ايران مارچوبه گرم و خشك است بنابراين آنهايي كه سرد مزاج هستند بايد آنرا با عسل بخورند و آنهايي كه گرم مزاج هستند بايد آنرا با سركه بخورند .مارچوبه گياهي است ادرار آور و داراي خواص زيادي است.

1. خوردن آن ديد چشم را تقويت مي كند.
2. براي تقويت نيروي جنسي مفيد است.
3. ضعف مثانه را برطرف مي كند.
4. براي تقويت قلب مفيد است.
5. ملين است و يبوست را برطرف مي كند.
6. تب بر است.
7. مارچوبه بعلت داشتن كلروفيل خونساز است و كسانيكه كم خون هستند بايد از آن استفاده كنند .
8. مارچوبه به ساختن گلبولهاي قرمز خون كمك مي كند.

نياز اكولوژيكي

مارچوبه يك سبزي فصل خنك مي باشد. مارچوبه بهترين رشد و بالاترين محصول را از نظر كيفيت خوب در آب و هوايي توليد مي كند كه زمين حاوي مارچوبه كمي يخ بزند در مناطقي كه در طول فصل رشد (تابستان) هوا گرم مي شود محصول از كيفيت خوبي برخوردار نيست چون مواد غذايي در ريشه هاي ذخيره اي آن اندوخته نمي گردند در زمستان بهتراست.هوا آنقدر سرد و شو دكه قسمتهاي هوايي (ساقه و برگها) خزان كنند. در مناطقي مانند دزفول در استان خوزستان كه زمستان يخبندان ندارند و داراي سرماي ملايم هستند توصيه مي شود كه قسمتهاي هوايي قبل از فرا رسيدن فصل زمستان از فاصله 10 تا 20 سانتي متري سطح خاك قطع گردند. بهترين دما در طول مدت رشد بوته براي مارچوبه بين 16 تا 24 درجه سانتي گراد مي باشد. مناسب ترين pH براي رشد مارچوبه بين 6 تا 7/6 مي باشد. تذكر :از ارقام مارچوبه عبارتند از : مري واشنگتن ، ردينگ ژآلت مارتا واشينگتن و آلت هام واشينگتن و ويكينگ مي باشد. ارقام مارچوبه براساس رنگ جوانه هاي خوراكي به دو دسته تقسيم مي شوند دسته اول داراي رنگ سبز و دسته دوم سبز روشن يا مايل به سفيد است.

آماده سازي خاك

مارچوبه بهترين محصول را در خاك عميق ، حاصلخيز ، خنك ، آفتابگير ، قوي و با زهكشي خوب مي دهد مارچوبه در خاكهاي مختلف كه از حيث مواد آلي غني باشند رشد مي كند و محصول مي دهد ولي بطور اختصاص خاكهاي شتي و شني لومي و لومي سيلتي كه با مواد آلي و هوموس تقويت شوند بسيار مناسب هستند مارچوبه در خاكهاي اسيدي نمي تواند رشد كند مگر آنكه خاكها به وسيله آهك اصلاح شوند مناسب ترين pH براي رشد مارچوبه بين 6 تا 7/6 مي باشد. در خاكهايي كه كمي قليايي باشند كشت با موفقيت انجام مي شود و محصول مي دهد مارچوبه يك سبزي چند ساله است و مي تواند 10 تا 20 سال در زمين باقي بماند لذا در تهيه زمين بايد

دقت كافي مبذول گردد. بخصوص چنانچه هدف آن باشد كه اين گياه به وسيله بذر تكثير شود بايد زمين صاف، نرم بدون كلوخ و كاه باشد. شخم عميق زده شود و بعد از آن كلوخ ها به وسيله ديسك يا دندانه نرم شوند و زمين تسطيح گردد. مارچوبه به هوموس و مواد آلي زياد نياز دارد و نسبت به كودهاي حيواني واكنش مثبت نشان مي دهد لذا قبل از كاشت مارچوبه ميتوان كودهاي حيواني را به زمين داد. مقدار كود هاي شيميايي نيز با توجه به مقدار مواد غذايي موجود در خاك حدود 200 كيلو ازت ، 80 كيلوگرم P2O5 ، 300 كيلوگرم K2O براي هر هكتار در نظر گرفته مي شود كود ازته را به مقدار 50 درصد در هنگام احداث پشته ها (حدود 10 روز قبل از پايان برداشت محصول) و 50 درصد بقيه را در تابستان به زمين مي دهند كودهاي فسفاته پتاسه را قبل از احداث پشته ها مي دهند.

تاريخ و فواصل كاشت

موقع انتقال نشاء اوايل بهار مي باشد عمق شيار در خزانه 20 تا 25 سانتي متر فاصله دو شيار 40 تا 60 سانتي متر مي باشد در زمين اصلي بوته ها به فاصله 40 تا 50 سانتي متر در رديفهايي بين 90 تا 150 سانتي متر از يكديگر كاشته ميشوند

كاشت

ازدياد مارچوبه به دو روش رويشي و جنسي صورت مي گيرد. در كشت مستقيم بعد از آماده كردن زمين ، زمين به جوي و پشته تبديل مي گردد عرض پشته بين يك تا يك و نيم در نظر گرفته مي شود سپس بذور در ته جوي كاشته مي شوند. بهتر است به منظور سرعت بخشيدن به سبز شدن بذر، بذور قبل از كاشت به مدت 24 ساعت در آب خيسانده شوند آنگاه شيارهايي به عمق يك سانتي كمتر در كف جويها ايجاد مي كنيم و بذور را در شيارهاي آنها مي‌كاريم و به وسيله خاك سبك و مرطوب آنها را مي پوشانيم. تا سبز شدن بذر و چوبها مرطوب نگه داشته مي شوند آبياري بايد به روش باراني صورت گيرد. مدت جوانه زدن بذر طولاني مي باشد و به عواملي مثل دما و رطوبت خاك بستگي دارد و شايد بين 15 تا 40 روز متغير باشد. بوته ها در فاصله 10 سانتي متري تنك مي شوند بتدريج كه گياه رشد ميكند روي بوته و اطراف آن خاك نرم همراه با كود حيواني پوسيده داده مي شود بدين ترتيب در سال اول بوته رشد كامل مي نمايد و محصولي برداشت نخواهد شد. ميزان بذور مورد نياز در كشت مستقيم بين يك تا دو كيلو گرم در هكتار مي باشد. روش مرسوم و متداول كشت مارچوبه تهيه خزانه و انتقال بوته هاي يكساله به محل اصلي مي باشد. در اين روش بايد سعي شود كه در هنگام انتقال بوته ها به محل اصلي به ريشه ها صدمه نرسد.در هنگام تهيه خزانه بايد دقت شود كه زمين كاملاً آماده و با كودهاي حيواني و شيميايي تقويت شده باشد زمين به شيار

تبديل مي شود عمق شيار 20 تا 25 سانتي متر و فاصله دو شيار 40 تا 60 سانتي متر در نظر گرفته ميشود، بذور در ته شيار كاشته مي شوند با رشد بوته ها روي آنها خاك داده مي شود. بدين ترتيب بوته ها در سال دوم آماده انتقال به محلي اصلي مي گردند موقع انتقال نشاء اوايل بهار مي باشد. در هنگام انتقال ابتدا زمين اصلي به جوي و پشته تبديل مي شود. سپس بوته ها به فاصله 40 تا 50 سانتي متر از يكديگر درروي رديف هايي كه 90 تا 150 سانتي متر از يكديگر فاصله دارند كاشته مي شوند بوته هاي آماده شده در خزانه را تاج (Crown) مي گويند. نحوه انتقال تاج به محلي اصلي بدين ترتيب ميباشد كه در اوايل بهار در ته جويها كود حيواني پوسيده همراه با ماسه و خاك نرم به عمق 5 تا 7 سانتي ريخته مي شود. سپس تاجهاي يكساله درته جويها روي كود پوسيده طوري قرار داده مي شوند كه فاصله آنها از يكديگر حدود 30 تا 50 سانتي متر باشد. ريشه هاي بوته روي خاك نرم پخش مي گردند سپس روي ريشه ها به وسيله خاك و كود پوشيده ميشود. بتدريج كه تاج شروع به رشد ميكند اطراف بوته ها و روي آنها خاك و كود قرار داده مي شود بنابراين تا آخر فصل رشد جويها از خاك و كود پر مي گردند بدين ترتيب بوته. مارچوبه در سال اول، رشد كافي كرده هيچ گونه برداشت محصول صورت نمي گيرد. شايد در سال دوم تعداد كمي اسپي ير (Spear ساقه هاي هوايي كه نسبتاً ضخيم بوده و قابل خوردن مي باشند) توليد و برداشت شود. برداشت اصلي از سال سوم شروع مي گردد. معمولاً مقدار تاج آماده شده از يك هكتار خزانه براي كاشت حدود 10 هكتار زمين اصلي كفايت مي كند. در هنگام انتقال تاج هاي يكساله بايد دقت شود كه تاجهاي ضعيف حذف شود زيرا محصول كمتري مي دهند تاجهاي دو ساله و يا سه ساله براي انتقال مناسب نيستند.
داشت
چون مارچوبه يك سبزي چند ساله است بنابراين مراقبتهاي ويژه لازم دارد. با علفهاي هرز بشدت بايد مبارزه شود. اين مطلب در مورد علفهاي هرز چند ساله جدي تر است در غير اين صورت علفهاي هرز به طرق مختلف ريشه، ريزوم ، غده و بذر ، ايجاد مزاحمت مي كنند و مبارزه با آنها مستلزم هزينه سنگين مي باشد لذا هنگام آماده كردن زمين، استفاده از انواع علف كشها توصيه مي شود نرم كردن زمين در اوايل بهار يكي ديگر از كارهايي است كه در مورد مزرعه مارچوبه بايد انجام گيرد. بدين جهت در اوايل بهار به منظور مبارزه با علفهاي هرز و نرم كردن سطح خاك با ديسك سبك، زمين ديسك زده مي شود. بدين ترتيب چنانچه قسمتهاي هوايي بوته ها از سال قبل باقي مانده باشند، از بين خواهند رفت. چنانچه مي خواهيم كود شيميايي به زمين بدهيم بايد اين كار در هنگام ديسك زدن صورت گيرد. براي اين منظور مقدار 200 كيلوگرم در هكتار از كودهاي كامل توصيه

ميشود. به منظور سفيد كردن ساقه هاي مارچوبه در اوايل بهار پاي بوته و روي آن با كود پوسيده و خاك نرم پوشيده مي شود. اين كار در سطح وسيع با ماشين آلات انجام مي گيرد. اگر در آخر فصل به زمين كو شيميايي داده مي شود بهتر است آنرا با خاك مخلوط و بين رديفها پخش كرد. مزرعه مارچوبه بايد مرطوب و نم دار باشد از اين رو آبياري بايد مرتب صورت گيرد اين مسئله در مناطق خشك اهميت بيشتري دارد. بوته مارچوبه مورد حمله حشرات زيادي قرار مي گيرد از مهمترين آنها سوسك مخصوص بوته مارچوبه مي باشد از بيماريهاي مارچوبه بيماري زنگ مارچوبه است كه براي مبارزه بايد از ارقام مقاوم استفاده نمود جمع آوري بوته هاي آلوده و سوزاندن راه ديگر براي مبارزه با آن است.

برداشت

معمولاً برداشت مارچوبه از سال سوم شروع مي شود يعني دو سال بعد از انتقال تاج آن به محل اصلي اگر كاشت، داشت و نگهداري مزرعه بخوبي انجام گيرد، شايد در سال دوم تعداد كمي از اسپي يرهان قابل برداشت باشند ولي بهتر است در سال دوم محصول برداشت نشود.در اينصورت بوته ها قوي شده و مواد غذايي در اندام هاي زير زميني تاج ذخيره مي گردد و در طي اين مدت به بوته فرصت داده مي شودكه رشد ريشه هايش كامل گردد و به اين ترتيب بوته براي سال سوم آماده بهره برداري مي شود. قاعدتاً برداشت از بهار سال سوم آغاز مي گردد برداشت وقتي شروع مي شود كه طول اسپي ير ها بين 15 تا 25 سانتي متر باشد. اسپي ير ها را مي توان از روي سطح خاك و يا از 2 تا 5 سانتي متري زير خاك قطع نمود. اين كار بايد با دقت انجام شوده كه به ساقه هايي كه هنوز از خاك خارج نشده اند، صدمه اي وارد نشود برداشت مارچوبه از اوايل بهار شروع 6 الي 8 هفته به طول مي انجامد چنانچه عمل برداشت بيشتر ادامه يابد مواد غذايي در ريشه هاي متورم ذخيره نمي شود و بوته براي سال آينده ضعيف باقي ماند. و به منظور سفيد كردن اسپي ير ها بايد در اوايل بهار روي ساقه به وسيله خاك پوشانده شود. هنگام برداشت مي توان خاكهاي اطراف اسپي ير را عقب زد سپس به برداشت اقدام كرد. بهتر است بعد از برداشت مارچوبه بلافاصله مورد استفاده قرار گيرد. براي اين كار آنها را شسته، دو طرف ساقه را به اندازه كمتر از يك سانتي متر قطع مي كنند و به صورت آب پز يا پخته شده به مصرف مي رسانند. در شرايط مناسب دماي 3 تا 4 درجه سانتي گراد و با رطوبت نسبي 70 تا 80 درصد مي توان مارچوبه را براي چند ماه نگهداري كرد.

طرز استفاده:

براي نگاهدري مارچوبه آنرا در پارچه هاي مرطوب ببنديد و در يخچال قرار

دهيد زيرا گرما و خشكي آنرا از بين ميبرد .
مارچوبه را نيز مي توان در سالاد ريخت و يا از آن سوپ تهيه كرد .
مورد ديگر استفاده از مارچوبه غير از پختن آن بصورت دم كرده آن است .
دم كرده مارچوبه را به اين صورت تهيه كنيد :
چند شاخه مارچوبه را در داخل يك ليتر آبجوش بريزيد و مقدري هم رازيانه و جعفري به آن اضافه كنيد و بگذاريد مدت پنج دقيقه دم بكشد . از اين دم كرده بمقدر دو تا سه فنجان در روز براي تسكين و آرامش قلب استفاده كنيد .
مضرات : مارچوبه را نبايد آنهايي كه مبتلا به ورم مجاري ادرار هستند و يا اشخاص عصبي مصرف كنند . مارچوبه همچنين براي مبتلايان به رماتيسم و سنگ كليه خوب نيست .
منابع :
مارچوبه http://www.iranmania.com
گياه مارچوبه http://daneshnameh.roshd.ir
از مارچوبه چه مي‌دانيد؟ http://www.sabziran.ir
مارچوبه «داروئي» http://daneshnameh.roshd.ir

# ميخك

درخت ميخك بومي جزائر اندونزي و اقيانوسيه است و بعلت زيبايي خاصي كه درد امروز در بيشتر نقاط دينا بعنوان درخت زينتي پرورش داده مي شود . البته در مناطق سردسير اين گياه در گلخانه و گرم خانه نگهدري مي شود .در قديم الايام ميخك ادويه اي گران قيمت بوده كه تنها پادشاهان و ثروتمندان مكي توانستند از آن استفاده كنند

ميخك درختي است كوچك و مخروطي شكل كه برگهاي آن هيچ وقت زرد نمي شود ودر تمام طول سال سبز است . ارتفاع اين درخت تا 10 متر مي رسد . برگهاي آن نوك تيز و بيضوي و دم برگهاي آن قرمز رنگ است و به درخت زيبايي مخصوصي مي دهد

گلهاي ميخك كوچك و مجتمع بصورت خوشه هايي شامل 10 تا 25 گل مي باشد .

وجه تسميه اين درخت بدين دليل است كه غنچه هاي خشك شده آن كه كوچك و بطول يك سانتي متر است بشكل ميخ كوچك مي باشد .

تركيبات شيميايي

غنچه هاي درخت ميخك پس از باز شدن يعني قبل از اينكه رنگ خاكستري و ارغواني آن تبديل به قرمز شود بايد چيده و خشك نمود . ميخك كه بعنوان ادويه و دارو بكار مي رود پودر اين غنچه ها مي باشد .

ميخك داراي 16 درصد و ساقه هاي درخت در حدود 5 درصد و برگهاي آن داراي 2 درصد اسانس روغني مي باشد كه از تقطير اين قسمت ها بدست مي آيد .

اسانس ميخك داراي بوئي قوي وطعمي سوزاننده مي باشد .اين اسانس سفيد رنگ بوده كه اگر در مجاورت هوا قرار گيرد رنگ آن تيره و غليظ مي شود .

اسانس ميخك داراي اوژنول كاربو فيلين ، الكل بنزيليك ، بنزوات دو متيل ، فورفوول و اتيلن مي باشد .

اوژنول كه ماده اصلي ميخك مي باشد آرام كننده و ضد عفوني كننده است و از آن در دندانپزشكي براي آرام كردن درد دندان استفاده مي شود .

خواص درماني ميخك

در اسناد و مدارك طب سنتي چين اولين نشانه‌هاي شناخت درخت ميخك به دوران امپراطوري هان در چين برمي‌گردد (?? سال قبل از ميلاد مسيح) و يا نام ادويه زبان جوجه نام برده شده استاسناس ميخك در صنعت عطرسازي استفاده مي‌شود. طبق تحقيقات انجام شده روغن ميخك با مهار مسيرهاي سيكلواكسژناز در بيماري‌هاي التهابي موثر است.

اوژنول كه ماده موثره اصلي ميخك مي‌باشد خواص ضد دردي مناسبي دارد به همين دليل در تركيبات ضد درد دندانپزشكي از آن استفاده مي‌كنند كه مزه خاص اين فرآورده كه همگي ما آن را تجربه كرديم ناشي از اوژنول مي‌باشد.
عصاره‌هاي آبي و اتانولي ميخك داراي اثرات ضد ميكروبي بر عليه استافيلوكوك طلائي مقام پني‌سيلين دارد و رشد باكتري‌هاي ايجادكننده پوسيدگي دندان نيز جلوگيري مي‌كند.
از خواص جالب ميخك اثرات ضدويروسي عصاره آبي آن در زخم‌هاي پوستي ناشي از ويروس هرپس مي‌باشد از نكات بارز درماني اوژنول اثر حفاظت كبدي آن مي‌باشد در تحقيقات باليني انجام شده خواص درماني ميخك در درمان درد و التهاب بيماري‌هاي دهان و دندان و نيز كاهش سردرد بيماران ثابت شده است.
مرجع علمي گياه درماني آلمان (كميسيون E) نيز اثرات ضددردي آن در دندان درد و رفع التهاب دهان و حلق را تأييد كرده است در طب سنتي هند نيز ميخك را براي رفع بدبوئي دهان، نفخ، دردهاي شكمي و مشكلات معده و حتي بيماري‌هاي چشم نيز به‌كار مي‌بردند.
? ميخك در طب سنتي ايران
در طب سنتي ايران ميخك را به‌عنوان قرنقر ياد مي‌كردند طبيعت آن را در سوم گرم و خشك مي‌دانسته، خاص پادزهر براي آن قائل بودند. ميخك مقوي ارواح و اعضاء رئيسه مي‌باشد و جهت تقويت ذهن فكر و رفع صدا، (سردرد) بلغمي و فالج (سكته مغزي) از ?ن بهره مي‌بردند. در طب سنتي ايران در جهت تقويت لثه و درد دندان بارد و رفع بدبوي دهان كاربرد داشته است. از ميخك در بيماري‌هاي گوارشي مانند فواق (سكسكه) وجشاء (آروغ) و بيماري‌هاي رحم و بيماري‌هاي تنفسي مانند سرفه استعمال مي‌شود.
خواص طبيعي گل ميخك:
خشك شده غنچه درخت از دو هزار سال بيش به عنوان ادويه به كار مي رفته است. از نظر طب قديم ايران ميخك خيلي گرم و خشك است و داراي خواص بسياري است.
ـ براي رفع دندان درد و گوش درد يك قطره از اسانس ميخك و يا روغن آن را روي دندان بماليد و يا در گوش بچكانيد.
ـ ميخك تقويت كننده مغز مي باشد و كساني كه حافظه ضعيف دارند بايد از دم كرده ميخك استفاده كنند.
ـ ميخك از سرطان جلوگيري كرده و حتي درمان كننده سرطان مي باشد.
ـ حالت تهوع و استفراغ را برطرف مي كند، بدين منظور مي توان 2 قطره از اسانس ميخك را در يك ليوان ريخت و نوشيد و يا از يك فنجان دم كرده

ميخك استفاده كرد.
خواص داروئي:
ميخك يعني خشك شده غنچه درخت ميخك از دو هزار سال پيش بعوان ادويه بكار مي رفته است . ميخك از نظر طب قديم ايران خيلي گرم و خشك است و داراي خواص بسياري است .
1)براي رفع دندان درد و گوش درد يك قطره از اسانس ميخك و يا روغن آنرا روي دندان بماليد و يا در گوش بچكانيد .
2)ميخك تقويت كننده مغز مي باشد و كسانيكه حافظه ضعيف دارند بايد از دم كرده ميخك استفاده كنند.
3)ميخك از سرطان جلوگيري كرده و حتي درمان كننده سرطان مي باشد .
4)براي رفع سردرد مفيد است
5)در برطرف كردن فلج و لقوه موثر است
6)ضعف اعصاب را درمان مي كند
7)براي رفع تنگي نفس مفيد است
8)كسانيكه مبتلا به بيماري وسواس هستند براي درمان آن بايد ميخك بخورند
9)مقوي معده و جهاز هاضمه است
10)كبد و كليه را تقويت مي كند
11)سكسكه را برطرف مي كند
12)براي تقويت نيروي جنسي سرد مزاجان مفيد است بدين منظور بايد 2 گرم از پودر ميخك را با شير مخلوط كرده و هر روز بمدت يك هفته از آن استفاده كرد
13)كسانيكه قطره قطره ادرار مي كنند براي درمان آن بايد چاي ميخك بنوشند
14)ميخك اشتهاآرو است
15)بدن را تقويت مي كند
16)براي ترميم قرنيه چشم و برطرف كردن لكه در چشم ، مي توان چند قطره از محلول آبي ميخك در چشم بچكانيد .
17)ميخك تب بر است
18)ميخك كرم كش است و داروهاي كرم كش داراي ميخك مي باشند
19)براي گردش خون و قلب مفيد است
20)اسهال و دل درد را تقويت مي كند
21)براي درمان كمردرد ، چاي ميخك و يا دو قطره اسانس ميخك را با آب گرم و يا چاي مخلوط كرده و بنوشيد .
22)نوشيدن يك فنجان چاي ميخك بعد از غذا گاز و درد معده را از بين مي

برد
23)استفاده از ميخك گرفتگي عضله را از بين مي برد
طرز استفاده :
براي تهيه چايي يا دم كرده ميخك مقدر 10 گرم ميخك را با يك ليتر آب جوش مخلوط كرده و بمدت 5 دققيه دم كنيد.
مضرات ميخك:
همانطور كه گفته شد ميخك بسيار گرم است، بنابراين براي گرم مزاجان مناسب نيست و ممكن است باعث ناراحتي كليه و روده ها شود. اين گونه افراد بايد ميخك را با صمغ عربي مخلوط كرده و بخورند.
منابع :

ميخك http://www.parsiteb.com
خواص دارويي گل ميخك http://www.persianv.com
نگاهي به خواص ميخك http://aftab.ir
ميخك «داروئي» http://daneshnameh.roshd.ir
خواص دارويي گل ميخك http://www.aghlam.com
خواص ميخك http://www.aghlam.com
ميخك Clove http://www.money58.netfirms.com

خواص موز

ميوه ي موز مخصوص مناطق استوايي و گرمسيري است كه اخيراً با تلاش مستمر كشاورزان , در ايران نيز پرورش داده مي شود . درخت موز با تنه اي بزرگ كه گاهي قامت آن به سه متر و عرض آن ?? سانتي متر مي شود جزو گياهان علفي به حساب مي آيد موز داراي انواع و اقسامي مي باشد و يك نوع نا مرغوب آن داراي هسته است . موز در صورت رسيده بودن عطري مطبوع دارد - خوش طعم و شيرين است و داراي ويتامين آ , ب و ث و هشتاد درصد قند مي باشد و نيز داراي آهن و فسفر و پتاس و سديم مي باشد ولي قند آن خوب نيست و مبتلايان به يبوست نيز نبايد آن را مصرف كنند- موز يك ميوه خون ساز است براي چاق شدن مي توانيد از موز استفاده كنيد و اگر مبتلا به شوره ي سر هستيد مي توانيد موز را انتخاب كنيد . در پوست آن خواص بسياري نهفته است . خاكستر آن براي بند آوردن خونريزي مفيد است . ميوه آن نرم و بسيار مغزي است و قدرت غذاي آن از غذاي سيب زميني بيشتر است . موزداراي فلزاتي مانند آهن , فسفر , منيزي , پتاسيم , سديم و روي است ولي از نطر چربي چون كلسيم , سلولز و . . . فقير است .
افرادي كه مبتلا به بيماري آلبومين هستند مي توانند موز را همراه غذاي مناسب ديگر ميل نمايند . و چون فاقد مواد سفيده اي(آلبومين) است براي آن ها مفيد مي باشد و افرادي كه مبتلا به بيماري مرض قند هستند بهتر است از موز استفاده نكنند . بيشتر افراد از خوردن موز حساسيت دارند . و زبان آن ها ورم و جوش مي زند به اين اشخاص توصيه مي شود كه پس از خوردن موز بلافاصله يك ميوه ي ترش , آب ميوه ميل نمايند . موز يكي از ميوه هاي مفيد و خون ساز است و باعث زيبايي چهره مي شود ..
كسي كه بخواهد چاق شود موز بخورد .
موز گياهي است علفي كه مانند درختچه است . برگهاي آن بسيار بزرگ و پهن و گاهي تا 2 متر مي رسد . گلهاي آن مجتمع و بصورت سنبله است ميوه آن ابتدا سبز و بعد از رسيدن برنگ زرد در مي آيد .
موز از چهار هزار سال قبل در هندوستان كشت مي شده است . در سال 1482 پرتغاليها موز را در سواحل گينه پيدا كردند و به جزائر قناري بردند و سپس بوسيله ميسيونر مذهبي اسپانيولي به نواحي قاره آمريكا برده شد و اكنون موز در تمام مناطق گرمسير دنيا كشت مي شود .
موز را هنگاميكه هنوز سبز است از درخت مي چينند و به مناطق مختلف مي فرستند و در آنجا بوسيله گرما دادن آنرا مي رسانند .
موز انواع مختلف دارد يك نوع آن بسيار درشت و نوعي از آن هم خيلي

ريز است كه مزه شيريني دارد .
در كشورهاي استوايي معمولا موز را مي پزند و همراه با برنج و لوبيا مي خورند در كشورهاي آمريكاي لاتين موز را ورقه ورقه كرده و در آفتاب خشك مي كنند
هنگاميكه موز انتخاب مي كنيد بايد پوست آن زرد و سفت و روي آن لكه هاي سياه وجود داشته باشد و اين نشانه موز رسيده است . موز نارس بدليل داشتن نشاسته زياد هضمش سنگين است .
در موز چند ماده شيميايي بسيار مهم مانند سروتونين ، نوروپي تفرين ، دوپامين و كاته چولامين وجود دارد .
تركيبات شيميايي:
قندي كه در موز وجود دارد بسرعت قابل جذب استدر صد گرم موز مواد زير موجود است .
انرژي 100 كالري
آب 70 گرم
پروتئين 0/8 گرم
چربي 0/2 گرم
قند 6/5 گرم
كلسيم 8 ميلي گرم
فسفر 25 ميلي گرم
آهن 0/7 ميلي گرم
سديم 1 ميلي گرم
پتاسيم 370 ميلي گرم
ويتامين آ 190 واحد
ويتامين ب1 0/05 ميلي گرم
ويتامين ب 2 0/06 ميلي گرم
ويتامين ب 3 0/07 ميلي گرم
ويتامين ث 10 ميلي گرم
در موز چند ماده شيميايي بسيار مهم مانند سروتونين ، نوروپي تفرين ، دوپامين و كاته چولامين وجود دارد .
خواص داروئي:
موز از نظر طب قديم ايران معتدل و تر است و خون را غليظ مي كند .
موز انرژي زيادي درد و چون نرم هست غذاي خوبي براي كودكان و اشخاص مسن مي باشد.
بدليل داشتن پتاسيم زياد ضد سرطان بوده و غذاي خوبي براي ماهيچه ها مي باشد.
موز ملين بوده و همچنين درمان اسهال و اسهال خوني است.

موز خونساز است بنابراين اشخاص لاغر و كم خون حتما بايد موز بخورند.
موز تقويت كننده معده و نيروي جنسي است.
موز درمان زخم معده و روده مي باشد.
گرد موز همچنين داروي خوبي براي پائين آوردن كلسترول است.
شيره گلهاي موز درمان كننده اسهال خوني است.
جوشانده موز اثر قطع خونريزي دارد.
ضماد برگ درخت موز براي درمان و سوختگي مفيد است.
ريشه موز دفع كننده كرم معده است.
موز نفاخ است و زيادخوردن آن خصوصا در سرد مزاجان توليد گاز معده مي كند براي رفع اين عارضه بايد پس از موز كمي نمك خورد.
موز تاثير خوبي در تامين رشد و تعادل سيستم اعصاب دارد.
براي درمان ضعف بدن موز را با عسل بخوريد.
موز مدر است.
موز بعلت درا بودن قند زياد براي مبتلايان به مرض قند مضر است و نبايد در خوردن آن افراط كنند.
موز به افرادي كه داراي فشار خون بالايي هستند كمك مي كند همچنين خطر حملات قلبي را كاهش مي دهد. موز بهبود دهنده زخم مزمن معده و كاهش دهنده كلسترول مي باشد. ماده معجزه آسا موجود كه در موز سيستم گردش خون را تنظيم مي كند پتاسيم است. به عنوان مثال در مطالعه 859 نفر مرد و زن كه به وسيله دانشگاه Sandiago كاليفرنيا و دانشگاه كمبريج انگلستان انجام شد تحقيقات نشان داد كه افرادي كه روزانه از غذايي كه داراي پتاسيم بالايي هستند استفده مي كنند مثل موز 40% كمتر خطر ابتلا به حمله قلبي را دارند .
تحقيق ديگري نشان داد كه كساني كه به طور روزانه به جيره غذايي خود پتاسيم اضافه مي كنند ضمن اينكه از حملات قلبي جلوگيري مي شود. بلكه باعث كاهش خون نيز مي گردد.
اثر پتاسيم خيلي قوي است دانشمندان مي گويند افزودن پتاسيم به غذاي روزانه افراد باعث پايين آمدن فشار خون مي شود و وقتي كه پتاسيم را از جيره غذايي حذف مي نمايند فشار خون بالا مي رود.
تحقيقاتي كه در دانشگاه Temple فيلا دلفيا انجام شد نشان مي دهد كه حذف پتاسيم از غذاي 12 نفر كه فشار خون بالاتر داشتند بعد از 10 روز فشار خونشان بالاتر رفته است. چه مقدار پتاسيم بايد به غذا افزود ؟ بررسي كه در دانشگاه Naples ايتاليا انجام شده نشان مي دهد كه 81 % افرادي كه فشار خون بالايي دارند اگر از 3 الي 6 جيره غذايي كه پتاسيم بالا دارند مثل موز استفاده كنند ميزان دارو درماني آنها به نصف و در بعضي ها كاملا قطع گرديده است.

درمان طبيعي زخم معده
تحقيقات نشان مي دهد كه اثر موز بر روي زخم بيشتر از داروهاي گران قيمت است كه به وسيله پزشك تجويز
مي شود.بررسي هاي آزمايشگاهي و بررسي روي حيوانات نشان مي دهد كه موز يك ماده حفاظت كننده مي باشد. هر چند تحقيقات كاملتري لازم مي باشد تا به عمل يك تكه موز در سيستم هاضمه پي برد. تحقيقات انجام شده در كالج Kastuba هند نشان مي دهد كه عامل شيميايي موجود در موز به نام Protease Inhibitor واقعا باكتري عامل اولسر را متوقف مي كند. محققين ديگر در دانشگاه New England در استراليا نشان مي دهد كه موز از برگشت اولسر جلوگيري مي نمايد همان طوري كه داروهاي گران قيمت اين كار را انجام مي دهد عوارض جانبي نيز ندارد.
رمز اين تحقيقات اين بود كه اين موزها كاملا رسيده و قهوه اي بودند در اين مرحله موز ماده اي توليد مي كند كه همان لايه پوششي توليد شده در معده است كه بر اثر اسيد معده كاهش پيدا مي كند.
در طول اين مدت محققين اثرات درماني ديگر موز را نيز دنبال نموده اند. در تحقيقي كه بر روي حيوانات در دانشگاه Kerala در هند انجام شد معلوم گرديد كه موز نرسيده خشك شده سطح LDL كلستورل را كاهش مي دهد كه اين نوع كلسترول نوع مضر كلسترول مي باشد كه باعث انسداد رگها مي شود و از تغييرات شيميايي بين عضلات قلب كه خود مي تواند عامل بيماري Cardio Vascular گردد جلوگيري كند. تحقيق ديگري در New Dehli نشان مي دهد كه پودر موز خشك شده مي تواند درد را كاهش دهد.
مضرات :
مضرات خاصي گفته نشده است .
منابع :
موز «داروئي» http://daneshnameh.roshd.ir
موز http://www.iranmania.com
موز Banana http://www.money58.netfirms.com
موز http://www.parsiteb.com
خاصيت هاي موز http://aftab.ir

# آووكادو

بر خلاف باور عام، آووكادو يك ميوه نيست، بلكه يك سبزي سرشار از مواد مغذي و اسيدهاي چرب مورد نياز براي بدن است. در واقع آووكادو يك نوع سبزي چرب است (يك آووكادوي متوسط حاوي حدود 30 گرم چربي است).
آووكادو داراي انواع مختلفي است، يك نوع آن سبز و براق است و چربي كمي دارد و وزني در حد 900گرم دارد.
انواع متوسط آن گلابي شكل هستند از نظر نوع روغن بسيار شبيه به زيتون است (يعني دارنده اسيد چرب ضروري مورد نياز بدن كه بدن قادر به ساخت آن نيست و بايد از منابع غذايي دريافت شود).
اين چربي از نوع مفيد است كه نه تنها تاثيري در افزايش كلسترول بدن ندارد، بلكه باعث كاهش ميزان كلسترول خون نيز مي شود.
تحقيقات باليني نشانگر آن است كه مصرف آووكادو در افراد با كاهش چشمگيري در ميزان كلسترول خون آنها، همراه بوده است.
همچنين آووكادو حاوي ميزان زيادي پتاسيم است كه مصرف پتاسيم نقش بسيار ارزنده اي در كاهش فشار خون بازي مي كند. همچنين يكي از عوامل بسيار تاثيرگذار در بهبود خون مردگي هاي زيرپوست (كبودي ها) پس از جراحي هاست.
همچنين حاوي اسيدفوليك (عامل درمان گر انواعي از كم خوني) است و مصرف اين سبزي مي تواند جبران كننده كمبود اين ماده مغذي باشد.
از ساير مواد مغذي موجود در آووكادو مي توان به ويتامين هاي A، C، E و ويتامين هاي B6 و B5 اشاره كرد.
بايد ذكر كنم ويتامين B5 موجود در آن بر پوست و طراوت و شادابي آن اثر خاصي دارد، مانع خشكي بيش از اندازه و پوسته پوسته شدن پوست است و بهبودي زخم را مخصوصاً بعد از جراحي، تسريع مي كند.
همچنين حاوي مس است كه براي استحكام ناخن ها و مو و حفظ رنگ آنها ضرورت دارد.
ميزان مصرف آووكادو در كشور ما بسيار پايين است، اما استفاده از آن به دليل دارا بودن مواد مغذي بي شمار بسيار توصيه مي شود.
آووكادو را بايد خام مصرف كرد، زيرا پس از پختن مزه تلخي به خود مي گيرد. به نظر مي آيد كه اولين بار آووكادو در ايران امروز و آمريكاي جنوبي كشت داده مي شده است و سپس به ديگر نقاط جهان برده شده است.
درختان آوكادو متعلق به نواحي استوايي و نيمه استوايي مي‌باشند كه با

تعدادي استثنا ، در مناطقي كه نسبتا فاقد سرما هستند سازگار مي‌شوند. مكزيك بزرگترين توليد كننده آوكادو در جهان محسوب مي‌شود. توليد تجاري اين ميوه در آمريكا كه دومين توليد كننده عمده اين ميوه مي‌باشد تقريبا به فلوريدا و كاليفرنيا محدود مي‌شود. همچنين مقادر بسياري كمي از اين ميوه در تگزاس و هاوايي توليد مي‌شود. فصول متناوب رويش گونه‌هاي مختلف اين ميوه در فلوريدا و كاليفرنيا باعث شده تا تقريبا در تمام سال اين ميوه را داشته باشيم و قيمت آن در ماههاي تابستان به پايين‌ترين حد خود مي‌رسد .

گزينش و نگهداري

بيشتر آوكادويي كه شما در بازار مي‌بينيد سفت و نرسيده هستند چون احتمال فساد و خرابي آنها كمتر است. زماني كه آوكادو خيلي سفت است براي رسيدن به چند روز زمان نياز دارد اما آوكادويي كه با كمي فشار فرو رود، پخته است . اگر فشردن اين ميوه گودالهاي بزرگي در سطح آن ايجاد نمايد نشان‌دهنده پخته بودن بيش از حد ميوه است كه در اين صورت براي پورا مناسب مي‌باشد. آوكادوي سفت و نپخته بايد دردماي اتاق نگهداري شود و معمولا براي رسيدن به سه تا شش روز زمان نياز است . آوكادو را به همراه يك عدد سيب ، موز ، گوجه فرنگي يا گلابي داخل پاكت كاغذي بگذاريد اين ميوه‌ها توليد گاز اتيلن مي‌كنند كه فرآيند رسيده شدن آوكادو را تسريع مي‌كند. هرگز آوكادو را داخل يخچال نگذاريد زيرا با اين كار هرگز رسيده نمي‌شوند. آوكادوي رسيده بايد حداكثر مدت يك هفته در يخچال نگهداري شود. آوكادوي خوب درشت است و مقدار زيادي رطوبت دارد. اگر پوست آن شكسته نشوند خود ميوه آسيب نخواهد ديد .

گونه هاي آووكادو

در فلوريدا و كاليفرنيا گونه‌هاي مختلفي از آوكادو رشد مي‌كند كه داراي پوست سبز روشن تا سياه هستند كه بعضي از آنها داراي بافت صاف و بعضي ديگر زبر مي‌باشند و اندازه آنها از چند اونس تا چندين پوند متفاوت است. مقدار چربي گونه‌هاي كاليفرنيا به ميزان قابل ملاحظه‌اي بيشتر بوده و بنابراين خامه‌اي‌تر و خوش طعم‌تر از آوكادوهاي درشت فلوريدا هستند كه محتوي آب ، چربي كمتر و لذا طعم بي‌مزه‌تري مي‌باشند .

گونه هاي كاليفرنيا

آوكادوهاي Bacon : اندازه متوسط دارند شكل آنها بيضي و داراي پوستي نازك ، سبز و نرم و گوشتي سبز- زرد مي‌باشند .

آوكادوهاي Fuerte : پوستي نازك ، نرم و سبز تيره دارند و شكل آنها شبيه گلابي با گوشتي خامه‌اي به رنگ سبز روشن مي‌باشد كه تا وزن يك پوند ديده مي‌شوند .

آوكادوهاي Gwen : از نظر طعم ، ظاهر و بافت شبيه انواع Hass هستند

فقط اندازه آنها بزرگتر است. رنگ پوست آنها در زمان رسيدن نيز سبز باقي مي‌ماند. پوست سبز ، زبر و ضخيم است اما گوشتي خامه‌اي و قابل انعطاف به رنگ سبز – طلائي دارند .
آوكادوهاي Hass : معروف‌ترين گونه كاليفرنيا محسوب مي‌شود كه در طول سال وجود دارند. پوست آنها در زمان رسيده سياه و زبر است و يك پوند وزن دارند . شكل آنها بيضي و اندازه آنها از متوسط تا درشت است.
آوكادوهاي Pinkerton : درشت هستند و شكل آنها مانند گلابي دراز است پوست آنها سبز رنگ با ضخامتي متوسط است كه قدري زبر هستند . گوشت آن خامه مانند به رنگ سبز روشن است.
آوكادوهاي Reed : درشت و گرد هستند و داراي پوستي به رنگ سبز تيره و تاحدي زبر مي‌باشند . گوشت اين گونه از آوكادو روغني است.
آوكادوهاي Zutano : درشت بوده و پوستي صيقلي به رنگ سبز- طلائي دارند و شكل آنها مانند گلابي است كه گوشتي به رنگ سبز كم‌رنگ و بافت نرم دارا مي‌باشد .
گونه هاي فلوريدا
گونه‌هايي كه در فلوريدا كشت مي شوند از انواع غرب هند يا پيوندي Guatemalan و غرب هند هستند . مهمترين آنها از نظر تجاري ، Booth8 ، Hall, Lula, Monroe, Pollock Choquette و Simmonds مي‌باشند .
آوكادوهاي Lula ريز تا متوسط و شبيه گلابي هستند كه گاهي اوقات داراي يك گرده هستند . پوست آنها تقريبا نرم و گوشتي كم‌رنگ تا زرد مايل به سبز دارند .
تركيبات شيميايي
آووكادو چرب است و داراي اسيدهاي آمينه مختلف مانند سيستين ، تريپتوفان ، و تيروزين مي‌باشد. در تحقيقات جديدي كه انجام شده وجود چند نوع آنتي بيوتيك در آووكادو ثابت شده است. دانه گياه داراي مقدار كمي روغن است. اين روغن غليظ و سفت و به رنگ زرد مايل به سبز بوده كه دراي بو و طعمي مطبوع است. روغن دانه آووكادو داراي حدود 7 درصد روغنهاي اشباع شده مانند اسيد پالمتيك Palmitic و اسيد استئاريك Steraric Acid اسيد آراشيديك Arachidic Acid ، اسيد ميريستيك Myristic Acid و در حدود 80 درصد روغنهاي اشباع نشده مانند اسيد اولئيك Oleic Acid و اسيد لينولئيك Linoleic Acid مي‌باشد.
در يكصد گرم آووكادو مواد زير موجود است :
آب ?? گرم
انرژي ??? كالري
پروتئين ?/? گرم
چربي ?? گرم

مواد نشاسته اي ? گرم
كلسيم ? ميلي گرم
فسفر ?? ميلي گرم
آهن ?/? ميلي گرم
پتاسيم ??? ميلي گرم
ويتامين آ ??? واحد
ويتامين ب ? ?/?? ميلي گرم
ويتامين ب ? ?/?? ميلي گرم
ويتامين ب? ?/? ميلي گرم
ويتامين ث ?? ميلي گرم
خواص داروئي
• جوشانده برگهاي آووكادو قاعده آور است.
• آووكادو تقويت كننده معده است.
• نفخ و گاز معده را از بين مي‌برد.
• براي درمان يرقان مفيد است.
• جوشانده برگهاي آووكادو اسهال خوني را برطرف مي‌كند.
• آووكادو تقويت كننده بدن است.
• آووكادو رشد بچه‌ها را جلو مي‌اندازد زيرا داراي مواد معدني بسياري است.
• آووكادو خون ساز است و آنهايي كه مبتلا به كم خوني هستند بايد از آووكادو استفاده كنند.
• آووكادو بدن را قلياي كرده و تميز مي‌كند.
• چون آووكادو شكر و مواد نشاسته‌اي كمي دارد براي آنهايي كه بيماري قند دارند نيز مناسب است.
• براي دوره نقاهت به مريض آووكادو بدهيد. ضعف عمومي را برطرف مي‌كند.
• خستگي را برطرف مي‌كند.
• ناراحتي روده و معده را معالجه مي‌كند.
• بي‌خوابي را درمان مي‌كند زيرا داراي تريپتوفان است. اگر به كم خوني دچار هستيد حتما با شام خود آووكادو بخوريد.
• براي درست كردن سس سالاد از آووكادو استفاده كنيد.
• روغن آووكادو داراي ويتامينهاي مختلف مانند A ، B ، D، E ، H ، K ، C مي‌باشد. بنابراين ارزش غذايي زيادي دارد.
• روغن آووكادو ضد رماتيسم است و اگر مفاصل شما درد مي‌كند آنرا با روغن آووكادو ماساژ دهيد.
• براي جلوگيري از ريزش مو ، هر شب مقداري از روغن آووكادو را به

سر بماليد و صبح بشوئيد.
• شوره سر را از بين مي‌برد.
• براي براق شده موها ، بعد از شستشوي سر چند قطره آووكادو را به موها بماليد.
• روغن آووكادو بهترين كرم براي پوست است زيرا به آساني در پوست نفوذ مي‌كند و به پوست شادابي مي‌دهد.
• آووكادو بهترين ماسك براي برطرف كرده چين و چروكهاي صورت و جلوگيري از پيدايش آن است. براي اين منظور آووكادو را پوست كنده و له كنيد و به صورت ماسك بر روي صورت و گردن بگذاريد و بعد از نيم ساعت بشوئيد.

مضرات :

مضرات خاصي گفته نشده است .

منابع :

آووكادو http://www.mprn.ir
آووكادو «داروئي» http://daneshnameh.roshd.ir
آووكادو Avocado http://www.irteb.com
آووكادو http://orkidekhademian.blogfa.com
آووكادو ، سبزي چرب ضد كلسترول http://omomi.mihanblog.com
آووكادو http://www.afghanpen.com

سنبل الطيب

سنبل الطيب گياهي است علفي و چند ساله كه ساقه آن بطور عمودي تا ارتفاع دو متر بالا مي رود . اين گياه بصورت وحشي در جنگل هاي كم درخت ، در حاشيه جويبارها و گودال ها در بيشتر مناطق آسيا و ايران مي روید .
سنبل الطيب داراي بويي مطبوع است و گربه بوي اين گياه را از فاصل دور تشخيص داده بطرف آن يم رود و در اطراف آن به جست و خيز مي پردازد و از بوي آن مست مي شود.
گلهاي سنبل الطيب برنگ سفيد يا صورتي و بصورت خوشه اي مي باشد .
قسمت مورد استفاده اين گياه ريشه آن است و معمولا از ريشه گياهي كه بيش از سه سال عمر دارد استفاده مي شود .
سنبل الطيب پس از خشك شدن برنگ قهوه اي در مي آيد . طعم آن تلخ ولي خوشبو و معطر است . عطر آن پس از خشك شدن بيشتر مي شود .

- نام فارسي : سنبل الطيب
- نام علمي : Valeriana officinalis
- نام نگليسي : Valerian
- خانواده : Valerianaceae
- سيكل زندگي : چند ساله
- ماندگاري اقتصادي : 2 سال
- روشهاي تكثير : بذر ، تقسيم بوته
- اندام مورد استفاده : ريشه
- تاريخ برداشت : پاييز
- فواصل كاشت : 50×25 سانتي‌متر
- تاريخ گلدهي : اوايل خرداد ماه
- ارتفاع تقريبي گياه : ارتفاع 150 ـ 60 سانتي‌متر (برحسب منطقه)
- خواص عمده داروئي : آرام بخش ، ضد اضطراب

تركيبات شيميايي:
ريشه سنبل الطيب حاوي 1% اسانس است . اين اسانس درريشه تازه بيشتر است و به تدريج كه ريشه خشك مي شود مقدار اسانس آن كاهش يافته ولي بوي آن قوي تر مي شود . اسانس تازه برنگ سبز مايل به زرد است ولي در اثر ماندن غليظ ميشود .
آثار دارويي ريشه تازه آن سه برابر خشك شده آن است . سنبل الطيب بايد در حرارت كم خشك شود و در حرارت بالا تمام اثر دارويي آن از بين مي رود .

خواص داروئي:
ريشه سنبل الطيب از نظرطب قديم ايران گرم و خشك است خواص مهم آن به شرح زير مي باشد
1)اثر ضد تشنج دارد
2)در رفع ناراحتي هاي عصبي و هيستري مفيد است
3)ضد اسپاسم و آرام بخش است
4)تب بر است
5)در معالجه صرع اثر مفيد دارد
6)بيخوابي را درمان مي كند
7)ضد كرم معده و روده است
8)گاز معده را از بين مي برد
9)ضد هيجان است
10)ميگرن را برطرف مي كند
11)سرددرهاي ناشي از سيگار كشيدن و مصرف الكل را رفع مي كند
12)براي برطرف كردن دلهره ف تشويش و نگراني مفيد است
13)در درمان بيماري ماليخوليا اثر مفيد دارد
14)در برطرف كردن درد سياتيك موثر است
15)درد معده را برطرف مي كند
16) سكسكه مداوم را از بين مي برد
17)تقويت كننده نيروي جنسي است
18)ترشح ادرار را زياد مي كند
19)درد سينه را برطرف مي كند
20)استفراغ را برطرف مي كند
21)دهان را خوشبو مي كند
22)در معالجه مرض قند موثر است
23)گرد سنبل الطيب را روي زخم ها بپاشيد ا التيام يابند
24)براي اختلالات يائسگي و عادت ماهيانه مفيد است
25)داشتن منگنز كه براي درمان سفيدي مو از آن استفاده مي شود.
مقدار و زمان مصرف :
تعيين يك مقدار مشخص براي مصرف اين گياه، كار مشكلي است، اما در منابع مختلف علمي درباره گياهان دارويي، چيزي حدود 1 تا 10 گرم است.
اگر از عصاره تغليظ شده ريشه گياه سنبل الطيب(آن چه به طور معمول در قرص ها و كپسول ها وجود دارد و داراي حداقل 5/0 درصد روغن هاي فرّار است) براي درمان بيماري بي خوابي استفاده مي كنيد، بايد آن را حدود 30 تا 60 دقيقه قبل از خواب مصرف نماييد.
فرآورده هاي خشك شده ريشه اين گياه كه به صورت 5/1 تا 2 گرمي

هستند، نيز بايد 30 تا 60 دقيقه قبل از خواب مصرف شوند.
برخي نيز اين گياه را با بادرنجبويه، رازك، گل ساعت و اسكالكَپ(در طب چيني كاربرد دارد) تركيب كرده و مصرف مي كنند. مصرف تازه اين گياه بهتر و موثرتر از مصرف ريشه خشك آن است.
اثرات جانبي :
تحقيقات مختلف نشان مي دهد كه اين گياه هيچ گونه اثر مخربي روي توانايي افراد براي رانندگي و كار با ماشين آلات مختلف ندارد. تنها مورد گزارش شده، حمله قلبي شديد در مردي بود كه ساليان دراز از سنبل الطيب به ميزان 5 تا 20 برابر مقدار توصيه شده مصرف مي كرده است و آن را به طور ناگهاني كنار گذاشته بود.
به هر حال، هنگامي كه سنبل الطيب بر اساس مقدار توصيه شده مصرف شود، منجر به اعتياد و وابستگي به آن نخواهد شد.
در مورد ديگري كه در يك دانشجوي 18 ساله كه قصد خودكشي داشت مشاهده شد، تنها علائم گزارش شده عبارت بودند از خستگي مفرط ، درد شكمي، رعشه و لرزش در دست ها و پاها. اين فرد از 000/20 ميلي گرم ريشه سنبل الطيب استفاده كرده بود كه چيزي در حدود 40 تا 50 برابر مقدار توصيه شده است.
به نظر نمي رسد كه مصرف سنبل الطيب قبل از خواب موجب ايجاد مشكل در هوشياري و تمركز فرد در صبح شود.
با اين كه تا كنون دلايل شناخته شده اي براي منع مصرف اين گياه در بارداري و شيردهي گزارش نشده است، اما بي خطر بودن آن نيز به اثبات نرسيده است. بنابراين بايد در مصرف آن احتياط كرد.
تداخل دارويي :
هنوز تداخل دارويي شناخته شده اي براي مصرف معمولي اين گياه ذكر نشده است.
طرز استفاده:
1)گرد سنبل الطيب : ريشه سنبل الطيب را خرد كرده و در حرارت 40 درجه خشك كنيد . سپس آنرا آسياب كنيد و از الك ريز در كنيد . يان گرد بعنوان ضد تشنج بكار مي رود . مقدار مصرف آن 5-10 گرم در ورز است .
2) مخلوط سنبل الطيب : 4 گرم گرد ريشه سنبل الطيب را با 4 گرم رازيانه و 4 گرم قند سائيده و مخلوط كنيد اين مخلوط را چهار قسمت كرده و در طول روز بفواصل مساوي بخوريد .
3)تنطور والريان : 100 گرم ريشه سنبل الطيب را خرد كرده و در نيم ليتر الكل طبي 60 درجه بريزيد و بگذاريد بماند . هر ورز چند بار انرا بهم بزنيد و پس زا 15 روز آنرا صاف كرده و در شيشه دربست نگهداري كنيد

.مقدار مصرف آن 10-30 قطره مي باشد.
مضرات :
چون سنبل الطيب براي كليه مضر است بايد آنرا با كتيرا خورد .
در صورتي كه تمايل به پرورش اين گياه داريد اين بخش را مطالعهكنيد :
نياز اكولوزيكي
سنبل الطيب در طول رويش به هواي معتدل و آب نسبتا زيادي نياز دارد. اين گياه را در مناطقي با بارندگي سالانه بين 600 تا 700 ميلي متر مي توان كشت كرد. بذر سنبل الطيب در دماي 18 تا 20 درجه سانتي گراد و در حضور نور و رطوبت كافي جوانه ميزند. تاريكي مانع رويش بذر گياه مي شود. سنبل الطيب را در خاكهايي با بافت متوسط، حاصلخيز و غني از تركيبات و مواد هوموسي و بازه كشي مناسب بايد كشت كرد. ضخامت زياد سطح الارض سبب گسترش و توسعه ريشه و نيز سبب افزايش عملكرد آن مي شود. آب ايستائي براي سنبل الطيب مناسب نيست و سبب كاهش عملكرد ريشه و مواد موثره آن مي شود. خاكهاي سنگين و بسيار مرطوب براي كشت گياه مناسب نيست.
آماده سازي خاك
آماده سازي خاك به زمان و روش كشت سنبل الطيب بستگي دارد. چنانچه اين گياه در فصل پائيز كشت شود بايد پس از برداشت محصول قبل هنگام آماده سازي خاك 15 تا 20 تن در هكتار كود حيواني كاملاً پوسيده به زمين اضافه نموده، شخم متوسط زده شود. در صورت لزوم با اضافه كردن 40 تا 50 كيلوگرم در هكتار اكسيد فسفر، 20 تا 30 كيلوگرم اكسيد پتاس و 30 تا 40 كيلوگرم در هكتار ازت به خاك بايد ديسك مناسبي به منظور شكستن كلوخه ها زده شود و سپس زمين تسطيح و براي كشت گياه آماده گردد. چنانچه سنبل الطيب در فصل بهار كشت شود از انجام اعمالي كه سبب كاهش رطوبت خاك شود بايد خودداري نمود.
تاريخ و فواصل كاشت
سنبل الطيب را با هر گياهي به تناوب مي توان كشت نمود ليكن چنانچه در فصل پائيز به انتقال نشاء هاي سنبل الطيب به زمين اصلي اقدام شود، بهتر است با گياهاني مانند غلات، خردل، نخود و سبزيجات به تناوب كشت گردد ولي اگر در فصل بهار به انتقال نشاء اقدام شود بهتر است با گياهان وجيني به تناوب كشت شود. سنبل الطيب نسبت به گشت مداوم در يك زمين بسيار حساس است و تكرار كشت آن در يك زمين پس از دو تا سه سال امكان پذير است. تاريخ كشت گياه به شرايط آب و هوائي محل رويش بستگي دارد. زمان مناسب براي كشت مستقيم اوايل بهار است در اينصورت بذرها مستقيماً در زمين اصلي و در رديفهاي به فاصله 40 سانتي متر كشت ميشود. براي كشت غير مستقيم اواسط تابستان (نيمه دوم تير)

زمان مناسبي مي باشد. در كشت غير مستقيم بذرها در رديفهايي به فاصله 15 تا 20 سانتي متر در خزانه كشت مي شوند. و روي آنها را بايد با خاك برگ به ضخامت 1/0 سانتي متر پوشاند. بمنظور ايجاد تراكم در بستر سطحي خاك غلتك مناسبي زده مي شود. پس از دو تا دو و نيم ماه هنگامي كه ارتفاع نشاء ها به 15 تا 17 سانتي متر رسيد (اواخر شهريور – مهر) آنها را بايد به زمين اصلي در رديفهايي به فاصله 40 تا 50 سانتي متر و فاصله دو بوته در هر متر طولي 20 تا 25 سانتي متر منتقل نمود. در اوايل بهار نيز مي توان نشاء ها را به زمين اصلي منتقل كرد. فصل پائيز زمان مناسبي براي تكثير رويشي سنبل الطيب است. چنانچه انتقال نشاء ها با ماشين انجام گيرد فاصله رديف ها نبايد از 50 سانتي متر كمتر باشد.

كاشت

كاشت و تكثير سنبل الطيب توسط بذر به دو روش مستقيم و غير مستقيم صورت مي گيرد. كاشت مستقيم : با استفاده از رديف كار بذرها به صورت سطحي در رديفهايي به فاصله 40 سانتي متر كشت مي شوند. پس از كشت انجام غلتك مناسب سبب تسريع و هماهنگي در جوانه زدن و رويش بذر ميشود. كاشت غير مستقيم : در اواسط تابستان (نيمه دوم تير) بذرها را خزانه اي كه آماده شده است كشت مي كنند روي بذرها را حداكثر 1/0 سانتي متر با خاك برگ مي پوشانند. سپس غلتك مناسبي زده مي شود. چون نور و رطوبت سبب تسريع در جوانه زني بذر مي شود سطح خزانه را با پوششهاي مناسبي مي پوشانند پس از سبز شدن بايد به برچيدن پوششهاي مذكور اقدام نمود. براي هر هكتار زمين به 500 تا 700 متر مربع خزانه نياز است در هر متر مربع به يك گرم و براي هر هكتار زمين به 500 تا 700 گرم بذر نياز است و نشاء ها در اواخر شهريور تا اوايل مهر كه ارتفاع آنها بين 15 تا 17 سانتي متر مي رسد بايد به زمين اصلي منتقل شوند. با آغاز فصل سرما از رشد و نمو گياهان كاسته مي شود و اندام هوائي گياهان بر اثر سرما خشك مي گردد ولي ريشه ها زنده و از فعاليت خفيفي برخوردارند اوايل بهار سال بعد گياهان از رشد سريعي برخوردار گشته و ساقه گل دهنده ظاهر مي‌شود. تذكر : اوايل بهار نيز نشاء ها را مي توان به زمين اصلي منتقل كرد ليكن عملكرد ريشه كاهش پيدا مي كند. تكثير رويشي : تكثير رويشي از طريق تقسيم بوته صورت مي گيرد. درتكثير رويشي گياهان بسرعت به گل رفته و ريشه توسعه نمي يابد. از اين رو بندرت از اين روش استفاده مي‌شود.

داشت

چنانچه نشاء ها در فصل پائيز به زمين اصلي منتقل شوند،ريشه آنها ممكن است به بيرون از خاك رشد كنند از اينرو اوايل بهار بايد غلتك مناسبي بر روي گياهان زده شود. در فصل بهار (اواسط بهار) بايد 40 تا 50 كيلوگرم

در هکتار ازت به صورت سرك به خاك اضافه شود. مبارزه با علفهاي هرز در طول رويش گياه نقش عمده ايس در افزايش عملكرد ريشه دارد. برگردان كردن خاك بين رديف ها نه تنها سبب تهويه خاك و افزايش عملكرد ريشه مي شود بلكه دراز بين بردن علفهاي هرز بسيار موثر است. لذا همراه مبارزه شيميايي با علف هاي هرز وجين مكانيكي آنهانيز ضرورت دارد. چنانچه نشاء ها در فصل بهار به زمين اصلي منتقل شده باشند از علف كش آرزين به مقدار 5/2 تا 5/3 كيلوگرم درهكتار و چنانچه نشاء ها در فصل پائيز منتقل شده باشند اوايل بهار قبل از رويش گياه از همين علف كش به مقدار 5/3 تا 5/4 كيلوگرم در هكتار مي توان استفاده نمود. در سال دوم رويش نيز از علف كش آرزين (Aresin) به مقدار 4 تا 5 كيلوگرم در هكتار مي توان استفاده نمود. بيماريهاي قارچي سنبل الطيب عبارتند از سفيدك سطحي كه براي مبارزه با آن مي توان از سموم گوگرد دار استفاده نمود. از ديگر بيماريهاي قارچي سفيدك دروغي و قارچ لكه برگي مي باشد. لار و برخي حشرات مي تواند صدمات زيادي به گياهان وارد آورد. تناوب كشت مناسب، استفاده از آفت كشهايي مانند دي متوات (Dimethoate) نقش عمده اي در كنترل آنها دارد.

برداشت

ريشه سنبل الطيب مانند هر ريشه حاوي ماده موثره، در اواخر رويش (پائيز يا زمستان) از بيشتري مقدار ماده موثره برخوردار است. چنانچه نشاء ها در پائيز به زمين اصلي منتقل شده باشند بايد در فصل پائيز (مهر – آبان) سال بعد برداشت شوند. اگر نشاء ها در فصل بهار به زمين اصلي منتقل شده باشند بندرت در فصل پائيز همان سال برداشت ميشوند. در اينصورت نيز توصيه مي شود ريشه ها در فصل پائيز بعد برداشت شوند برداشت ريشه در فصل پائيز سال سوم مناسب نيست قبل از برداشت ريشه ابتدا بايد اندام هاي هوايي گياهان را برداشت كرد. در سطوح كم كشت پس از آبياري زمين، با بيل يا چهار شاخ اقدام به برداشت ريشه ميشود. ولي در سطوح وسيع با استفاده از ماشين(مانند ماشيني برداشت سيب زميني) محصول ريشه را بايد برداشت كرد. پس از برداشت ريشه آنها را با آب جاري شسته و بلافاصله در دماي 40 تا 50 سانتي گراد خشك نمود. در سال دوم رويش عملكرد ريشه خشك 5/1 تا 2 تن در هكتار و در سال سوم از عملكرد آن كاسته مي‌شود. اگر هدف جمع‌آوري بذر باشد. بذرهاي سنبل الطيب از اواخر ارديبهشت بتدريج مي رسند. بذرهاي رسيده از گياه جدا و به كمك پاپوسها به سهولت به اطراف پراكنده مي شوند. لذا در برداشت بذر بايد دقت نمود تا هدر نرود. روشهاي يك مرحله اي با دو مرحله اي روشهاي ديگري براي جمع آوري بذر در سطوح وسيع كشت هستند. در روش يك مرحله اي هنگاميكه قسمت اعظم بذرها مي رسند

ساقه هاي گل دهنده را بايد جدا و سپس خشك كرد. پس از خشك كردن بذرها را بوجاري تميز و جمع آوري كرده در مكان مناسب بايد نگهداري نمود. در روش دو مرحله اي قبل از رسيدن كامل بذرها ساقه گل دهنده را جدا كرده و براي مدتي روي زمين قرار مي دهنده تا كاملاً برسند در مرحله دوم به برداشت، خشك كردن ، تميز كردن آن اقدام مي شود.مقدار عملكرد بذر به روش برداشت آنها بستگي دارد و بين 30 تا 200 كيلوگرم در هكتار است.

دامنه انتشار

نواحي شمال غربي كشور مانند ميشوداغ، اطراف اصفهان (مناطق كامو و دالان كوه)

منابع :


سنبل الطيب (علف گربه) http://www.parsiteb.com

سنبل الطيب (علف گربه) http://www.centralclubs.com

سنبل الطيب (علف گربه) http://forum.iranled.com

سنبل الطيب (علف گربه) Valerian http://www.maximumtechnic.com

سنبل الطيب (علف گربه) Valerian http://njavan.ir

گياه سنبل الطيب http://daneshnameh.roshd.ir

سنبل الطيب (علف گربه) Valerian http://www.money58.netfirms.com

صبر زرد ( آلوئه ورا )

صبر زرد يكي از گياهاني است كه قبل از ميلاد مورد مصرف مردم بوده است . كلئوپاترا ملكه مصر پوست خود را هر روزه با آن ماساژ مي داد كه از شر آتاب مصر در امان باشد وحتي مصريان آنرا براي موميائي مدركان خود بكار مي بردند . در كتاب مقدس ام اين گياه بكرات آمده است . صبر زرد فاقد ساقه بوده و لي برگهاي آن دراز و تا ارتفاع 30 سانتيمتر مي رسد . گلهاي اين گياه برنگ زرد مي باشد كه در انتهاي ساقه اي كه از وسط برگها خارج مي شود مي روبد .
تاريخچه
نقاشي‌هايي از صبر زرد، بر روي كنده‌كاري‌هاي ديوارهاي معابد مصري ديده شده است. اين معابد در هزاره چهارم قبل از ميلاد بنا شده است. صبر زرد را كه "گياه جاودانگي" نام گرفته بود، به هنگام خاك سپاري، براي فراعنه هديه مي‌آوردند.
كتاب "The Egyptian Book of Remedies" (1500 سال قبل از ميلاد مسيح) از كاربرد صبر زرد در درمان عفونت‌ها، معالجه پوست و تهيه داروهاي ملين سخن گفته است. "ديسكوريد"(فيزيك‌دان يوناني)، در سال 74 پس از ميلاد، صبر زرد را جهت التيام زخم، جلوگيري از ريزش مو ، درمان زخم‌هاي دستگاه تناسلي، و معالجه هموروئيد، مفيد دانست.
بازرگانان عرب، در قرن ششم بعد از ميلاد، اين گياه را به آسيا آوردند، و اسپانيايي‌ها آن را در قرن شانزدهم، از منطقه مديترانه به برّ جديد (World New) بردند. در عصر جديد (1930) مصرف كلينيكي صبر زرد به منظور درمان التهاب پوست ناشي از اشعه ايكس آغاز شد.
تركيبات مهم
گياه، حاوي مشتقات هيدروكسي آنتراسن از جمله آلوئين‌هاي A2وB به ميزان 40- 25درصد كل تركيبات و مشتقات كرومون از جمله آلوئه رزين A، B2 وC است.
تركيبات مهم ديگر آلوئه شامل قندها از جمله: گلوكز، مانوز و سلولز، آنزيم‌ها از جمله: اكسيداز، آميلاز و كاتالاز، همچنين ويتامين‌هايي نظير: B1، B2، B6، C، E و اسيد فوليك و مواد معدني مانند: كليسم، سديم، منيزيم، روي، مس و كروم مي‌باشند.
ژل Aloe حاوي گليكوپروتئين است كه از تورم و درد جلوگيري و روند بهبود را تسريع مي كند و همچنين حاوي پلي ساكارايد است كه رشد و ترميم پوست را تحريك مي كند. "آنتراكوئين" موجود در شيرة Aloe به عنوان مسهل مؤثر عمل مي كند. اين مواد شيميايي در مقادير كم، مي توانند از

تشكيل سنگ كليه جلوگيري كنند.
از ژل Aloe براي درمان زخمهاي دروني و بيروني نيز مي تواند استفاده كرد. اين ماده روند درمان بسياري از جراحات پوستي از جمله زخمها، سوختگيها و يخ زدگي را تسريع مي كند. شيرة اين گياه مسهل مفيدي است، اما چون مي تواند سبب گرفتگي دردناك عضلات شود، غالباً استفاده نميشود. با ميزان مصرف كمتر، شيرة Aloe مي تواند از سنگ كليه پيشگيري يا اندازة سنگ را كوچكتر كند. اين ماده به عنوان تسهيل كننده دفع مدفوع به ويژه در افرادي كه مبتلا به وبواسير هستند ماده مفيدي است.
عصارة Aloe شكل ژل اين گياه است كه مصارف داخلي دارد و چون داراي خواص ضد ميكروبي است، از آن براي درمان عفونتهاي ميكروبي مجاري معده اي-روده اي نيز مي توان استفاه كرد. چون اين ماده اسيدهاي معده را كه سبب تشديد زخمها ميشود كاهش مي دهد براي درمان زخمهاي معده نيز مؤثر است.
تحقيقات اخير نشان داده كه "مانوز استيله" به عنوان يك تركيب ضد ويروسي، داراي خواص درماني ضد ويروس ايدز است. مانور استيله خود ويروس را مورد حمله قرار مي دهد اما مهمتر اينكه، ميزان تأثير AZT را (يك داروي مؤثر در درمان عفونت ويروس HIV) تا حد زيادي بالا ميربرد. اگر اين تركيب دارويي با Aloe مصرف شود، ميزان AZT مورد استفاده براي HIV را مي توان تا 90% تقليل داد كه اين امر از هزينه ها و عوارض جانبي AZT تا حد زيادي خواهد كاست.
اشكال موجود
ژل Aloe به شكل تازه كه از گياه Aloe گرفته شده باشد بهترين ماده است، اما اين ماده به صورت تجاري در شكل ژله ثابت شده نيز موجود است. پودر شيرة Aloe نيز به شكل كپسولهاي 500 ميلي گرمي به عنوان داروي مسهل موجود است. عصاره Aloe در واقع شكل مايع ژل است.
تركيبات شيميايي:
صبر زرد موادي نظير آلوئين فامودين ، آنترا كيون ،ايزوباربالوئين و مقدري در حدود 12 درصد صمغ مي باشد .
خواص داروئي:
صبر زرد از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است شيرابه آن به مصرف طبي مي رسد .
1)تقويت كننده بدن است
2)يبوست را برطرف مي كند و روده ها را تميز مي كند
3)براي معالجه آسم مفيد است
4)سوء هاضمه را برطرف مي كند

5)در معالجه صرع مفيد است
6)اثر ضد كرم دارد
7)خون را تصفيه مي كند
8)براي برطرف كردن خارش ناشي از گزيدگي حشرات شيرابه آنرا روي پوست بماليد
9)اگزما را درمان مي كند
10)براي معالجه اسهال خوني مفيد است
11)براي رفع ريزش مو ، شيرابه آنرا به سر ماليده و موها را با آن ماساژ دهيد
12)گرفتگي كبدي را برطرف مي كند
13)براي التيام زخم ها شيرابه آنرا روي زخم بماليد
14)صبر زرد بهترين كرم مرطوب كننده است برگها را بشكنيد و ژله آنرا به پوست بماليد
15)مبتلايان به بيماري قند مي توانند با مصرف اين گياه قند خون خود را كنترل كنند اما بايد توجه داشته باشيد كه اين گياه بسيار تلخ ميباشد.
16)براي شستن چشم و زخم ها شيرابه صبر زرد را با آب مخلوط كرده و استفاده كنيد

نحوه مصرف

بهترين نوع ژل Aloe شكلي است كه تازه از گياه گرفته شده باشد. بسياري از افراد اين گياه را براي درمان سوختگيها و بريدگيهاي جزئي در آشپزخانه خود نگه مي دارند. اين گياه براي درمان كهير و پيچك سمي نيز مي تواند مؤثر واقع شود.

به منظور استفاده از ژل Aloe، برگ آنرا به صورت طولي برش دهيد و ژل داخل آنرا خارج سازيد. سپس آنرا به صورت آزاد روي قسمت آسيب ديده بماليد.

شيره Aloe از قديم به عنوان مسهل مورد استفاده بوده است، اما در ايالات متحده مصرف چنداني ندارد. چون اين ماده سبب بروز گرفتگيهاي دردناك عضلات مي گردد، لذا ابتدا مصرف ساير مسهل هاي گياهي نظير "كاسكارا و فلوس" توصيه ميشود.

براي درمان سنگهاي كليه و به عنوان مسهل شيرة Aloe خشك را كه در اندازه هاي 0/05 تا 0/2 گرم قابل دسترسي است، مصرف كنيد. براي درمان HIV، روزانه به ميزان 800 الي 1600 ميلي گرم مانوز استيله مصرف كنيد. اين ميزان از مادة مزبور، برابر با نيم تا يك ليتر آب Aloe است، هر چند ميزان مانوز استيله مي تواند در فرآورده هاي مختلف متفاوت باشد.

نكات احتياطي

ژل Aloe براي استعمال خارجي مادة بي خطري است، اما در موارد نادري سبب واكنش آلرژيك ميشود. اگر پوست شما تحريك مي شود مصرف آنرا ادامه ندهيد.
ژل Aloe براي درمان زخمهاي عميق مؤثر نيست. شيرة آن مي تواند سبب گرفتگي يا اسهال روده اي شديد گردد، زنان باردار يا شيرده نبايد اين ماده را مصرف كنند زيرا ممكن است سبب انقباضهاي رحمي گرديده و سقط جنين را تحريك كند. مصرف مسهل Aloe براي درمان بيماريهاي معده اي- روده اي، انسداد روده اي، آپانديسيت يا درد معده مبهم تجويز ميشود. اين ماده ممكن است سبب تشديد اولسرها، بواسير، ديورتيكولوز، التهاب ديورتيكول، كوليت يا سندرم روده تحريك پذير (IBS) گردد.
مصرف طولاني مدت اين ماده سبب وابستگي به آن ميشود يا تعادل الكتروليتي را مختل مي سازد. اين ماده ممكن است سبب تغيير رنگ ادرار به رنگ قرمز بي ضرر گردد. كودكان زير 12 سال نبايد گياه Aloe مصرف كنند.
محصولات مختلف آلوئه كه به بازار ارائه شده‌اند شامل:
1- ژل آلوئه: محصول طبيعي(بدون تغيير غلظت ژل) از برگ‌هاست.
2- كنسانتره‌آلوئه: ژل آلوئه است كه آب آن را خارج كرده‌اند.
3- عصاره آلوئه: حاوي دست كم 50درصد ژل آلوئه است.
4- لاتكس آلوئه: مايع تلخ زرد رنگي كه از پوست لوله‌اي پرسيكل به دست مي‌آيد و حاوي آلوئين است.
- در نقاط مختلف جهان از گونه‌هاي ديگر صبر زرد مانند AB و AC استفاده‌هاي مشابهي با گونه Aloe Vera به عمل مي‌آيد. اين گياهان نيز با نام عمومي «Aloe» مشهور مي‌باشند.
مضرات :
صبر زرد اگر باندازه مصرف شود خطري ندارد ولي مقدر زياد آن باعث اسهال خوني مي شود ضمنا زنان شيدره نبايد از آن استفاده كنند زيرا صبر زرد از طريق شير وارد بدن طفل مي شود و ايجاد اسهال مي كند . اين گياه نيز براي زنان حامله خوب نيست زيرا ممكن است باعث سقط جنين شود.
منابع :
خواص گياه دارويي صبر زرد http://www.sabziran.ir
صبر زرد http://www.parsiteb.com
خواص گياهان دارويي www.irteb.com
صبر زرد آلوئه ورا http://www.money58.netfirms.com

## هويج و خواص دارويي آن (Carrot)

هويج گياهي است دو ساله از خانواده چتريان. داراي ريشه راست و ساقه بي كرك كه نوع پرورش يافته آن در اكثر نقاط زمين كشت مي شود . قسمت مورد استفاده گياه هويج ريشه ميوه و تخم آن است .
در سال اول توليد ريشه ضخيم و قابل استفاده غذايي كرده و در سال دوم از وسط برگهاي آن كه به شكل روزت و از روي طوقه ريشه مي‌رويند شاخه گل دهنده ظاهر مي‌شود. اين شاخه تا ارتفاع 60 تا 90 سانتيمتر رشد مي‌كند و پس از تلقيح كه بوسيله حشرات انجام مي‌گيرد توليد بذر مي‌كند.
موطن اصلي هويج در اروپا و شمال آفريقا و آسيا مي‌باشد و پاره‌اي از انواع آن در آمريكاي شمالي و جنوبي يافت مي‌شود.
گلهاي اين گياه معمولا كامل هستند. يعني در يك گل اندامهاي نر و ماده هر دو موجود است ولي نژادهاي نر عقيم كه دانه گرده آنها قادر به تلقيح تخمك نيستند نيز مشاهده مي‌شود. اين نژادها از نظر تهيه بذر و اصلاح آن بسيار ارزنده مي‌باشند.
هويج مانند اغلب سبزيهاي ريشه‌اي طلب خاك عميق و نرم ليموني مي‌باشد و از نظر تجارتي هويج را بيشتر در خاكهاي ليموني سبك و يا خاكهاي هوموسي سبك مي‌كارند. زيرا در اين قبيل خاكها مقدار محصول زياد و شكل ريشه كه عامل مهم مرغوبيت آن مي‌باشد صاف و منظم مي‌شود. در صورتي كه در زمينهاي خيلي سنگين و يا در خاكهايي كه داراي سنگهاي درشت مي‌باشند كاشته شود ريشه كج و اغلب دو يا چند شاخه مي‌گردد.
براي رشد سريع هويج كود فراوان از جنس ازت ، فسفر و پتاس لازم است و علاوه بر آن خاك بايد داراي مقدار كافي مواد آلي يعني هوموس باشد. وجود كود دامي يا كود سبز در زمينهاي سنگين براي پوك كردن اين نوع اراضي حتما لازم است. در صورتي كه 20 تا 30 تن كود دامي براي اصلاح و تا اندازه‌اي تقويت زمين به محصول داده شود براي ايجاد تعادل بين ازت و فسفر و پتاس مورد نياز هويج بايد مقداري كود شيميايي نيز به زمين داد.
در نواحي نسبتا گرم كه زمستان معتدل دارد مانند پاره‌اي از نقاط جنوب ايران ممكن است به كشت بذر هويج مبادرت كرد. ولي در اين نواحي ريشه هويج كم رنگ و بنابراين نامرغوب مي‌شود. اين كم رنگ شدن ريشه هويج ممكن است علل مختلفي داشته باشد مانند كوتاهي روز در زمستان ، كمي درجه حرارت ، كمي شدت روشنايي و بالاخره رطوبت زياد. ولي

ميزان گرماي هوا بيش از ساير عوامل در كمرنگي هويج موثر است.
تركيبات شيميايي :
? ??% آب ،
? ?/? مواد ازته ،
? ?/?? % چربي ،
? ?% مواد گلوسيدي ،
? حدود ?/?% سلولز
? مقداري ماده رنگي كاروتن (ويتامين A ) و دياستازهاي مختلف و ويتامين هاي A,B,C,D,E مي باشد .
خواص دارويي :
در هويج يك نوع آنسولين گياهي وجود دارد كه اثر كم كننده قند خون را دارا مي باشد بنابراين اين عقيده قديمي كه هويج براي مبتلايان به بيماري قند خوب نيست كاملا غلط است وبيماران قند مي توانند به مقدار كم از اين گياه استفاده كنند .
هويج با داشتن مواد مقوي و ويتامين ها يكي از مهمترين و مفيدترين براي بدن مي باشد خوردن هويج مقاومت بدن را در مقابل بيماريهاي عفوني بالا مي برد.
مصرف هويج در برطرف كردن بيماريهاي آب آوردن انساج بدن ، عدم دفع ادرار تحريك مجاري هضم و تنفسي ، سرفه هاي مقاوم ، آسم اخلاط خوني و دفع كرم اثر معجزه آسائي دارد
از هويج مي توان در مورد زير استفاده كرد
1)براي برطرف كردن يبوست يك كيلو هويج را رنده كنيد و در مقدري آب دو ساعت بجوشانيد تا مانند ژله در آيد صبح ناشتا چند قاشق بخوريد
2)سوپ هويج براي كودكان شير خوار كه معده حساس دارند : ابتدا 200 گرم هويج رنده شده را در ديگ بريزيد و روي آن يك ليتر آب اضافه كنيد و بجوشانيد تا كاملا هويج ها لهش ود . سپس آنرا صاف كرده و به نسبت مساوي باشير مخلوط كرده و در شيشه شير بچه ريخته و به او بدهيد .
3)تخم هويج را به مقدر يك قاشق غذا خوري در يك ليوان آب جوش ريخته و آنرا بمدت 5 دقيقه دم كنيد . اين دم كرده اثر نيروي دهنده، اشتها آور ف مدر ، زياد كننده شير خانم هاي شير ده و اثر قاعده آور درد
4)برگ هويج را با آب بجوشانيد اين جوشانده را غرغره كنيد براي آبسه مخاط دندان و دهان موثر است بعلاوه مي توان براي رفع ترك و خراش پوست استفاده كرد
5)هنگاميكه كودك شروع به دندان درآوردن مي كند يك قطعه هويج باريك را براي دندان زدن به او بدهيد .
6)آب هويج را اگر روي صورت بكشيد باعث روشن شدن و جلوه پوست

صورت مي شود .
7)اگر بخواهيد لاغر شويد همه روزه با غذا هويج خام بخوريد
8)اگر مي خواهيد چاق شويد بعنوان صبحانه بايد آب هويج بخوريد
9)هويج وپياز را با هم بجوشانيد و به آن آب ليمو اضافه كنيد داروي موثري براي درمان بيماريهاي عصبي امراض كليوي و همچنين جوان كننده پوست مي باشد
10)خوردن هويج براي بيماريهاي بواسير موثر است
11)براي خارج كردن سنگ كيسه صفرا هويج اثر معجزه آسا درد
12)خوردن هويج جوشهاي صورت را درمان مي كند
13)براي تقويت قواي جنسي و تحريك كبد و روده ها هويج داروي موثري است
14)در فرانسه بيمارستان معروفي وجود دارد كه براي درمان بيماريهاي كبدي فقط از سوپ هويج استفاده مي كنند و دستور تهيه اين سوپ بشرح زير است
حدود 750گرم هويج را رنده كنيد و آنرا در ظرفي كه مقدري آب نمك درد بريزيد سپس بان يك قاشق چايخوري جوش شيرين و يك قشلق سوپخوري كره اضافه كنيد آنرا بجوش آورده و با آتش ملايم بپزيد تا آب بخارشود و هر روز يك بشقاب از آن را ميل كنيد
15)هويج اعمال روده ها را منظم مي كند و كمبود الياف غذاهاي گوشتي را جبران مي كند بنابراين آنهايي كه گوشت زياد مصرف مي كنند حتما بايد هويج بخورند تا مشكل يبوست نداشته باشند .
16)براي برطرف كردن اسهال بچه ها بهترين دارو سوپ هويج است .
براي اين منظور بايد 500 گرم هويج را رنده كرده و آنرا در يك ليتر آب بجوشانيد تا آنكه هويج كاملا پخته و نرم شود سپس آنرا در آسياب برقي ريخته تا آنكه بصورت شربت در آيد بعد بآن آّ اضافه كرده تا آنكه حجم آن يك ليتر شود .
براي بچه هايي كه معده حساس دارند سوپ هويج بهترين دارو است بدين ترتيب كه مي توان يك يا دو بار در روز بجاي شير به بچه سوپ هويج داد حتي براي بچه هايي كه كمتر از سه ماه دارند مي توان بطور متناوب سوپ هويج به طفل داد يعني يك وعده شير و يك وعده سوپ هويج و بعد از سه ماهگي اين روش تبديل به يك وعده سوپ و دو وعده شير مي شود .
17)آب هيج در صبح ناشتا مواد سمي را از خون خارج مي كند
18)اگر آسم يا گرفتگي صدا دريد آب هويج بخوريد
19)خانم هايي كه پوست حساس دارند حتما بايد پوست صورت و رگدن خود را با آّب هويج پاك كنند

20)دم كرده تخم هويج و يا جويدن تخم هويج گاز معده را خارج كرده و فعاليت روده ها را زياد مي كند
طرز استفاده :
هويج را نبايد هيچگاه پوست كند زيرا مواد مغذي و ويتامين هاي خود را از دست مي دهد بلكه بايد آنرا با برس شست و مصرف كرد.
? مضرات :
البته با تمام خواص زيادي كه هويج دارد مصرف آن نبايد زياده روي كرد ديده شده آنهائيكه هويج زياد مصرف مي كنند رنگ پوست و چشم آنها زرد مي شود كه البته خطري ندارد چون اگر چند روز هويج مصرف نكنند دوباره پوست و چشم به رنگ طبيعي خود برمي گرد
در صورتي كه به رشته كشاورزي مخصوصا پرورش هويج علاقمند هستيد ، جهت افزايش اطلاعات به ادامه اين مطلب توجه نمائيد :
گلهاي هويج
گلهاي اين گياه معمولا كامل هستند. يعني در يك گل اندامهاي نر و ماده هر دو موجود است ولي نژادهاي نر عقيم كه دانه گرده آنها قادر به تلقيح تخمك نيستند نيز مشاهده مي‌شود. اين نژادها از نظر تهيه بذر و اصلاح آن بسيار ارزنده مي‌باشند.
خاك مطلوب هويج
هويج مانند اغلب سبزيهاي ريشه‌اي طلب خاك عميق و نرم ليموني مي‌باشد و از نظر تجارتي هويج را بيشتر در خاكهاي ليموني سبك و يا خاكهاي هوموسي سبك مي‌كارند. زيرا در اين قبيل خاكها مقدار محصول زياد و شكل ريشه كه عامل مهم مرغوبيت آن مي‌باشد صاف و منظم مي‌شود. در صورتي كه در زمينهاي خيلي سنگين و يا در خاكهايي كه داراي سنگهاي درشت مي‌باشند كاشته شود ريشه كج و اغلب دو يا چند شاخه مي‌گردد.
كود مورد استفاده در هويج
براي رشد سريع هويج كود فراوان از جنس ازت ، فسفر و پتاس لازم است و علاوه بر آن خاك بايد داراي مقدار كافي مواد آلي يعني هوموس باشد. وجود كود دامي يا كود سبز در زمينهاي سنگين براي پوك كردن اين نوع اراضي حتما لازم است. در صورتي كه 20 تا 30 تن كود دامي براي اصلاح و تا اندازه‌اي تقويت زمين به محصول داده شود براي ايجاد تعادل بين ازت و فسفر و پتاس مورد نياز هويج بايد مقداري كود شيميايي نيز به زمين داد.
تاثير محيط در رشد و رنگ ريشه هويج
در نواحي نسبتا گرم كه زمستان معتدل دارد مانند پاره‌اي از نقاط جنوب ايران ممكن است به كشت بذر هويج مبادرت كرد. ولي در اين نواحي

ريشه هويج كم رنگ و بنابراين نامرغوب مي‌شود. اين كم رنگ شدن ريشه هويج ممكن است علل مختلفي داشته باشد مانند كوتاهي روز در زمستان ، كمي درجه حرارت ، كمي شدت روشنايي و بالاخره رطوبت زياد. ولي ميزان گرماي هوا بيش از ساير عوامل در كمرنگي هويج موثر است.

كاشت هويج

بذر هويج را مانند بذر ساير سبزيهاي ريشه‌اي در محل اصلي مي‌كارند. موقع كاشت بذر در نقاط سرد سير كه داراي زمستانهاي سخت است در فصل بهار پس از برطرف شدن خطر يخبندان مي‌باشد و در نواحي گرم معتدل كه خطر يخبندان وجود ندارد بذر اين گياه را مي‌توان در پاييز و يا زمستان كاشت. براي بدست آوردن هويج تازه و لطيف بايد بذر آن را به تدريج كاشت و آخرين كاشت بايد از بذر انواع زودرس و اقلا 2 ماه قبل از رسيدن سرماي شديد و يخبندان انجام مي‌گيرد. بذر هويج را بطور خطي مي‌كارند. فاصله خطوط از 40 تا 45 سانتيمتر نسبت به آب و هوا و نوع خاك تغيير مي‌كند.

برداشت محصول هويج

تقريبا در تمام فصول سال هويج در بازار يافت مي‌شود ولي هويجهايي كه در اواخر بهار و اوايل تابستان به فروش مي‌رسند محصول انواع زود رس هستند و هويجهايي كه در پاييز و زمستان به بازار عرضه مي‌شوند از انواع هويج دير رس به عمل آمده‌اند. هويج پاييزه يا آخر فصل را بوسيله گاو آهن از زمين مي‌كنند.

انبار كردن هويج

انبار كردن هويج كاملا شبيه نگاهداري چغندر در فصل زمستان مي‌باشد بايد داراي حرارت و رطوبت باشد. ميزان رطوبت نسبي انبار بين 93 و 98 درصد باشد. ماندن هويج براي مدت طولاني در انبار باعث كم شدن مقدار قند آن مي‌شود و از حيث مرغوبي لطمه مي‌بيند.

منابع :

خواص داروئي هويج http://aftab.ir
هويج http://www.parsiteb.com
هويج و خواص دارويي آن (Carrot) http://forum.shadism.com
هويج http://daneshnameh.roshd.ir
هويج Carrot نام علمي Daucus carota
http://www.money58.netfirms.com

سيب بهشتي

سيب ( دقيقا" يك ميوه شفتدار) ميوه درختي ازطبقه Malus است كه عضوي از خانواده گل سرخيان بوده ( روزاسيا) و در طول تاريخ كشت مي شده است . بيشتر گروه سيبها به گونه M. domesticaيا پيونديهاي آن تعلق دارند.
اجداد وحشي سيبها احتمالا" درختي به نام Malus sieversii ( كه فاقد اسم همگاني است) بود كه هنوز هم در قزاقستان يافت مي شود.محققان در حال مطالعه روي M. sieversii كه در برابر بسياري از بيماريها و آفات مقاوم است مي باشند تا بتوانند يك سيب مقاوم تر در برابرسرما بوجود آورند.
تاريخچـــــه
در كليه مناطق آب و هوايي خنك ، سيب غذاي بسيار مهمي بوده است . نسبت به سايرميوه هاي درختي ( احتمالا" بجز مركبات) سيب را مي توان براي ماهها انبار نمود درحاليكه همچنان ارزش غذايي خود را حفظ مي كند. سيبهاي زمستاني كه در اواخر پاييز چيده شده و در دماي بالاي انجماد در سردخانه يا اتاق سيب نگهداري مي كنند از سال 1800 غذاي مهمي در اروپا و آمريكا به شمار مي رفته است .
گونه هاي سيب
بيش از 7500 گونه سيب شناسايي شده است . اين گونه ها در نقاط فراشمالگاني ، نيمه حاره و معتدل وجود دارند. چون درختان سيب به شرايط خنك كننده( chilling requirement) نيازدارند در آب و هواي استوايي گل نمي دهند.
در بين رايج ترين گونه هاي تجاري سيب مي توان به اين موارد اشاره كرد Braeburn( نيوزيلند) ، سيب نارنجي cox «بريتانيا – گونه قديمي كه امروزه محبوبيت گذشته را ندارد) ، فوجي ( آسيا، استراليا) ، گالا( نيوزيلند) ، سيب طلائي( آمريكا ، اروپا) ، گراني اسميت ( استراليا و كاليفرنيا) ، جونا گلد( آمريكا) ، جوناتـــان ( آمريكا) ، مكين تــاش ( كانــادا) ، سيب قرمـز( آمريكا) و نوعي سيب زمستاني ( آمريكا). تمامي اين سيبها بجز نوع آخر شيرين و رنگين هستند. گراني اسميت ترش است و بعضي از مردم آنرا بصورت تازه مي خورند در ضمن براي آشپزي هم مطلوب هستند. پوست آن سبز روشن خالدار است . اين گونه سيب براي رشد كامل نيازمند آب و هوايي گرم بوده و فصل رشد طولاني مدتي دارد اگرچه ميوه هاي نامرغوب تر در مناطق نامناسب رويش مي كنند. ] تصوير معروفي از سيب گراني اسميت بر روي آرم Apple Records وجود دارد) يك شركت

سازنده ترانه كه آهنگهاي گروه Beatlesرا منتشر مي كند .
طعم سيبهـــــا
مزه سيبها براي اشخاص متفاوت است و در طول زمان تغيير مي كند. مثلا" شهر واشنگتن ( آمريكا) به كشت سيب قرمز شهرت داشت اما در سالهاي اخيركشت گونه هاي ديگرنيز محبوبيت يافته است ؛ بعضي از مردم آمريكا سيب قرمز را بعنوان سيبي نا مرغوب با طعمي بسيار ملايم و ساختاري نرم به حساب مي آورند. اين افراد به سيبهاي ترد مثل فوجي و گالا تمايل يافته اند.
معمولا" سيبهاي جديد شيرين تر از انواع قديمي هستند. بيشتر سيبهاي آمريكاي شمالي و اروپا طعمي شيرين و ملس دارند اما سيبهاي ترش طرفداران بسيار اندكي دارند. سيبهاي خيلي شيرين با طعم كم ترش در آسيا محبوبيت دارند. تمامي گونه سيبهاي جديد نرم ولي ترد هستند. ساير موارد مورد نياز در پرورش سيب عبارت است از پوست رنگين ، عدم وجود رنگ قهوه اي ، راحتي حمل ونقل ، امكان انبار، محصول فراوان ، مقاومت در برابر بيماريها، نمونه شكل سيب قرمز واشنگتن ، ساقه بلند( تا آفت كشها امكان نفوذ به تمامي قسمتهاي ميوه را داشته باشند) و طعمي قابل قبول براي ميانگين افراد. گونه هاي قديمي اغلب ترش ، داراي شكلهاي نابهنجارو قهوه اي هستند و داراي رنگ وساختار گوناگون مي باشند. امروزه تعداد بسيار كمي از گونه هاي قديمي در سطح كلان توليد مي شود اما بسياري ازاين گونه ها توسط باغداران خانگي و كشاورزاني كه مستقيما" محصولشان را در بازارهاي محلي عرضه مي كنند به عمل مي آيند.بسياري از گونه هاي خارق العاده و از نظربومي مهم ، با طعم و ظاهر منحصر به فردشان براي كشف وجود دارند ؛ مبارزاتي براي حفظ سيب در سراسر جهان آغاز شده تا ازانقراض چنين ميراث بومي جلوگيري شود.
گونه هايي از سيب را بخصوص براي توليد آب سيب كشت مي كنند . سيبهاي آب گيري قطعا" براي خوردن بسيار ترش وزننده هستند اما با آنها يك نوشيدني خوش طعمي توليد مي شود كه با سيبهاي خوراكي معمولي نمي توان تهيه نمود.
تركيبات شيميايي:
سيب داراي ويتامين و مواد مغذي زيادي است و بي مناسبت نيست كه يك ضرب المثل انگليسي مي گويد كه خوردن يك سيب در روز شما را از رفتن نزد دكتر بي نياز مي كند.
موادي كه در يك سيب متوسط وجود دارد بشرح زير است :
انرژي : 258 كالري
پروتئين : 1/2 گرم
چربي : 1/6 گرم

مواد نشاسته اي : 59/6 گرم
كلسيم : 24 ميلي گرم
فسفر : 10 ميلي گرم
آهن : 1/2 ميلي گرم
ويتامين آ : 360 واحد
ويتامين ب 1 : 0/15 ميلي گرم
ويتامين ب 2 : 0/08 ميلي گرم
ويتامين ب 3 : 0/1 ميلي گرم
ويتامين ث : 18 ميلي گرم
ناگفته نماند كه ويتامين هاي وجود در سيب بيشتر در پوست سيب وزير پوست آن قرار درد بنابراين آنهايي كه مي توانند پوست سيب را هضم كنند بهتر است كه آنرا با پوست ميل كنيد و اگر مي خواهيد پوست آنرا بكنيد بهتر است كه سيب را خيلي نازك پوست كنبد
خواص داروئي:
1)سيب يك ميوه قليايي است و تميز كننده بدن است و بعلت درا بودن پكتين زياد آب اضافي بدن را خارج مي سازد
2)سيب را مي توان براي برطرف كردن اسهال حتي براي كودكان بكار برد . بدين منظور سيب را بايد رنده كرد و استفاده نمود .سيب را مي توان پخت و براي آنهايي كه روده تنبل دارند آن را روي آتش ملايمي بپزيد البته حتما ازظرف لعابي يا تفلان استفاده كنيد زيرا به اين طريق پكتين و ويتامين هاي آن حفظ مي شود.
3)شربت سيب بهترين دارو براي درمان سرفه و گرفتگي صدا مي باشد .براي تهيه شربت سيب يك كيلو سيب راشسته و با پوست قطعه قطعه كنيد و در يك ليتر آب بپزيد سپس آنرا با پارچه نازكي صاف كنيد و چند تكه قند به آن اضافه كنيد و دوباره روي آتش ملايم قرار دهيد تا قوام بيايد و آن را از روي آتش برداريد روزي سه تا چهار فنجان از اين شربت بنوشيد.
4)سيب داراي مقدر زيادي كلسيم است و كلسيم سيب به بدن كمك مي كند كه كلسيم غذاهاي ديگر را نيز جذب كند.
5)خوردن سيب يبوست را برطرف مي كند و براي خستگي مفرط مفيد است
6)دم كرده برگ درخت سيب ادرار آور است و درمان كننده التهاب كليه و مثانه ميباشد.
7)نوشيدن آب سيب داروي موثري براي درمان سرمخوردگي و گرفتگي صدا و سرفه است.
8)سيب مقوي كبد و اشتها آور است.
9)سيب براي درمان تنگي نفس بسيار مفيد است حتي بوئيدن سيب نيز

اين خاصيت را درد
10)سيب پخته تقويت كننده معده و كبد و دفع كننده سودا و سموم بدن است .
11)سيب حرارت را از بدن خارج مي سازد .
12)سيب را رنده كنيد و در دستمال بپيچيد و روي چشم بگذاريد درد چشم را برطرف مي كند.
13)خوردن سيب حتي براي آنهايي كه بيماري قند دارند مفيد است چون قند خون را بالا نمي برد.
14)كسانيكه مي خواهند لاغر شوند حتما بايد سيب را با پوست بخورند .
15)دم كرده گل سيب داروي سرفه و تورم مجراي تنفسي است
16)سيب داروي خوبي براي درمان زخم ها مي باشد
17)سيب بهترين دارو براي سوء هاضمه است زيرا داراي مقدر زيادي پكتين مي باشد
18)آب سيب را حتي مي توان براي تنقيه استفاده كرد . اين تنقيه براي بيماريهاي روده بسيار موثر است.
19)پوست سيب را مانند چائي دم كنيد و بياشاميد اين اچئي بهترين دوست كليه است .
20)آب سيب را با ابميوه گيري در منزل تهيه كنيد و فورا آنرا بنوشيد زيرا در اثر ماندن آنزيم اي خود را از دست مي دهد .
21)آب سيب براي زيبايي پوست استفاده زيادي درد بخصوص براي از بين بردن چين و چروك پوست موثر است بدين منظور آب سيب را صبح و شب روي پوست گردن و صورت بماليد و ماساژ دهيد البته هميشه آب سيب تازه استفاده كنيد.
استفاده ديگر از سيب براي لطافت پوست سيب پخته است سيب رابپزيد و سپس له كنيد و با شير مخلوط كنيد و اين مخلوط را بصورت نيم گرم روي پوست بگذاريد و پس از چند دقيقه آنرا برداريد .
پرورش سيب
سيبها مانند بيشتر گياهان چند ساله معمولا" بصورت لقاح غير جنسي واز طريق پيوند تكثير مي شوند. سيبهاي بذري گاهي اوقات بطور اساسي با درخت مادرتفاوت دارند. بيشتر گونه هاي جديد سيب بصورت سرچشمه بذري دارند كه يا شانسي رشد كرده اند ويا از طريق باروري عمدي گونه هاي پرآتيه پرورش يافته اند. اصطلاحات بذري ، دانه سيب و تخم كه در نان گونه سيب وجود دارد بيانگر منشاء بذري سيب مي باشد. همچنين سيبها مي توانند جوانه هايي غيرعادي بوجود آورند( جهشهايي بر روي يك شاخه مجزا) . بعضي از جوانه هاي غيرعادي منجر به نسلهايي بهتر از گونه هاي مادريشان مي شوند. بعضي از آنها به قدري از درخت مادر متفاوت

مي شوند كه ديگر گونه هايي جديد به حساب مي آيند.
بعضي از پرورش دهندگان سيبهاي معمولي را با سيبچه يا سيبهاي غير عادي مقاوم در برابر سرما پيوند مي زنند تا گونه هاي مقاوم تري بوجود آورند. مثلا" از دهه 40 مركز آزمايشات Excelsior در دانشگاه مينه سوتا و ويسكانسين پيشرفت دائمي را در سيبهاي مقاوم مهم كه هم از نظر تجاري و هم باغداري خانگي رشد گسترده اي دارند در سراسر مينه سوتا و ويسكانسين ايجاد كرده اند . مهمترين ابداع آنها شامل Haralson فراوان ترين سيب كشت شده در مينه سوتا ، Wealthy،Honeygold و Honeycrisp مي باشد. شيريني و ساختار Honeycrisp به قدري مورد علاقه مصرف كنندگان است كه باغداران مينه سوتا درختان پاگرفته و پربار خود را قطع مي كنند تا براي اين نوع سيب انبار احداث كنند – عملي كه تاكنون انجام نشده بود.
شروع به احداث باغ
باغهاي سيب را با كاشت درختان دو يا سه ساله احداث مي كنند. اين درختان كوچك معمولا" از گلخانه كه در آنجا درختان را با روش پيوند جوانه توليد مي كنند تهيه مي شود. ابتدا با استفاده از كشت بافت يا خوابانيدن شاخه يك گياه پيوندي بصورت بذري يا كلون شده بعمل مي آورند كه براي رشد آن ، يك سال وقت لازم است . سپس بخش كوچكي از شاخه يك درخت بالغ ( قلمه) از گونه مورد نظررا تهيه مي كنند. ساقه بالايي و شاخه هاي گياه پيوندي را بريده و به جاي آن قلمه را قرار مي دهند. دير يا زود اين دو قسمت با هم رشد كرده و درخت سالمي را بوجود مي آورند.
گياهان پيوندي دراندازه نهايي درخت تاثير دارند . در حاليكه بسياري براي پرورش دهندگان ،داراي گياهان پيوندي زيادي هستند ، اين گياهان پيوندي به صاحبان خانه فروخته مي شود كه فقط به داشتن چند درخت از يك يا دو گونه مختلف تمايل دارند : گياه پيوندي بذري معمولي كه يك درخت كامل بوجود مي آورد يا گياه پيوندي نيمه كوتاه كه درخت تاحدي كوچكتربه بار مي آورد. گياهان پيوندي كوتاه عموما" در برابر آسيبهاي ناشي از سرما و باد آسيب پذيرترهستند. درختان كوتاه كامل اغلب بوسيله پايه و داربست تثبيت شده و در باغهاي چگالي بالا كاشته مي شوند اين باغات براي كشت آسانتر بوده و و حاصلخيزي هر واحد از زمين را تا حد زيادي افزايش مي دهد.
بعضي از درختان از طريق پيوند" بين ساقه اي" بين گياه پيوندي راست ساقه و درخت كه نتيجه رشد هر دو پيوند است بوجود مي آيند.
پس از كاشت درخت كوچك درباغ ، بايد قبل ازكسب توانايي تحمل مقدار زيادي غذا 3 تا 5 سال ( نيمه كوتاه) يا 4 تا 10 سال ( درختان معمولي) بزرگتر شوند .در طول اين مدت پرورش مناسب شاخه هاي بزرگ و چيدن

جوانه هايي كه رشد نا درست دارندازاهميت زيادي برخوردار مي باشد همچنين ساخت داربستي مناسب كه در آينده سنگيني بار ميوه را تحمل كند.

موقعيـت

درختان سيب نسبتا" به شرايط خاك بي تفاوت هستند و در دامنه گسترده اي ازمقادير PH و سطوح حاصلخيزي رشد مي كنند. آنها حتما" بايد در مقابل باد مراقبت شده ونبايد در مناطق پست كه در معرض آخرين سرماهاي بهاري مي باشند كاشته شوند. براي اين درختان زهكشي مناسب ضروري بوده و خاكهاي سنگين يا زمين مسطح بايد به گونه اي محكم شود تا از عدم قرار گرفتن سيستم ريشه ها درخاك اشباع شده با آب مطمئن شويم.

گرده افشانـــــي

درختان سيب با خود آميزش پذير نيستند ونيازبه گرده افشاني بصورت دگرگشني دارند. مديريت گرده افشاني بخش مهمي از پرورش درخت سيب محسوب مي شود. قبل از كاشت درخت مرتب كردن توليد كنندگان گرده بسيار مهم است ( گونه هاي سيب يا سيبچه كه تامين كننده گرده هايي فراوان ، رستني و آميزش پذير هستند). ممكن است باغهاي ميوه داراي رديفهاي يك در ميان گونه هاي گشني پذيريا درختان سيبچه متناوب ويا شاخه هاي پيوند خورده سيبچه باشند. بعضي گونه ها گرده هاي بسيارمعدود يا گرده هاي ناباروروتوليد مي كنند بنابراين گرده افشانان خوبي به حساب نمي آيند. پرورشگاههاي گل و گياه خوب داراي ليست گشني پذيري گرده افشانان هستند.

گاهي اوقات پرورش دهندگاني كه داراي باغستانهاي قديمي با يك گونه درخت هستند براي گرده افشاني ، دسته هايي از گلهاي سيبچه را درون بشكه يا سطلهايي فراهم مي كنند. پرورش دهندگان خانگي كه داراي يك درخت بوده و فاقد گونه هاي ديگر در همسايگي اشان هستند نيز مي توانند از اين روش البته در مقياس كوچك تر استفاده كنند.

پرورش دهندگان درخت هر سال هنگام گل دادن معمولا" از گرده افشانهايي را براي جابجايي گرده تهيه مي كنند. عموما"از كندو زنبور عسل استفاده مي شود و انجام اين كار توسط زنبورداراني صورت مي گيرد كه در ازاء مزد به تهيه كندو مبادرت مي ورزند. در باغات تجاري از زنبورهاي كارگر باغي نيزبعنوان گرده افشانهـــــاي مكمل استفاده مي شود. چون آنها نيش نمي زنند احتمالا" پرورشدهندگان خانگي در مناطق حومه ازاين زنبورها استفاده مي كنند. بعضي زنبورهاي وحشي مثل زنبورهاي درودگر و زنبورهاي تك زي ديگر ممكن است به اين امر كمك كنند. بعضي مواقع ملكه هاي زنبورهاي درشت در باغات حضور دارند اما معمولا" تعدادشان به

قدري نيست تا گرده افشانهاي با اهميتي به حساب آيند.
گرده افشاني ناكافي علائمي بسياركم داشته و براي سيبها ناگوار است و موجب كندي رسيده شدن ميوه مي گردد. براي ارزيابي گرده افشاني بايد دانه ها را شمرد. سيبهايي كه به خوبي گرده افشاني شده اند داراي 7 تا 10 دانه بابهترين كيفيت مي باشند. سيبهايي كه كمتر از 3 دانه دارند معمولا" نمي رسند و در اوايل تابستان از روي درخت خواهند افتاد. گرده افشاني نا مناسب يا نتيجه كمبود گرده افشانها و يا كمبود گرده توليد شده ويا به سبب شرايط آب و هوايي نامناسب براي گرده افشاني در زمان گلدهي مي باشد.
سرما هنگام گل دهي
يك مشكل كلي ، سرماي ديرهنگام است كه موجب نابودي ساختارخارجي ظريف گل مي شود. بهتر است براي فيلتر سازي هوا درختان درزمينهاي شيبدارکاشته شوند اما شيب نبايد رو به جنوب باشد ( در نيمكره شمالي) چون اين كار موجب گل دادن زودرس درخت ودرنتيجه افزايش آسيب آن در برابرسرما خواهد شد. اگر سرما زياد جدي نباشد مي توان صبح قبل از تابش خورشيد روي شكوفه ها روي درخت آب پاشيد با اين كار امكان نجات شكوفه ها وجود دارد. آسيبهاي ناشي از سرما را مي توان 24 ساعت پس از سرما تخمين زد. اگر مادگي گياه به سمت عقب برگشته بود نشان دهنده ازبين رفتن گل و عدم توليد ميوه خواهد بود.
وجود منبع آب در نزديكي محل پرورش سيب موجب تاخير گرماي بهار مي شود كه نتيجه اين مزيت به تاخيرافتادن شكوفايي تا زمان به حد اقل رسيدن احتمال سرما مي گردد. مناطقي از آمريكا مثل ساحل شرقي درياچه ميشيگان ، ساحل جنوبي درياچه انتاريو و اطراف برخي درياچه هاي كوچكتر كه اين تاثير خنك كنندگي آب به همراه خاك مناسب و خوب زهكشي شده وجود دارد پرورش سيب را در اين نواحي ممكن ساخته است .
پرورش دهندگان خانگي سيب احتمالاً امكان استفاده از منبع آب را ندارند اما آنها مي توانند از شيبهاي رو به شمال يا ساير ويژگيهاي جغرافيايي براي تاخيراندازي شكوفايي در بهار استفاده كنند. درختان سيب ( يا هر ميوه ديگر) كه در آمريكا در شيبهاي رو به جنوب كاشته شوند خيلي زود شكوفه داده و دربرابر سرماي بهار بسيار آسيب پذير خواهند بود.
كاستن از بار درخت
درختان سيب هر دوسال مستعد باردهي است. اگر ميوه را در مواقعيكه درخت محصول زيادي دارد ،بار آن را كم نكنند موجب كاهش گل دهي در سال بعد خواهد شد. كم كردن از بار درخت حتي خارج از زمان آن ، به برداشت محصول قابل توجه درهرسال كمك مي كند.

آفـــــــات
درختان سيب در مقابل تعداد از بيماريهاي قلرچي و باكتريايي و آفات حشره اي آسيب پذير هستند. تقريباً در تمامي باغات ميوه برنامه هاي فعال سمپاشي براي حفظ كيفيت خوب ميوه ها ، سلامتي درخت و محصول زياد انجام مي شود. يكي از جريانات در حال انجام در مديريت باغها ، استفاده از IPM يا كنترل يكپارچه آفات است كه سمپاشيهاي غير ضروري را هنگام عدو وجود آفت يا ( محتمل تر) هنگام كنترل طبيعي آنها كاهش مي دهد.
سمپاشي براي آفات حشره اي نبايد زمان شكوفه دهي انجام شود چون اين امرموجب مرگ گرده افشانها مي شود. و نيز در باغاتي كه در آنها ازآفت كشها استفاده مي شود نبايد اجازه رشد گياهاني كه مورد توجه زنبورها هستند داده شود. شبدر سفيد هلندي يكي از انواع فراوان علفها هستند كه بسياري از زنبورها در زمان تماس با گلهاي آن در سطح باغات مسموم مي شوند.
از بين بيشترين بيماريهـــــاي خطرناك مي توان به fireblight ( بيماري باكتريايــي (و دو بيماري قارچي به نامـــهاي black spot وخال زدگي سيب ( cedar-apple rust ) اشاره كرد.
plum curlico جدي ترين آفت حشره اي محسوب مي شود. ساير اين آفات عبارتند از : كرم حشره و كرم سيب .
پرورش سيب بدون استفاده از مواد شيميايي بسيار دشوار است اگرچه در تعداد معدودي باغ با استفاده از گونه هاي مقاوم در برابربيماري و كنترلهاي پرورشي بسيارخوب اين كاربصورت تجاري موفق ، انجام شده است. آخرين ابزاردر پرورش طبيعي ، اسپري كردن لايه نازكي ازخاك معدني كائولين است كه موجب تشكيل مانعي طبيعي در مقابل بعضي آفات شده و مانع آفتاب سوختي سيب مي گردد.
برداشت
بيشتر درختان بالغ هر سال معمولاً 10-5 بوشل ( 200-100 كيلوگرم) محصول سيب دارند. سيبها را با استفاده از نردبانهاي سه شاخه كه بگونه اي طراحي شده اند تا بين شاخه ها ثابت شوند، برداشت مي كنند. گونه هاي كمي كه چيده نمي شوند ضمن رشد بسيار زياد محصول فراواني مي دهند كه تقريباً برداشت آن ممكن نيست. درختان كوتاه هر سال تقريبا" 5-3 بوشل ( 100-50 كيلوگرم) محصول ببار مي آورند.
گونه هاي مختلف براساس محصولشان و اندازه نهايي درخت متفاوتند حتي اگرپيوند يكساني داشته باشند.
منابع :
سيب «درخت» http://daneshnameh.roshd.ir

سیب Apple http://www.money58.netfirms.com
سیب حرارت بدن را کاهش مي دهد http://www.niksalehi.com
سیب http://www.iranmania.com

فواید چغندر

چغندر گياهي است، داراي برگ هاي پهن و درشت و گلوله مانند. اين سبزي به دو رنگ ديده شده: سفيد و قرمز مايل به بنفش.
ريشه چغندر، پيازي است. رنگ ريشه چغندر ممكن است زرد، سرخ و سفيد باشد. ريشه چغندر به صورت خام قابل استفاده و مصرف است و اغلب آن را پخته مصرف مي كنند كه همه به نام لبو آن را مي شناسند.
ريشه كلفت چغندر، مواد غذايي و به خصوص ساكاروز (شكر) را در خود ذخيره مي كند. برگ هاي چغندر هنگام روز در مقابل نور آفتاب، ساكاروز مي سازند و شب ها آن را به ريشه ها مي دهند. مقدار ساكارز در هر منطقه متفاوت است.
براي اولين بار، چغندر در مديترانه و جنوب غربي آسيا ديده شد. چغندر به عنوان غذا از 2000 سال قبل شناخته شده بود.
رومي ها و يوناني ها از اين سبزي به عنوان غذا استفاده مي كردند. يوناني ها براي خنك شدن خونشان، چغندر مصرف مي كردند.
چغندر را از قديم شناختند و حتي در حدود چهار قرن قبل از ميلاد بخواص درماني آن آشنا بوده و از آن استفاده مي كرده اند . چغندر بطور بومي در ناحيه مديترانه و شرق اروپا وجود داشته است و در حال حاضر در بيشتر نقاط دنيا كشت مي شود . چغند دو نوع مي باشد يك نوع آن چغندر معمولي
است برنگ بنفش تيره و يا قرمز است و نوع ديگر آن چغندر قند است برنگ زرد روشن مي باشد كه بمقدربسيار زياد در نقاط مختلف دنيا براي استفاده از شكر آن شكت مي شود .
چغندر خوب آن است كه زياد در خاك نمانده باشد و يا باصطلاح جوان باشد زيرا چغندري كه زياد رسيده باشد سفت مي شود .چغندر پير معمولا گردني باريك درد و شيارهايي روي آن بوجود مي آيد .
خواص دارويي چغندر :
- خوردن چغندر پخته رعشه را معالجه مي كند و بسيار آرام بخش است.
- لبو به علت دارا بودن عناصر كمياب از بيماري جذام جلوگيري مي كند. فسفر دارد ، پس براي مغز و اعصاب مفيد است.
- براي استحكام استخوان ها مفيد است.
- لبو با اينكه 17 درصد قند دارد، ولي خنك است و اين خاصيت خنكي در برگ آن بيشتر است . از اين رو آب لبو براي التهاب مثانه، رفع يبوست و بيماري هاي پوست مفيد است.
- لبو ويتامين هاي A ، B و C دارد از اين رو اشتها آور است و بهتر است

همیشه به سالاد افراد کم وزن اضافه شود.
مصرف چغندر لکه هاي سفيدي که در پوست بدن پديد آمده و موجب مرض پيسي مي شود را از بين مي برد. از اين رو امام محمد باقر ( ع ) فرمودند : قوم بني اسرائيل از لکه هاي سفيدي که در بدن خود مشاهده مي کردند ، به حضرت موسي شکايت نمودند. حضرت موسي اين مطلب را به خداوند عرضه کرد. به موسي وحي شد که به بني اسرائيل فرمان ده تا گوشت گاو را با چغندر بخورند تا شفا يابند.
حتي برگ چغندر نيز خواص بسياري زيادي دارد که از آن جمله :
- برگ خام چغندر آرام بخش و خنك است و اگر پخته شود موجب نفخ نمي شود.
- برگ خام چغندر ورم طحال را بهبود مي بخشد.
- جهت درد مفاصل و نقرس سودمند است (چون مقدار زيادي آنتي اکسيدان دارد).
- شستشوي سر با جوشانده ي برگ چغندر شوره و چربي مو را از بين مي برد و ضد شپش است.
- قرار دادن دست و پاي ترك خورده در آب گرم شده ي برگ چغندر موجب بر طرف شدن عارضه مي شود.
- جوشانده ي برگ چغندر کلاً براي پوست و مو بسيار مفيد است و ضد جوش ، ضد ورم ، ضد ريزش مو ، ضد كك و مك و سوختگي با آفتاب است.
ترکيبات شيميايي:
چغند ر بسيار مغذي است و سرشار از مواد معدني و ويتامين ها است .
در زير مقدر مواد آن در صد گرم چغندر آمده است .
انرژي: 33 کالري
پروتئني: 1.2 گرم
چربي:0.06 گرم
هيدروکربن: 7.2 گرم
کلسيم: 11.1 ميلي گرم
فسفر: 20 ميلي گرم
آهن: 0.8 ميلي گرم
ويتامين آ: 5000 واحد
ويتامين ب 1 : 0.015 ميلي گرم
ويتامين ب 2 : 0.025 ميلي گرم
ويتامين ب 3: 0.33 ميلي گرم
ويتامين ث: 17.62 ميلي گرم
خصات گياه شناسي
گياهان خانواده Chenopodiaceae عمدتا علفي و يکساله‌اند ولي در ميان

آنها انواع چند ساله ، درختچه‌اي و بندرت درختي هم مشاهده مي‌شود. بسياري از اعضاي اين خانواده ، داراي ساقه‌هاي گوشتي و آبدار ، شبيه كاكتوسها هستند. تعداد معدودي از گياهان اين خانواده ، بالا رونده‌اند. برگهاي گياهان خانواده چغندر ، اغلب ساده و در بسياري از آنها بسيار ريز و فلس مانند و يا تحليل رفته هستند. اكثر اعضاي اين خانواده ، تك پايه و برخي از آنها دو پايه (گياه نر و ماده جدا از هم) مي‌باشند. گل آذين ، گرزنهاي مجتمع و كوچك و گاه سنبله دم گربه‌اي است كه در مسير تكامل در اين خانواده ، تغيير از گل آذين گرزن دو سويه به گرزن يك سويه و سپس به گل آذينهاي كروي و فشرده مشاهده مي‌شود.
گلها دو جنسي و يا تك جنسي و داراي 5 كاسبرگ معمولا گوشتي و فاقد گلبرگ هستند. گلهاي برهنه (فاقد گلبرگ و كاسبرگ) نيز در اين گياهان ديده مي‌شود. گلها عمدتا 5 پرچم دارند كه گاه به 2 يا 3 پرچم كاهش يافته است. مادگي معمولا 5 برچه‌اي و گاه 3 - 2 برچه‌اي و تخمدان در همه اعضاي خانواده ، تك خانه‌اي و فوقاني و داراي يك تخمك است. ميوه در گياهان خانواده Chenopodiaceae معمولا فندقه است و اغلب باله‌هاي رنگيني دارند كه از رشد كاسبرگها بوجود آمده‌اند. دانه‌ها داراي نشاسته ، دو لپه‌اي و داراي رويان خميده‌اند و رويش دانه‌ها به صورت رو زميني است. (لپه‌ها همراه با ساقه‌چه از خاك بيرون مي‌آيند.)
فيزيولوژي و آناتومي
گياهان خانواده Chenopodiaceae ، برخلاف ساير گياهان ، براي رشد و ادامه حيات خود به سديم نياز دارند. اين گياهان با انباشته كردن يونهاي سديم و برخي از يونهاي نمكي ديگر از جمله يون كلريد در بافتهاي خود ، فشار اسمزي دروني خود را بالا مي‌برند و بدين ترتيب مي‌توانند عليرغم بالا بودن فشار اسمزي محيطشان (به دليل شوري و كم آبي) ، آب را جذب مي‌كنند و در سلولهاي خود ذخيره نمايند. برخي از گياهان اين خانواده ، از جمله Atriplex ، داراي كركهاي ترشحي نمك روي برگ هاي خود هستند كه محل ذخيره نمكهاي اضاقي گياه‌اند.
روي سطح برگهاي Atriplex ، اين حبابهاي نمك پس از پر شدن از نمك مي‌تركند و لايه‌اي نقره‌اي رنگ را روي برگ ايجاد مي‌كنند كه باعث منعكس شدن نور تابيده شده به برگ مي‌شود. اين مساله علاوه بر اين كه باعث جلوگيري از بالا رفتن حرارت گياه مي‌شود از جذب پرتو فرابنفش و اثرات زيانبار آن نيز جلوگيري مي‌كند. چون اكثر گياهان اين خانواده در شوره‌زارها و شن‌زارها مي‌رويند، بسياري از آنها داراي ساقه‌هايي آبدار و متورم ، براي ذخيره آب ، و برگهايي بسيار كوچك ، براي جلوگيري از تبخير زياد آب ، مي‌باشند.
اعضاي خانواده Chenopodiaceae براي دستيابي به آب در اعماق زياد

زمين ، معمولا ريشه‌هايي گسترده و عميق دارند و برخي از آنها داراي چترهايي كم ارتفاع و بسيار انبوه هستند كه اين امر علاوه بر جلوگيري از تبخير آب ، باعث مقاومت در مقابل بادهاي شديد ، كه از خصوصيات مناطق كويري است، مي‌شود. تقريبا تمام گياهان خانواده چغندر ، پاييزه‌اند. اين گياهان در اواخر بهار جوانه مي‌زنند و در پاييز ميوه مي‌دهند كه اين ، سازشي براي زيستن در شرايط خشكي و شوري است و باعث مي‌شود كه ميوه‌ها در فصل پاييز كه زمان بارندگي است برسند تا دانه‌ها امكان بقاي بيشتري يابند. گياهان اين خانواده حتي در مناطقي كه باران سالیانه در آنها كمتر از 10 ميليمتر است نيز مي‌توانند به حيات و رويش خود ادامه دهند.

اهميت اقتصادي و بوم شناسي

گياهان خانواده چغندر يا Chenopodiaceae بخصوص در شن‌زارها ، چه در ايران و چه در ساير نقاط جهان از اهميت اكولوژيكي بسيار بالايي برخوردارند. در مناطق بياباني و شن‌زارها به دليل سيلابي شدن نزولات جوي ، وزش بادهاي شديد ، و كمبود وجود باكتريها ، گياهان و ساير موجودات زنده ، خاك همواره در معرض فرسايش و نابودي قرار دارند. در اين خاكها مهمترين عاملي كه مي‌تواند از فرسايش خاك جلوگيري كرده، ذرات خاك را در جاي خود تثبيت كند، وجود گياهان خانواده Chenopodiaceae در اين مناطق است. اين گياهان با داشتن ريشه‌هاي بسيار عميق و گسترده ، و چترهاي انبوه و كم ارتفاع ، مانع از روان شدن شنها و فرسايش خاك مي‌شوند.

جنس Haloxylon يا تاغ كه گونه‌هاي مختلفي از آن ، از جمله Haloxylon Persicum (سفيد تاغ) در ايران وجود دارند، مهمترين گياه تثبيت كننده شنهاي روان است. كاشتن اين گياه در مناطق كويري ، علاوه بر آنكه در ايجاد فضاي سبز اهميت فراوان دارد، مانع گسترش بيابانها و روان شدن شنها كه خسارات فراواني را ببار مي‌آورد، مي‌شود و در حفظ اكوسيستم و ادامه حيات گونه‌هاي مختلف ، اهميت بسزايي دارد. گياه سگ ليسه (Halocnemum Strobilaceum) كه يكي از مهم‌ترين هالوفيتهاي ايران است و پراكندگي وسيعي در بسياري از نقاط كشور دارد، نيز يكي ديگر از اعضاي خانواده Chenopodiaceae است.

از ديگر اعضاي مهم اين خانواده كه در اكوسيستمهاي شور و شني ايران مي‌رويند مي‌توان به اين جنس اشاره نمود: Atriplex (بوته شور) ، Haloxylon Salicornia (از جمله گونه Suaeda (سودا) ، Anabasis (رمسي) ، Seidlitzia (از جمله گونه Seidlitzia rosmarinus يا اشنان) ، Kochia (جارو گياهي) ، Halanthium ، Halostachys ، Bienetria.

اين گياهان حتي در كوير مركزي ايران نيز كه نيزآن بارندگي سالیانه در آن

بسيار كم است (كمتر از 10 ميليمتر) مشاهده مي‌شوند. تعدادي از اعضاي خانواده Chenopodiaceae نيز داراي اهميت تغذيه‌اي براي انسان هستند كه از جمله آنها مي‌توان به Beta Vulgaris (چغندر قند) Spinacia oleracea (اسفناج) و Chenopodiaum (سلمه تره) اشاره كرد.
بعضي ديگر از اعضاي اين خانواده از جمله Kachia Scoparia نيز براي تامين سوخت بكار مي‌روند. همچنين ، از برخي از اعضاي گياهان اين خانواده از جمله Atriplex , Salicornia در كشاورزي با آب شور استفاده مي‌شوند. تهيه آلكالوئيدهاي مختلف ، بتالائينها و ساير تركيبات شيميايي ، از ديگر مصارف اقتصادي گياهان خانواده چغندر است. خانواده Cheropodiaceae داراي 14 طايفه است كه 8 تا از آنها تك جنسي (داراي فقط يك جنس) و برخي از آنها (از جمله Atriplex) داراي گونه‌هاي بسيار زياد و متنوعي هستند.
خواص داروئي:
برگ چغندر خواص درماني بسياري دارد :
1-بعنوان ملين و رفع يبوست بكار مي رود
2-تقويت كننده كليه است
3-درمان كننده التهاب مجاري ادرار است
4-بعنوان مصرف خارجي براي پانسمان زخم و درمان تاول مصرف مي شود.
ّ چغندر مخلوط با آِّ ب هويج دفع كننده سنگ كيسه صفرا نيز هست .
شربت چغندر بهترين نوشابه و تقويت كننده بدن و دافع سموم بدن است .
شيره ي چغندر سيستم گردش خون را بهبود مي بخشد و به عملكرد سيستم ايمني كمك مي كند.
از جمله خواص ديگر شيره ي چغندر :
* كمك به جذب آهن و توليد گلبول هاي قرمز خون (براي زناني كه از كم خوني رنج مي برند مفيد است)
* كمك به حفظ سلامت سلول ها
* كمك به حفظ سلامت كل بدن با كمك آنتي اكسيدان هاي موجود در آن
* كمك به جذب بهتر بسياري از مواد مغذي
* كمك به حفظ سلامت كبد(1) (پاك كننده ي عالي صفراست)
* افزايش باروري
خواص دارويي چغندر :
خوردن چغندر پخته رعشه را معالجه مي كند و بسيار آرام بخش است.
لبو به علت دارا بودن عناصر كمياب از بيماري جذام جلوگيري مي كند.
فسفر دارد ، پس براي مغز و اعصاب مفيد است.
براي استحكام استخوان ها مفيد است.

لبو با اينكه 17 درصد قند دارد، ولي خنك است و اين خاصيت خنكي در برگ آن بيشتر است . از اين رو آب لبو براي التهاب مثانه، رفع يبوست و بيماري هاي پوست مفيد است.
لبو ويتامين هاي A ، B و C دارد از اين رو اشتها آور است و بهتر است هميشه به سالاد افراد كم وزن اضافه شود.
مصرف چغندر لكه هاي سفيدي كه در پوست بدن پديد آمده و موجب مرض پيسي مي شود را از بين مي برد. از اين رو امام محمد باقر ( ع ) فرمودند : قوم بني اسرائيل از لكه هاي سفيدي كه در بدن خود مشاهده مي كردند ، به حضرت موسي شكايت نمودند. حضرت موسي اين مطلب را به خداوند عرضه كرد. به موسي وحي شد كه به بني اسرائيل فرمان ده تا گوشت گاو را با چغندر بخورند تا شفا يابند.
حتي برگ چغندر نيز خواص بسياري زيادي دارد كه از آن جمله؛
برگ خام چغندر آرام بخش و خنك است و اگر پخته شود موجب نفخ نمي شود.
برگ خام چغندر ورم طحال را بهبود مي بخشد.
جهت درد مفاصل و نقرس سودمند است (چون مقدار زيادي آنتي اكسيدان دارد).
شستشوي سر با جوشانده ي برگ چغندر شوره و چربي مو را از بين مي برد و ضد شپش است.
قرار دادن دست و پاي ترك خورده در آب گرم شده ي برگ چغندر موجب بر طرف شدن عارضه مي شود.
جوشانده ي برگ چغندر كلاً براي پوست و مو بسيار مفيد است و ضد جوش ، ضد ورم ، ضد ريزش مو ، ضد كك و مك و سوختگي با آفتاب است.
طرز استفاده:
براي درست كردن شربت چغندر با آب ميوه گيري آب سه تا چهار چغندر خام را بگيريد و آنرا با يك ليوان آب معدني گاز در مخلوط كنيد اين شربت بسيار خوشمزه و انرژي زا است .
مضرات :
مضرات خاصي گفته نشده است .
منابع :
خواص غذايي چغندر KEPUNZEL.COM
چغندر http://www.iranmania.com
چغندر http://daneshnameh.roshd.ir
چغندر «داروئي» http://daneshnameh.roshd.ir
چغندر http://www.parsiteb.com
چغندر BEETS http://www.money58.netfirms.com

مشخصات تیره عناب Rhamnaceae

گياهان تيره عناب به صورت درخت يا درختچه هاي غالبا خاردار و به ندرت علفي مي‌باشند . در بين آنها انواعي با ساقه بالا رونده نيز يافت ميشود . مجموعا شامل 50 جنس و600 گونه اند كه بيشتر در اروپا و نواحي استوايي مي رويند . از اختصاصات آنها اين است كه برگهاي ساده ، غالبا متناوب و گلهاي منظم ، نرماده يا بر دو نوع نر و ماده ، پلي گام – دوپايه و يا يك پايه دارند ، كاسه گل آنها مركب از 4 تقسيم ( زود افت ) و جام گل آنها شامل 4 يا 5 گلبرگ ( به ندرت فاقد گلبرگ ) است . پرچم هاي آنها معمولا به تعداد قطعات جام گل و تخمدان آنها آزاد يا كم و بيش متصل به كاسه گل و غالبا داراي سه خانه مي باشد ، ميوه آنها به صور مختلف خشك شكوفا يا نا شكوفا و يا گوشت دار و به صورت شفت و محتوي يك يا چند دانه است . عده زيادي از گياهان به علت دارا بودن گلوكوزيد هاي آنترا كينونيك ، داراي مصارف دارويي مهم هستند . غالبا آنها داراي دستگاه ترشحي مواد موسيلاژ و صمغ مي باشند كه از سلولهاي منفرد و عريض يا مجتمع و فراهم و يا كيسه هاي ترشحي تشكيل مي يابند اين سلولها و كيسه ها در پوست و مغز ساقه ، در پارانشيم دسته هاي آوندي اطراف رگبرگ ها و دمبرگ و همچنين در برون بر ميوه ها ديده مي شوند. پوست عده زيادي از گياهان اين تيره Ramnus ها ، شامل تركيبات گلوكوزيدي در همي است كه قابليت توليد امودين Emodol ) Emodine) را داشته است و اثر مسهلي آنها مربوط به وجود اين مواد مي‌باشد.به علاوه گلوكوزيد مولد مواد رنگي نيز در آنها محقق گرديده است . از اين نظر بايد گفت كه در اين گياهان ، ماده قابل هيدروليز و مولد گلوكوزيدهاي آنتراكينونيك به نام رامناتيكوزيد rhamnarticoside و همچنين يك ماده گلوكوزيدي ديگري با تركيب شيميايي در هم به نام رامنيكوزيد rhamnicoside كه مولد ماده رنگي است يافت مي گردد . نمونه هاي دارويي متعددي در اين تيره وجود دارند كه عده اي از آنها در نواحي مختلف كشورمان ميرويند . ارزش دارويي انواع مهم آنها به علت دارا بودن گلوكوزيدهاي آنتراكينونيك anthraquinonique است كه اثر مسهلي و ياملين دارند . در بين آنها نمونه هايي با ميوه خوراكي مانند درخت عناب Zizyphus jujube و يا انواع دارويي مانند Ziziphus.spina-christi و يا انواع زينتي زيبا نيز يافت مي‌شود .

عناب

به فارسي عناب و در كتب مختلف فارسي و طب سنتي با نام هاي عناب ،

تبرخون ، شيلانه ، سيلانه ، شيلانك و در گيلان ( اون ناف دار) ، آلمه آغاجي ، عناب آغاجي ، سيب كوهي ، سنجد جيلان شناخته مي شود .
به فرانسوي ميوه آن را Jujube و درخت آن را Jujubier و به انگليسي Jujube tree وchinese date گويند .
گياهي است از خانواده Rhamnaceae
نام علمي آن Zizyphus jujube mill
مترادف آن Zizyphus vulgaris lam و Rhamnus zizyphus l. و Zizyphus sativa Gaert مي باشد.
گونه Z.vulgaris درراي دو واريته مي باشديكي Z.vulgaris lam V.inermis Bge و ديگري 8 ). Z.vulgaris lam.var spinosus Bgeو9)
مشخصات گياه شناسي :
عناب درختي است كوتاه ، بلندي آن 2 تا 8 متر كه گاهي تا 12 متر هم مي رسد و بسيار مقاوم به خشكي مي باشد . واريته اي از آن تيغ دار و واريته اي از آن بدون تيغ مي باشد . برگهاي آن زيبا ، كوچك ، بي كرك ، شفاف متناوب و واقع در دو طرف شاخه ها ، دندانه دار ، شامل سه رگبر گ طوري است در دو طرف هر دمبرگ در روي هر ساقه ، زايده هايي به شكل خارهاي محكم و تيزي ميروويد ، سپس چوبي شده و به طور دائمي در روي شاخه ها باقي مي ماند . گلهاي كوچك با دمگل كوتاه به رنگ سبز مايل به زرد و مجتمع به صورت دسته هايي كوچك در كنار برگها دارد ، داراي 5 گلبرگ ريز ، جدا و 5 پرچم و مادگي دو برچه اي است.
ميوه اش كه عناب ناميده مي شود به صورت شفت به رنگ مايل به قرمز ، شفاف (پس از رسيدن) به بزرگي يك زيتون و خوراكي است بوي آن ضعيف و طعمش لعابي و كمي شيرين و مطبوع است . ميوه واريته وحشي و تيغ دار آن خيلي ترش و قابض است و ميوه بي تيغ اهلي آن كمي قايض و ترش است ولي از هر دو نوع در موارد مشابه دارويي استفاده مي شود. حدود 40 نوع ازجنس Zizyphus وجود دارد كه همگي ديپلوئيد بوده و داراي 24 كروموزوم مي باشند .
پوست تنه درخت عناب ناصاف ، چوب آن محكم و به رنگ قهوه اي است . شاخه هاي جوان آن در ابتدا سبز تيره هستندو بعد به رنگ قرمز تيره تبديل مي شوند . هسته ميوه عناب سخت واستخواني مي باشد. به ميوه خشك عناب، خرماي چيني(chinese date) نيز مي گويند. تنه درخت جوان سرخ مايل به زرد مي باشد، در بهار و تابستان با رنگ برگها كه سبز روشن است به ويژه هنگامي كه ميوه اش مي رسد چشم انداز بسيار زيبايي دارد .
تركيب شيميايي عناب
عناب داراي لعاب فراوان و حدود 5% مواد پروتئيني و 4% مواد قندي و مقدار زيادي ويتامين c و املاح ميباشد در هسته عناب آلكالوئيد وجود ندارد

. روغن آن داراي اولئيك اسيد و لينولئيك اسيد ، پالمتيك اسيد و فيتوسترول است .
در گزارش ديگري آمده است كه در هر 100 گرم قسمت قابل خوردن خام ميوه عناب در حدود 69 ميليگرم ويتامين c وجود دارد . عصاره آبي چوب آن داراي يك ماده متبلور به نام اسيد زيزيفيك ( ac. Zizyphiqe ) ويك تانن بنام اسيد زيزيفوتانيكac.zizyphotanniqur)) است . اين تانن در ميوه عناب نيز مشخص شده است . عناب داراي مقدار زيادي موسيلاژ ، اسيد ماليك و اسيد سيتريك مي باشد .
خواص دارويي عناب
عناب به عنوان يك گياه دارويي و با خواص غذايي بالا به صورت تازه و خشك مصرف مي شود. شي جگن دانشمند چيني در قرن شانزده ميلادي در كتاب داروهاي گياهي ذكر نموده كه عناب در 2000 سال قبل مصرف دارويي داشته و در كشورهاي شرق آسيا از ميوه ، بذر ، برگ ، پوست و ريشه آن براي معالجه بيماري ها از جمله كاهش تب استفاده مي شده است .
در هند : از ميوه عناب به عنوان داروي لعاب دار و نرم كننده سينه و خون ريزي استفاده مي شود و براي تصفيه خون و كمك به هاضمه تجويز مي شود . جوشانده ريشه درخت عناب را براي كاهش تب به كار مي برند و گرد ريشه خشك آن را روي زخم ها و جراحت ها ي كهنه مي ريزند ، التيام بخش است . پوست درخت عناب دارويي براي قطع اسهال است .
دركره : از هسته آن به عنوان خواب آور و مخدر استفاده مي شود .
در چين : از ميوه عناب و مغز هسته آن استفاده دارويي مي شود و نيز از برگ ، پوست ، چوب وريشه آن نيز در مواردي استفاده مي شود . در اين كشور عناب به عنوان ضد سم در موارد مسموميت هاي حاصله در اثر اكونيت و ژانسيانا ( هر دو از گياهان خيلي سمي هستند ) به كار مي رود.
عناب اثر و طعم داروهاي محرك را كاهش مي دهد . با اين توضيح هر وقت از نظر دارويي لازم باشد كه از گياه اكونيت و ژانسيانا خورد بهتر است كه توام با عناب خورده شود زيرا اثر سمي و تحريكي آنها را حتي در حد مجاز مقدار مصرف مي كاهد و باعث مي شود كه آثار مفيد دو داروي فوق بدون خطر در بدن منعكس شود.
عناب به عنوان داروي آرام كننده اعصاب و مقوي عمومي ، مقوي معده آرام بخش، ملين ، ضد سرفه و مدر به كار مي رو د . بي خوابي را از بين مي برد و خواب آور است . عرق شبانه را قطع مي كند و براي ضعف عمومي و به طور كلي احساس خستگي و ضعف شديد بسيار نافع است .از برگ ، ريشه و پوست درخت عناب براي قطع بعضي از انواع تب ، تسريع رشد موي سر و تهيه مايع شستشوي چشم استفاده مي شود .

عناب خون را تصفيه مي كند و مولد خون صالح است يعني از داروهاي خون ساز مي باشد . التهاب ، تشنگي ، حدت خون ، درد كليه ، كبد و مثانه را تسكين مي دهد . ماليدن آن به تنهايي يا با هسته آن التهاب و ورم گرم چشم را تسكين مي دهد . آشاميدن آب خيس كرده آن يا دم كرده آن مخلوط با عرق كاسني يا سكنجبين براي تسحين حدت صفرا و خون مفيد است . مقدار خوراك ميوه عناب تا پنجاه عدد است .
جوشانده مخلوط عناب ، انجير، خرما و كشمش به عنوان داروي مفيد براي درمان بيماري هاي سينه ، در طب عوام استفاده به عمل مي آيد . مصرف عناب هيچ گونه تحريكي در دستگاه هضم ايجاد نمي كند از اين جهت براي اشخاصي كه دستگاه هضم حساس دارند مناسب است .عناب نارس و سبز بي مزه و گس و لعاب دار است و قابل خوردن نمي باشد زيرا سنگين و خيلي دير هضم است به همين علت خيلي سفارش شده كه قبل از رسيدن مصرف نشود . علاوه بر خاصيت خنكي ماده اي در عناب است كه خلط آور بوده و براي درمان سرفه از قديم مصرف مي شده است . در مداواي بيماري سينه كبد ، مثانه ،و رفع التهاب نافع است .جوشانده عناب بلغم را دفع مي كند و براي سينه درد و سوزش گلو مفيد است . گرفتگي صدا را از بين مي برد ، خون را صاف مي كند و براي شش ها و كمر درد مفيد است . اگر زياد بخورند دير هضم است و مصلح آن مويز و شكر است .10 تا 15 دانه عناب خشك يا تازه براي خوراك در چند روز مداوا كافي است . براي درمان كلسترول خون ، كوبيده عناب خشك كه يك شب در آب سرد خيس بخورد و صبح ناشتا آن را بخورند براي شستشوي كليه مفيد است . برگ درخت عناب خاصيت شويندگي دارد اگر كمي برگ تازه در كف دست ها له شود با آب توليد كف مي كند و به جاي صابون مي توان از آن استفاده كرد. عناب را با هسته مي سايند ، گرد به دست آمده زخم روده را مداوا مي كند . از محل شكستگي شاخه درخت عناب يا ترك هايي كه به علتي روي تنه پيدا مي شود شيره درخت به صورت صمغ ترشح مي شود اين صمغ همرا ه با كمي سركه براي تقويت عمومي بدن مفيد است.چوب درخت عناب داراي تانن فراوان است و اثر قابض دارد و در مداواي اسهال مفيد است .

- عناب به دليل داشتن لعاب فراوان نرم كننده سينه است .
- ملين است اگر آن را با آب و شير بجوشانيم بهتر است .
- ادرار را زياد مي كند.
- عناب آرام كننده عصاب است .
- خون را تميز مي كند .
- ضد سرفه است .
- جوشانده پوست درخت عناب داروي ضد اسهال است .

- آسم و تنگي نفس را برطرف مي كند .
-رشد موي سر را زياد مي كند .
- براي بر طرف شدن ورم چشم ، عناب را به چشم بماليد .
- حافظه را تقويت مي كند .
- هرگاه كه احساس غمگيني كرده و گريه مي كنيد يك فنجان دم كرده عناب لبخند را به لبهاي شما مي آورد.
- براي درمان سرطان آب عناب را با كاهو بخوريد .
- و بالاخره جوشانده برگ عناب را براي رفع گلو درد و خونريزي لثه ها غرغره مي كنند و اگر آن را به صورت موضعي بماليد درد مفاصل را برطرف مي كند.
شربت عناب:
عناب رسيده به صورت تازه و خشك قابل مصرف است . از آن شربت عناب نيز مي سازند كه در پزشكي استفاده مي شود . 800 گرم عناب خشك را در 4 ليتر آب مي جوشانند تا بپزد سپس عناب ها را له مي كنند مايع به دست آمده صاف كرده و 3 كيلو شكر در آن مي ريزد و دوباره كمي مي جوشانند ، شربت عناب به دست مي آيد . هنگام نياز نيم استكان از اين شربت را در يك ليوان آب خنك حل مي كنند و مي آشامند تمام خواص دارويي عناب در اين شربت موجود مي باشد .
تهيه جوشانده عناب :
ده دانه ميوه خشك شده را مي شكنند و همراه با يك قاشق سوپ خوري تخم گشنيز مي جوشانند ، سپس دم مي كنند پس از ساعتي آن را صاف مي كنند به مايع به دست آمده كه به اندازه يك ليوان معمولي بيشتر نيست كمي شكر قرمز مي افزايند . شربت خوش طعم و مطبوع حاصل مي شود كه تب بر مي باشد ، رفع عطش مي كند و ناراحتي هاي صفراوي را برطرف مي كند. ميزان مصرف آن سه بار در يك هفته كافي است و معمولا آن را ناشتا يا ( بين دو غذا ) عصر مي آشامند.
جوشانده و شربت عناب براي كساني كه از غذاهايي چون سير ، پياز ، خرما ، سرخ كردني ها ، غذاهاي پر روغن و ادويه دار بيشتر استفاده كرده باشند داروي طبيعي ، خوب و موثر ي است در گذشته به دليل نبودن داروهاي آرام بخش تفاله هاي جوشانده عناب را خشك مي كرده اند و همرا ه با كوكنار ( گرز خشخاش ) و كمي تفاله چاي خشك شده به جاي تنباكو در غليان دود مي كردند و براي تسكين دندان درد از آن استفاده مي كردند .
از جوشانده قسمت چوبي ريشه براي رفع احساس سيري مفرط و كمك به هاضمه مي‌خورند و اگر با گوشت بپزند و با سوپ يا آش آن را بخورند براي افزايش شير و قطع خروج اخلاط خوني توام با سرفه از ريه نافع

است .
جوشانده شاخ و برگ عناب خارش و جوشهاي روي پوست بدن را رفع مي كند . كمي شاخه جوان همراه با برگ تازه يا خشك را بجوشانند و آب آن را بتدريج بنوشند ، خارش بدن برطرف خواهد شد ولي خاصيت جنبي دارد و حس چشايي را از بين مي برد ، پرز هاي چشايي را از كار مي اندازد و تشخيص مزه ها غير ممكن مي شود ولي موقتي است و به تدريج به حال اول بر مي گردد .
جوشانده عناب :
عناب 14 دانه ، جوپوست گرفته 5/2 گرم ، آب به مقدار كافي .
عناب را خرد كرده و با جو مخلوط نمايند و بجوشانند تا شكفته شود مقدار آب بايد آنقدر باشد كه پس از جوشيدن 1500 گرم جوشانده به دست آيد و ميگذارند ته نشين شود و صاف روي آن را با انحراف ظرف برمي دارند و در تب هاي شديد يك فنجان بنوشند .
جوشانده نوع ديگري از عناب :
عناب 15 دانه ، سپستان 15 دانه ، تخم ختمي 4 گرم ، گل بنفشه 7 گرم ، گل نيلوفر 3 تا 5 عدد ، پرسيا وشان 5 گرم ، رازيانه نيم كوفته 3 گرم و به دانه 5/2 گرم .
اين داروها را شب در آب خيسانده و صبح جوشانيده بگذارند تا خنك شود و پس از صاف كردن نيم گرم با اضافه كردن قدري شكر سرخ به تدريج بنوشند براي تسكين سرفه و نرم كردن سينه و اخلاط خيلي نافع است .
خيس كرده عناب :
عناب20دانه، مويز دانه گرفته30دانه ،سه‌پستان30دانه و سر شاخه گل دار بنفشه 7 گرم .
اجزاي فوق را شب در نيم ليتر آب خيسانده و صبح پس از صاف كردن 50 گرم شير خشت و 50 گرم ترنجبين را به آن اضافه كرده خوب حل مي كنند و پس از صاف كردن با قدري گلاب و عرق بيد مشك مخلوط كرده ميل مي كنند .
روايات درمورد خواص عناب :
امام علي (ع) فرمودند :عناب تب را از بين مي برد
امام صادق (ع) فرمودند : برتري عناب بر ساير ميوه ها مثل برتري ما بر ساير مردم است .
مسيح دانشمند عرب : نشان داد كه عناب بيماري آسم را درمان كرده و كمي حافظه را بهبود مي بخشد .
عناب در طب سنتي :
عناب تازه از نظر طبيعت طبق راي حكماي طب سنتي معتدل در حرارت و برودت و مايل به رطوبت و طبق نظر شيخ الرئيس بوعلي سينا كمي سرد

است و از نظر خشكي در رطوبت معتدل است . در مورد خواص آن معتقدند كه عناب از عوامل ملين و نرم كننده سينه است و يكي از 4 ميوه سينه اي مي باشد ( عناب ، انجير ، مويز ، خرما)
مضرات عناب:
مضرات عناب اين است كه در معده هاي سرد ايجاد نفخ مي كند و براي اصلاح آن بايد شكر و مويز خورد به علاوه ترشح اسپرم را كاهش مي دهد و نيروي جنسي را كم مي كند براي پرهيز از اين عوارض بايد عناب را مخلوط با داروهاي محرك نظير عسل خورد .اگر برگ عناب در دهان جويده شود تا چند دقيقه موجب بي حسي ذائقه مي شود و طعم درك نمي شود.
گونه هاي مختلف Zizyphus
Zizyphus jujube -1
عناب معمولي كه درخت آن آسيا و آفريقا كشت مي شود . بلنديش ميانه است و براي تهيه ميوه آن را كشت مي كنند.
Z.lotus -2 اين درخت در آفريقا مي روييد و كمي كوچكتر از درخت عناب معمولي است .
Z.mistol-3 درختي است كه در آرژانتين ديده مي شود.
Z.joazeiro -4 درخت عناب بومي سرزمين برزيل است .
Z.sativa-5 درخت عنابي است كه تا 8 متر بلندي دارد بيشتر براي توليد چوب پرورش داده مي شود . ميوه اش استفاده هاي غذايي و دارويي دارد . هسته ميوه سخت و مانند هسته زيتون است از ميوه آن مربا و كمپوت مي سازند كه همان خواص شربت و جوشانده آن را داراست .
Z.calophylla -6 موطن اين درخت كشور مالزي است .
Z.spina – Christi-7 بيشتر در نواحي جنوبي ايران از ايران شهر تا خوزستان ، كرمان ، بندر عباس و خرم آباد مي روييد . ميوه اش خوراكي ، به اندازه زالزالك ، نارنجي رنگ است و شيرين مزه مي باشد .سر شوي صدر ساييده برگ آن مي باشد و در جنوب ايران به درخت كنار موسوم است .
Z.cyaneus-8 داراي برگهاي تيره و براق است گلهاي آن به رنگ آبي سير ، سرخ يا سفيد است و خوشه هاي ياس مانند دارد .
Z.island myrtle-9 گونه اي ديگر از عناب است كه برگهايش خاكستري سبز و بخش زيرين برگ مخملي سفيد است . انواع دو رگه اين گياه كه گاهي بسيار زيباست شناخته شده است .
Z.nummularia-10 كه در فارسي به آن دره مي گويند ، براي برگهاي تخم مرغي و نوك تيز و ميوه اش اشتها آور و مقوي معده است
شناسايي ارقام مختلف عناب :
در ارتباط با شناسايي ارقام مختلف عناب در داخل و خارج ا ز كشور

تحقيقات زبادي انجام نشده است و اغلب مقالات و كتب انتشار يافته در ارتباط با عناب در مورد خصوصيات گياه شناختي و خواص دارويي و در ماني اين گياه مي باشد .
Bal(1992) طي 10 سال مطالعه و بررسي در بخش باغباني دانشگاه كشاورزي هند كليد شناسايي ارقام مختلف كنار موريتاني Z.mauritiana كه از خانواده عناب است را تهيه كرده وي در ميان ويژگي هاي رويشي ، شكل نوك برگ را قابل اطمينان ترين ويژگي براي طبقه بندي ارقام ذكركرد . از ميان ارقام مورد مطالعه وي 24 رقم نيمه نوك تيز تا نوك تيز و 18 رقم با نوك غير تيز بودند . عادت شاخه دهي يكي ديگر از عوامل مناسب به شمار مي رفت . 21 رقم با شاخه دهي گسترده و 21 رقم با شاخه دهي عمودي گروه بندي شده اند . پس از آن شكل برگ ، قاعده برگ ، رنگ برگ و طول دم برگ در درجه سوم اهميت قرار داشت . ميوه هاي ارقام مختلف از نظر شكل به 4 گروه شامل : ميوه با نوك كاملا برجسته ، ميوه با نوك تقريبا برجسته ، ميوه با نوك گرد و ميوه با نوك فرو رفته تقسيم شدند .
Kumar (1995) : درمورد برگ 42 رقم از گونه كنار موريتاني Z.mauritiana مطالعات آنزيمي انجام داده در اين تحقيق مشخص شد كه 15 رقم در مورد پراكسيداز، 18 رقم درمورد آميلاز و 18 رقم در مورد فسفاتاز ، فنوتيپ آنزيمي مشخص دارند . با كمك آزمايشهاي آنزيمي مختلف تعداد 40 رقم از 42 رقم قابل شناسايي بودند.
ثابتي ( 1353) : خصوصيات گياه شناختي و پراكنش عناب را در ايران بيان مي كند . در خت عناب بومي نواحي مديترانه و آسياي معتدله است در ايران در سواحل درياي خزر ، دامنه نيل كوه در مينو دشت ، كردستان ، سردشت ، لرستان ، بختياري ، الموت به حالت خودرو مي‌روید و در بعضي مناطق مانند همدان، مشهد، بابل و ساير نقاط كشت مي شود .
زرگري ( 1371): در ضمن معرفي خصوصيات گياه شناختي و مشخصات عناب ، تركيبهاي شيميايي آنرا به شرح ذيل عنوان ميدارد .
عناب داراي لعاب فراوان و مواد قندي مختلف ، 72/2 تا 43/6 درصد پروتئين ، املاح عالي و ويتامين c است
مير حيدر ( 1375) : اطلاعات جامعي از مشخصات گياه شناختي ، تركيبهاي شيميايي ، خواص دارويي و كاربرد درماني عناب ارائه مي نمايند .
اميد بيگي ( 1376) : به معرفي گياهان تيره عناب مي پردازد ماده موثر گياهان دارويي متعلق به خانواده مذكور آنتراگليكوزيدي مي باشند و قند منوز در ميوه هاي اين گياها ن وجود دارد.
مناطق پراكنش :

درخت عناب بومي مناطق گرمسير است . در شمال آفريقا ، جنوب اروپا ، نواحي مديترانه اي و مناطق معتدل آسيا مي رويد . اين گياه بومي آسياي جنوبي ، شرقي ، ميانه و قفقاز است كه از چند هزار سال قبل در كشورهايي مانند چين ، هندوستان ، افغانستان و پاكستان و ايران كشت مي شده و بعد به كشورهاي اطراف مديترانه از جمله سوريه ، ايتاليا ، فرانسه ، اسپانيا سپس به كشورهاي شمال آفريقا منتقل شده است .
در سال 1873 ميلادي از جنوب فرانسه به آمريكا منتقل شده و امروزه در ايالات مختلف آمريكا اغلب به صورت زينتي كشت مي شود . عناب از گياهان بومي فلات ايران است و به طور عمده در استان هاي خراسان ، گلستان ، مازندران ، فارس ، اصفهان ، يزد ، همدان ، قزوين و قم وجود دارد . در سال 1374 ، مقدار 140 تن از ميوه عناب به خارج از كشور صادر شده است .
درخت عناب به حالت نيمه خودرو و پرورش يافته در نواحي شمالي ايران ، گرگان ، گيلان ، خراسان ، كاشمر ، زيرك آباد ، بلوچستان ، بندر عباس و كرمان در ارتفاعات 2000 متري ، شيراز و اطراف آن ، سيستان وزابل مي رويد .
مشخصات مناطق پراكنش عناب در ايران :
1- استان اصفهان : در اكثر نواحي اين استان درخت عناب كم و بيش مشاهده شده عمده ترين آن در كوهپايه بين ناييين و اصفهان به صورت باغهاي ميوه همره با درخت عناب به تعداد زياد يادر حاشيه اراضي زراعي وجود داشت ، اين باغها از نظر ميوه دهي و توليد نهال محل درآمد باغداران مي باشد . در روستاي پوده از توابع شهر رضا در قسمت غربي استان اصفهان هم مقدار زيادي درخت عناب وجود داشت كه از آنهامقدار زيادي ميوه برداشت مي شد . در روستاي كچومثقال از توابع اردستان در قسمت هاي شرقي استان نيز تعداد زيادي درخت عناب در حاشيه باغها ، زمين هاي زراعي و كنار جاد ه و حياط منازل مشاهده گرديد ضمن اينكه تك درختان عناب در شهر ها و روستاهاي اصفهان از جمله شهر رضا ،كاشان ، نياسر ، اردستان ،نطنز ناييين در حياط منازل و باغها وجود دارد .
2- استان خراسان : بيشترين سطح زير كشت عناب ايران در شهرستان بيرجند مي باشد . اكثر باغهاي عناب در حومه اين شهر واقع شده است كه ا ز طرف شرق تا مرز افغانستان نيز ادامه دارد . در اين منطقه باغهاي يك دست عناب مشاهده مي گردد كه در آمد غالب روستاييان به عناب بستگي دارد . نمونه هايي از درخت عناب در ديگر مناطق استان خراسان از جمله مشهد ، قائن ، بجنورد مشاهده شده است همچنين در اين استان روستاي عنابستان در بخش خوشاب از توابع شهرستان سبزوار با ارتفاع 1400 متر از سطح دريا با آب و هواي معتدل و خشك قرار دارد .

3- استان فارس: عمده ترين سطح زير كشت عناب در استان فارس در منطقه اي موسوم به دوسيران در نزديكي منطقه دست ارژن و كازرون با آب و هوايي نيمه خشك معتدل و كوهستاني مي باشد . اراضي منطقه با دامنه هاي مرتفع با شيب تند و خاك كم عمق و سنگلاخي به صورت باغ ميوه از جمله انجير ، گردو و انار مي باشد .كه مقدار زيادي از انواع ميوه از اين منطقه به داخل و خارج كشور صادر مي گردد . پاجوش هاي عناب در ميان باغ ها به وفور يافت مي شود . در اين منطقه قبل از باز شدن گلها و بعد از گل دهي هم زمان با آغاز تشكيل ميوه سم پاشي انجام مي گردد و بنابراين درختان عناب هم بازدهي خوبي دارند.
4-استان قزوين:عمده ترين محل پراكنش عناب در اين استان، ايستگاه تحقيقات دارويي الموت مي باشد . پايه هاي عناب دور تا دور ايستگاه كاشته شده است . بعضي پايه ها از قم و بعضي از درختان مادري موجود در منطقه تهيه شده است . پايه هاي عناب به صورت درختچه هاي انبوه مشاهده مي شود كه تعداد فراواني پاجوش دارند .
5- استان قم : در اكثر مناطق اين استان درخت عناب مشاهده مي شود كه عمده ترين آن در بخش جعفر آباد و روستاهاي دولت آباد ، كلاغ نشين و كمچنار است ، در اين استان درختان عناب در اطراف مزارع و باغهابه وفور يافت مي شود .
گاهي يه علت وجود پاجوشهايي كه در داخل مزرعه در محل نا مطلوب سربر مي آورند با آنها مبارزه مي شود . اين درختان اغلب به دليل قرار گرفتن در مرز باغها و مزارع تحت تيمار زراعي از جمله هرس و آبياري نيستند با اين حال مقدار زيادي ميوه هرچند ريز توليد مي نمايند علاوه بر اين در بخش هاي قاهان ، خلجستان و شهر قم درختان عناب به صورت تك درخت ياگروهي در داخل باغ ، باغچه و حياط منزل وجود دارد .
6- استان گلستان : در مناطق مختلف اين استان وجود عناب گزارش شده است در مراجعه و بازديدها در حومه شهر كلاله توده وسيع عناب به صورت خودرو مشاهده گرديد اين توده از نظر وسعت پراكنش و خودرو بودن در ايران منحصر به فرد و در حال حاضر به عنوان تنها ذخيره گاه طبيعي عناب در ايران مطرح مي باشد.
7- استان لرستان: عمده ترين منطقه پراكنش اين گونه در استان لرستان ، منطقه بزنويد از توابع شهرستان اليگودرز مي باشد كه توده اي ازعناب در آنجا وجود دارد و مقدار بسيار زياد ي ميوه از آن برداشت مي شود. ضمن اينكه تك درختان عناب در حياط منازل در شهرهاي اليگودرز ، ازنا ، دورود و بروجرد وجود دارد كه اغلب ميوه خوبي توليد مي نمايند .
8- استان مازندران : شرايط اقليمي و اكولوژي اين استان براي توسعه عناب مناسب است و درختان بيش از 30 تا 40 ساله در مناطقي از استان

مشاهده گرديد عمده ترين مناطق پراكنش عناب در اطراف روستاي مقام ساري است كه در آن چندين درخت عناب بزرگ و مسن با ارتفاع بيش از 8 متر و عمر بيش از 100 سال وجود دارد اين درختان ميوه زيادي توليد مي نمايند هرچند اين ميوه ها از نظر اندازه ريز مي باشند توده ديگر عناب در منطقه جويبار واقع است كه درختان حتي روي ماسه هاي كنار دريا استقرار دارند تك درختان عناب در نزديكي بهشهر و ساري وجود دارند .
9- استان مركزي: تك درختان عناب كم و بيش در تمام قسمت هاي اين استان از جمله شهر ها و روستاهاي دليجان ، محلات ، خمين ، اراك ، تفرش و ساوه پراكنده هستند پايه‌هايي از آن در باغها و حاشيه مزارع و يا منازل مسكوني مناطق مذكور مشاهده شد اين درختان از نظر توليد پاجوش و ميوه دهي شرايط متفاوتي داشتند .
10- استان همدان : در اين استان رويشگاه عناب وجود ندارد و منطقه دارستان شهرستان تويسركان در يك باغ ميوه پايه هاي عناب مشاهده شده البته اين درختان از مناطق ديگر به كلكسيون گياهان دارويي منتقل شده اند . در شهر ها و روستاهاي ملاير ، نهاوند ، تويسركان و همدان تك درختان عناب در حياط منازل وجود دارد كه در ملاير ميوه دهي بسيار خوبي دارند .
11- استان يزد: در اين استان تك درختان عناب در اكثر شهرها و روستاها از جمله يزد ، مهريز ، تفت ، ميبد ، اردكان ،درباغ هاي ميوه و حياط منازل وجود دارد كه اغلب از ديگر مناطق منتقل شده است .
عملكرد عناب:
وسيعترين مساحت زير كشت عناب در بيرجند مي باشد كه در سال 1367 حدود 85 هكتار بوده است و در حال حاضر عملكرد عناب در حدود 6000 كيلو گرم در هكتار مي باشد .
روشهاي تكثير گياه عناب :
براي ازدياد اين گياه 4 راه وجود دارد
1- جابجايي پاجوشها : معمولي ترين و سريع ترين راه تكثير آن استفاده از پاجوش است كه رشد سريع تري نيز خواهد داشت . با پاجوش را در اوايل يا در اواخر پاييز بر حسب اقليم هاي مختلف مي توان كاشت . علاوه بر پاجوش ها كه از كنار درخت مي رويد درخت عناب در جستجوي آب شبكه وار ريشه هاي زيادي مي دواند و از ريشه هاي سطحي جوانه هايي مي رويد و از زمين بيرون مي آيند در سال اول به شكل تركه اي راست و صاف خود نمايي مي كند سال دوم در پايان فصل پاييز كه درخت نمو نسبي كرده است با بريدن ريشه درخت مادر نهال را با ريشه از زمين بيرون مي آورند و در جاي ديگر در گودال هايي كه قبلا آماده شده است مي نشانند خاك محل كشت اگر هوموس دار باشد درخت رشد بيشتري

خواهد كرد در هر سال ، يك درخت بزرگ ( درخت مادر) دهها پاجوش قابل جابجايي دارد .
2- قلمه زدن :
از درخت عناب مي توان در نيمه دوم اسفند ماه قلمه گرفت قلمه ها بايد از شاخه هاي جوان يك ساله باشد . زميني را كه براي خزانه كاري بر مي گزينند ، شخم عميق (cm 30) را كه به طور اريب بريده شده است در كنار پشته ها در زمين فرو مي برند به طوري كه فقط 5 ، cm سر قلمه از لبه پشته بيرون و cm 25 در خاك فرو رفته باشد. فاصله هر قلمه از يكديگر cm 5 خواهد بود . پس از كشت قلمه ها، جوي ها را پر از اب مي كنند و زمين قلمه كاري شده بايد هميشه مرطوب باشد و مرتب وجين نشود . در روش ديگر پس از بر گريزان پاييزي و آغاز فصل سرما، قلمه ها را آماده مي كنند و در جعبه هاي به از خاك اره و يا پاكتهايي پلاستيكي كه باريك و بلند است و براي همين منظور تهيه كرده اند، حلقه ها را در خاك اره مي نشانند و در گلخانه يا جاي گرم و مرطوبي مي گذارند .قلمه ها تا وقتي جوانه نزده است، نياز به آفتاب ندارد ولي به محض جوانه زدن بايد در همان هوا در معرض نور خورشيد قرار گيرد تا بتواند به رشد خود به طور طبيعي ادامه دهد.
قلمه ها در خاك اره مرطوب ريشه مي دواند و نيز قلمه نهايي مستقل خواهد بود، جدا كردن قلمه ها در خاك اره كاري بسيار آسان است و ريشه ها سالم مي مانند سپس از بر طرف شدن خطر سرما ، يعني حدود ارديبهشت ماه آنها را از گلخانه بيرون مي آورند و به زمين محل كشت انتقال مي دهند . قلمه زدن در پاييز يك سال نهال را جلو مي اندازد و زودتر ، درخت به بار خواهد نشست.
3- خوابانيدن :
شاخه هاي دو سايه اي را كه از بخش پاييني تنه درخت مادر روييده است، مي توان خوابانيد . اين كار در فصل پاييز و اواخر زمستان انجام مي شود.
براي خوابانيدن شاخه در خاك به اين ترتيب بايد اقدام كرد:
آن بخش از شاخه كه در زير خاك قرار مي گيرد و به وسيله كارد تيزي قبلا پوست نيمي از شاخه به درازاي 5 سانتي متر بريده و بر داشته مي شود. سپس نزديك شاخه را گود مي كنند و آن را به آرامي مي خوابانند و گود را پر از خاك مي كنند. سر شاخه را كه از خاك بيرون مي ماند به يك تيم مي بندند تا راست بايستد. از همان محلي كه پوست برداري شده است در طول بهار و تابستان ريشه هاي نابجا مي رويد و اسفند سال بعد آن را از درخت مادر مي برند و با ريشه به محل اصلي انتقال مي دهند.
4- كشت بذر عناب :
اگر به دليل بررسي هاي ژنتيكي براي تعيين انواع جديد و نه به قصد توليد

زراعي نظر به كاشت هسته ميوه آن باشد بهتر است قشر سخت خارجي هسته را به طوري كه آسيبي به مغز ان نرسد شكسته و مغز آن را بكارند معمولا تخم تخم دو سال بعد از كاشت جوانه مي زند. براي كشت بذر عناب ، دانه هاي عناب را گرد آوري كرده سيلو مي كنند، سپس در بهار مي كارند. هسته هاي عناب رسيده هر كدام مي تواند نهالي توليد كند. روش كاشت بر اين صورت است كه در نيمه اسفند هسته ها را در طرفي پر از آب مي ريزند و در جاي گرمي مي گذارند. پس از چند روز كه خيس خورد آنها را در زميني كه بيشتر آماده شده است مي كارند، همه روزه روي آن را آب مي پاشند . بذرها در نيمه دوم فروردين مي رويند. نهالهاي دو ساله را پس از برگ ريزان از خزانه به زمين اصلي منتقل مي كنند. ولي بهترين راه زياد كردن درخت عناب همان جابجايي پا جوشهاي ريشه دار است زيرا مطمئن نر خواهد بود .
درخت عناب را معمولا پيوند نمي زنند زيرا نوع مرغوبتري ندارد ولي در صورت پيوند زدن زودتر به بار مي نشيند.
فواصل كاشت
فاصله درخت عناب از يكديگر بسته بر اين كه درخت به چه منظوري كاشته مي شود فرق مي كند ، اگر هدف به دست آوردن ميوه باشد و بايد نهالها 4 تا 5 متر از يكديگر نشانده شوند، ولي اگر براي تهيه چوب مبادرت به درخت كار مي كنند ، حدود نيم متر تا 60 سانتي متر فاصله كفايت مي كند.
چون رشد درخت عناب كند است در فواصل درخت عناب مي توان درختان ميوه سريع الرشد و با عمر كوتاه كاشت تا در چند سال اول كه هنوز عناب به سن بهره برداري نرسيده از ميوه هاي آن درختان استفاده نمود. بديهي است در اين قبيل موارد بايد درختاني انتخاب نمود كه از نظر مراقبتهاي زراعي با عناب تعارض نداشته باشد و موجب اختلال در رشد و نمو عنابها نشوند. چون درخت عناب تقريبا از آخرين درختهايي است كه شكوفه و برگ مي دهد (در خرداد و تير) بنابراين در مناطق سرفي از خطر سرما زدگي مصون است
درخت عناب معمولا در سنين 20-15 سالگي به حداكثر باردهي مي رسد.
كود مورد نياز :
در كشت سنتي درخت عناب ، عناب را كود نمي دهند. ولي براي برداشت محصول بيشتر بايد كود داده شود . بهترين كود همان كودهاي يكساله حيواني مي باشد كه در پاييز روي زمين مي پاشند سپس فاصله بين درخت عناب را شخم مي زنند تا كودها با خاك مخلوط شود. در حدود ارديبهشت ماه كمي كود اره نيز مفيد است پس از كود پاشي آبياري مفصلي را مي طلبد.

آفتهاي درخت عناب :
آفت مهم درخت فقط مگس عناب نام برده شده است ، نام علمي آن carpomya vensuniana از خانواده Tephrit idea مي باشند. حشره كامل مگس كوچكي است كه روي ميوه عناب تخم ريزي مي كند. لارو پس از بيرون آمدن از تخم از گوشت ميوه تغذيه مي كند.
شفيره اين حشره در فصل زمستان در خاك باقي مي ماند به همين علت براي مبارزه با آن يخ آب زمستاني و سم پاشي سپس از گل سفارش شده است.
پرورش درخت عناب براي توليد چوب :
بعضي درختان عناب كه تا 8 متر قد مي كشند براي بدست آوردن چوب قشنگي كه دارند پرورش داد. مي شوند اين درختان را معمولا در دره ها، نزديك به هم مي نشانند . نزديكي درختان به يكديگر موجب مي شود كه به جاي شاخ و برگ فراوان و ميوه دهي، فقط مانند درختان تبريزي قد بكشند . اين درختان در چنين وضعي داراي تنه اي صاف ، راست و بدون گره خواهند بود در نتيجه چوب مرغوبي حاصل مي شود.
چوب درخت عناب سپس از برش، سرخ رنگ و خال دار، مايل به زرد و رگه دار مي باشد ، چون بسيار محكم و زيباست، براي ساختن اشياء زينتي مانند مجسمه، عصا، و تسبيح به كار مي رود و در منبت كاريها و همچنين در ساختن ميز و صندلي و در و پنجره از آن استفاده مي شود. داخل تنه درخت برخلاف گردو و چنار پوك نمي شود . در گذشته دسته چيق را از چوب عناب مي ساختند كه جنبه زينتي نيز داشت، هم اكنون براي ساختن دسته پيپ از چوب عناب بهره گيري مي شود. زيرا چوب درخت عناب بدون رنگ آميزي فقط با اندود روغن جلد، زيبايي لازم را داراست.
: منابع
1- اميد بيگي –ر.1376- رهيافت هاي توليد و فرآوري گياهان دارويي –جلد 1. صفحه 110-109
2- اميد بيگي –ر.و س .دقيقي .1379.تاثير سن پاجوش و زمان انتقال آن در تكثير عناب .صفحه 58-53
3- ثابتي ،ح-1373.جنگلها ،درختان و درختچه هاي ايران.چاپ دوم
4- جانزاده،ع.اعجاز گلها و گياهان دارويي .صفحه 222-220
5- رضايي ،م وجايمند ،ك .تركيبهاي شيميايي در گياهان دارويي .جلد اول .صفحه 165-160
6- زرگري ،ع.1371 .گياهان دارويي .جلد اول .صفحه 603-601و588-587و605-603
7- قهرمان ،ا.فلور رنگي ايران .دانشكده علوم دانشگاه تهران
8- مظفريان ،و .1375.فرهنگ نامهاي گياهان ايران .صفحه 591

9- مير حيدر ،ح.1372.معارف گياهي .جلد 6.صفحه 408-412
10- مير حيدر ،ح.1372.معارف گياهي .جلد 3.صفحه 130-132
سايت طوبي

# خواص آویشن

نویسنده : مریم رضا زاده
خانواده نعناعیان Lamiaceae يكي از بزرگترين خانواده هاي گياهي است كه داراي پراكنش جهاني مي باشد ( به غير از مناطق قطب شمال و جنوب ) و داراي حدود 200 جنس و دو تا پنج هزار گونه از بوته هاي معطر و درختچه هاي كوتاه است. اغلب نعناعيان توليدكننده ترپن ها و انواع تركيبات دير هستند كه اين تركيبات را ( به طور عمده ) در غدد اپيدرمي برگها، ساقه ها و اندام هاي زايشي ذخيره مي كنند[1].
آويشن ( Thymus vulgaris L. ) يكي از گياهان تيره نعناعيان است كه به صورت بوته هاي پرپشت در دامنه هاي خشك و بين تخته سنگ هاي نواحي مختلف مديترانه از جمله در كشورهاي فرانسه، پرتغال، اسپانيا، ايتاليا و يونان مي رويد[2و3]. اين گياه در نواحي نيمه خشك زلاندنو به ميزان چندين هزار هكتار به صورت خودرو وجود دارد. اين گونه در كشور ما به طور وحشي ديده نشده است[2]. البته آويشن همه ساله در سطح وسيعي از كشورهاي اسپانيا، آلمان، فرانسه، پرتغال، آمريكا، چك ، اسلواك، مجارستان و شمال آفريقا كشت مي شود[5]. در ايران نيز سطح زير كشت اين گونه رو به افزايش است.
از آويشن در صنايع غذايي، دارويي، بهداشتي و آرايشي استفاده متنوعي مي شود. روغن آويشن داراي خواصي نظير ضداسپاسم، بادشكن، ضدقارچ، ضدعفوني كننده، ضدكرم، ضدرماتيسم و خلط آور مي باشد. اسانس آويشن از جمله ده اسانس معروف است كه داراي خواص ضدباكتريايي و ضدقارچي، آنتي اكسيدان، نگهدارنده طبيعي غذا و تأخيردهنده پيري پستانداران مي باشد و جايگاه خاصي در تجارت جهاني دارد[6و7]. همچنين آويشن در انواع غذاها استفاده مي شود و به عنوان تركيبات معطر در اكثر فرآورده هاي غذايي مهم نظير مشروبات و دسرهاي لبنياتي استفاده مي شود[8]. اگرچه رشد و نمو، كيفيت و كميت مواد مؤثر گياهان دارويي از جمله تجمع ماده خشك و بيوسنتز اسانس، اساساً به وسيله فرآيندهاي ژنتيكي كنترل مي شود ولي عوامل محيطي نيز در اين ميان نقش مهمي را دارند. آنچه كه مهم است اينكه روغن آويشن كه در مناطق مختلف كشت مي شوند از نظر رنگ، طعم، ويسكوزيته و تركيبات شيميايي متفاوت مي باشند و تنوع فصلي اثر معني داري روي عملكرد و تركيبات روغن آن دارد. فاكتورهاي زراعي نيز روي عملكرد كمي و كيفي آويشن تأثير دارند كه فاصله كاشت از فاكتورهاي مهم زراعي است كه روي عملكرد اسانس و ماده خشك در واحد سطح تأثير معني

داري دارد. و مشخص گرديد كه فواصل بوته كمتر، به طور معني داري سبب افزايش عملكرد سر شاخه و ميزان اسانس شده كه فاصله كاشت cm5 بيشترين عملكرد را داشته است[4].
اروپا به همراه آمريكا يكي از بازارهاي عمده مصرف كننده آويشن است. آمارهاي تجارتي نشان مي دهد كه آمريكا ساليانه حدود 1000 تن آويشن وارد مي كند. 90 درصد از روغن آويشن در تجارت جهاني در اسپانيا توليد مي شود[9].
تاريخچه- گياه مذبور چون اختصاص به نواحي غربي منطقه مديترانه دارد و از قديم الايام در آنجا، همراه با گونه هاي ديگر Thymus مي روئيده است، از اين جهت اگر قدما در آثار خود تحت نام Thymos، بحثي از اين گياه به ميان آورده باشند، مسلماً اگر منظور آنها Th.vulgaris نبوده،خيلي هم از اين گياه دور نبوده است.
تئوفر است و ديوسكوريد، دو گونه از اين گياهان را مي شناخته اند كه يكي براي مصارف طبي به كار مي رفت و گلهايي به رنگ سفيد داشته است و ديگري كه نوع سياه ناميده مي شده، ضمن ايجاد ناراحتي، موجب برانگيختن صفرا مي شده است.
T.valgaris در طي قرون بعد تا اوايل قرن 11، در منطقه وسيعي از مديترانه و خارج از آن، انتشار يافت و مورد شناسايي عده بيشتري واقع گرديد، بطوري كه اطباي قديم مانند Hildegard .St در قرن 12 و .St Albert در قرن 13، از آن در آثار خود نام برده اند. ضمناً زنان راهبه كه در طبابت مداخله مي نموده اند آن را در رفع جذام، فلج و Pediulose مؤثر مي دانسته اند. از اين زمان به بعد، گياه مذكور تدريجاً ارزش خود را از نظر طبابت از دست داد به طوري كه از آن فقط در طباخي استفاده به عمل مي آمد تا اينكه در سال 1725، Neuman ماده مؤثر گياه را كشف كرد و آن را Camphre Thym ناميد و دانشمند ديگري به نام Lallemande در سال 1853، اين ماده را تيمول نام گذاشت. از اين زمان به بعد، بررسي هاي عديده بر روي اثر درماني گياه به عمل آمد و از آن در معالجه بيماريهاي مختلف، استفاده گرديد 2].
گياه شناسي:
آويشن (Thymus vulgaris L. ) گياهي است از تيره نعناعيان (Lamiaceae ) كه ساختار بوته اي دارد و داراي ساقه مستقيم و علفي يا چوبي و پرشاخه به ارتفاع 10 تا 30 سانتي متر و در بعضي موارد تا 45 سانتي متر است. ساقه هاي منشعب اين گياه پوشيده از كرك هاي سفيد رنگ مي باشد[10].
برگ هاي آن معطر، تا حدودي هميشه سبز[11]، متقابل[11و2]، تقريباً بدون دمبرگ [11] يا داراي دمبرگ بسيار كوتاه [2] مي باشد. برگ ها

خاكستري روشن[12]، بيضوي- نيزه اي تا حالت كشيده[11] يا لوزي شكل[2] با طول 5 تا 15 ميلي متر[11] كه عموماً كنار برگ ها برگشته[11و10و2] مي باشد. سطح تحتاني برگ ها از گردي به رنگ متمايل به سفيد[2] يا نمد مانند[10] پوشيده شده كه داراي غده هاي فراوان اسانس مي باشد كه به علت وجود چنين غده هايي، معمولاً گل ها به رنگ ارغواني كم رنگ تا سفيد[10] به شكل لوله اي، دو لبه، صمغي و به طول 5 ميلي متر ديده مـي شود. كاسبرگ ها كركدار و غده مـانند و داراي براكتـه هاي شبيه برگ مي باشند. در شاخه هاي فرعي، گل ها به صورت دسته هاي جانبي و مارپيچي ديده شده و يا به صورت سرگل انتهايي بيضوي يا كروي شكل قرار مي گيرند[11]. همچنين كاسه گل به صورت زنگوله اي شكل با لبه دندانه اي كوتاه و صاف است[10].
حالات غيرطبيعي اين گياه آن است كه بعضي از پايه هاي آن، گل هاي فاقد پرچم دارند و در برخي ديگر، پرچم ها زودتر از مادگي رشد مي كنند[2].
ميوه از چهار فندقه كوچك تشكيل شده كه در لوله كاسه گل محصور شده است. بذر آويشن گرد و ريز كه هر 000/170 بذر آن يك اونس ( 3/28 گرم ) وزن داشته و بذر آن براي سه سال زنده باقي مي مانند[11].
اكولوژي:
مطالعات اكولوژي و آماري كه روي آويشن ( Thyms vulgaris ) انجام شده نشان داده كه پراكنش جغرافياي آن مطابق شكل شماره 1 است.
در مناطق گرم با ارتفاع كم و در اقليم هاي مديترانه اي خشك، جمعيت هاي تشكيل شده از گياهان فنوليك ( تيمول و كارواكرول ) از همه غالب تر بودند. با فاصله بيشتر از نواحي ساحلي مديترانه اي و حركت به طرف مناطق مرطوب تر، گياهاني كه كمتر فنوليك بودند پديد مي آمدند و جاي خود را به تدريج به شيميوتيپ هاي حاوي ترپن هاي غيرفنوليك حلقوي ( 4- توجانول و آلفا- توپنيئول ) و مونوترپن هاي غير حلقوي ( لينالول يا استورا‌ديكلي، ژرانيول ) مي دادند. در اسپانيا شيميوتيپ ديگري يافت شده كه تركيب دو حلقه اي 1 و 8- سينئول به عنوان تركيب اصلي آن شناسايي و بومي آنجا نيز مي باشد[1].
آويشن گياهي است كه به طور طبيعي در شرايط مزرعه اي در نواحي نيمه خشك تا معتدل گرم در دماهاي بالا و تشعشع شديد آفتاب رشد مي كند[17و18]. آويشن در مراحل اوليه داراي رشد خيلي كند بوده و در مراحل بعدي نمود- مخصوصاً 60 روز بعد- يك افزايش سريع در تجمع ماده خشك ( 4 تا 6 برابر تحت نور اضافي و 5/2 تا 5 برابر تحت نور طبيعي ) نسبت به گياهان 40 روزه دارد[17].
ميزان آب خاك و رژيم هاي نوري به طور معني داري رشد كلني هاي آويشن ( وزن خشك ريشه و اندام هوايي ) را تغيير مي دهند و بين شرايط

نوري و ميزان رطوبت خاك اثر متقابل مشاهده شده و تأثير افزايش رطوبت خاك اثر متقابل مشاهده شده و تأثير افزايش رطوبت خاك در شرايط نور طبيعي به اندازه نور اضافي قابل توجه نبوده است و افزايش رطوبت خاك در شرايط نور اضافي دارد. به هر حال در شرايط نور اضافي و رطوبت خاك 70 درصد، بالاترين ميزان فتوسنتز و اسانس نيز در شرايط نور طبيعي و 50 درصد رطوبت خاك ذكر گرديده است. البته منظور از نور اضافي يعني جريان فتوسنتزي 200 ميكرومول بر متر مربع در ثانيه است كه به وسيله لامپ هاي ( HPS High Pressure Sodium ) به همراه نور طبيعي ايجاد مي گردد[17و18].
در تحقيقي براي بررسي سطوح نوري بر روي ميزان اسانس، گياه آويشن تحت شدت هاي مختلف نوري ( سايه، ابري، 15، 27، 45، 100 درصد نور كامل ) قرار داده شدند و مشخص شد كه بيشترين غلظت اسانس و ميزان تيمول و Myrcene موجود در اسانس در نور كامل خورشيد به دست مي آيد. طول برگ و تراكم Peltate hair با كاهش سطوح نوري كاهش مي يابد[19].
خاك مزرعه آويشن بايستي به خوبي زهكشي شده و PH آن حداقل 6 باشد و در صورت نياز بايستي با استفاده از آهك اصلاح شود. اگرچه آويشن در شرايط خيلي خشك و بدون بارندگي رشد مي كند ولي عملكرد آن كاهش مي يابد و اساساً آبياري، عملكرد را افزايش مي دهد[9].
زراعت:
الف- كاشت
آويشن از طريق بذر، قلمه و تقسيم بوته تكثير مي شود[10و20]. عدم يكنواختي پوشش مزرعه همواره به عنوان يك مشكل در كشت مستقيم بذر مي باشد به همين خاطر روش كشت ديگري ارائه مي شود كه توليد نشاء بذري در بستر گلخانه يا قفسه هاي سلولي و سپس انتقال نشاها به مزرعه است.
بذور آويشن طي يك تا دو هفته در دماي 32- 12 درجه سانتي گراد ( 54 تا 90 درجه فارنهايت ) جوانه مي زنند. گاهي اوقات جوانه زني توسط نور تسريع مي شود[21].
به علت وجود اختلافات در وضعيت رشد، زمان گلدهي و توليد در گياهان حاصل از كشت مستقيم ( بذور ) كه ميزان يكنواختي را در مزرعه پايين مي آورد، بهتر است ژنوتيپ هاي مرغوب را انتخاب كرده و آنها را به وسيله قلمه تكثير نمود كه عدم يكنواختي در مزرعه و محصول كاهش يابد[9]. قابل ذكر است كه اين اختلافات به خاطر وجود دگرگشتي بالا و هتروزيگوسيتي در اين گياه مي باشد.
آويشن به آساني از قلمه هاي 10-5 سانتي متري در بهار تكثير مي شود.

هورمون هاي افزايش دهنده ريشه براي تكثير ممكن است مفيد باشند. در تحقيقي[22] مشخص شده كه كشت بذر آويشن نسبت به كشت قلمه آن، عملكرد بيشتري را توليد مي نمايد. در تحقيق ديگري[23] در كشت مستقيم، عملكرد ماده خشك بيشتري نسبت به نشاكاري به دست آمد.
زمان مناسب براي كشت بذر در خزانه اواخر اسفند مي باشد و در زمان انتقال، ارتفاع نشاءها 10 تا 15 سانتي متر مي باشد[5].
زمان كشت مستقيم بذور اوايل بهار يا اواسط پاييز مي باشد عمق كشت كمتر از 5/0 سانتي متر و ميزان بذر لازم 5 تا 6 كيلوگرم در هكتار مي باشد[5].
در تحقيقي[24] جهت بررسي تراكم مناسب براي دستيابي به عملكرد بالاتر، آويشن در فواصل 15، 20، و 45 سانتي متر و در رديف هاي به فواصل 60 سانتي متر كشت گرديد و مشخص شد كه فواصل عملكرد سرشاخه و ميزان اسانس در واحد سطح شده و بيشترين عملكرد در فاصله كشت 15 سانتي متر به دست آمده است. البته درصد اسانس در سرشاخه خشك گياه تحت تأثير فاصله كاشت قرار نگرفت. تحقيق مشابهي در كرج[25] نيز تراكم مناسب كاشت را 15 سانتي متر روي رديف و 50 سانتيمتر بين رديف ها گزارش كرده است.
ب- داشت
با توجه به اينكه آويشن به مدت 6-4 سال در مزرعه باقي مي ماند برنامه ريزي براي كوددهي آن حايز اهميت است. با مصرف ميزان مناسب كود دامي پوسيده ( تقريباً 30-20 تن ) قبل از كشت بايستي تأمين نياز غذايي آن را تضمين كرد[25].
در تحقيقي[26] براي بررسي اثرات ازت در مقادير مختلف بر روي رشد و ميزان اسانس T.vulgaris در طي چهار فصل در ازمير مشخص شد كه عملكرد ماده خشك گياه با افزايش مصرف ازت افزايش مي يابد. ميزان گل اسانس از 78/0 تا 1/3 درصد و درصد تيمول از 87/26 تا 57/58 درصد متغير بود و كود ازته هيچ اثر معني دار روي ميزان كل اسانس و يا درصد تيمول نداشت.
به طور معمول در فصل بهار قبل از كشت 50 تا 80 كيلوگرم در هكتار اكسيد پتاس به همراه 40 تا 60 كيلوگرم در هكتار ازت در اختيار گياهان قرار مي گيرد. از سال دوم ريش قبل از وجين علف هاي هرز همه ساله فصل بهار بايد 30 تا 50 كيلوگرم در هكتار ازت در اختيار گياهان قرار گيرد[5].
اگرچه آويشن به تعدادي از علف كش ها مقاومت نشان مي دهد به هر حال سوالاتي از قبيل بقاياي آن روي مواد گياهي مخصوصاً براي بازار صادرات مطرح است كه بايستي مشخص شود. هيچ علف كشي براي

استفاده روي آويشن ثبت نشده است و فقط تحقيقات محدودي در اين زمينه انجام گرفته است[9].
علف كش هايي كه ممكن است براي كنترل انتخابي علف هاي هرز آويشن در آزمايش هاي تحقيقاتي و زراعي استفاده شوند شامل Linuron, Sinbar, Stomp, Foresite, Versatill مي باشد. با اين وجود هيچ گونه كنترل شيميايي علف هاي هرز ممكن است مطلوب نباشد. البته شايد بدون كمك بعضي از علف كش ها، كشت آويشن در مقياس وسيع ممكن نباشد. با اين حال آويشن را مي توان بدون استفاده از علف كش به طور موفقيت آميز در مزارع با استفاده از يك پوشش بازدارنده رشد علف هرز پرورش داد. براي چنين كاري مي توان از مالچ هاي آلي استفاده كرد[9].
ج- برداشت
برداشت آويشن، نقطه بحرانـي در مديريت زراعـي اين گياه محسـوب مي شود[9]. به طور كلي، بهترين زمان جمع آوري اندام رويشـي ( برگ ها و ساقه هاي جوان ) حاوي مواد مؤثر هنگامي است كه گياه در مرحله گل زدايي باشد[27].
زمان برداشت مناسب براي آويشن در مناطق مختلف، متفاوت مي باشد و در تحقيقي در كرج، زمان برداشت مناسب، مرحله شروع گلدهي ذكر شده است و ارتفاع مناسب برداشت نيز 10 سانتي متر از سطح خاك گزارش شده است[27و28].
عمليات پس از برداشت:
به طور معمول آويشن در حجم زياد در آفتاب خشك مي شده اما كيفيت محصول نهايي بسيار كم بوده است. با استفاده از خشك كردن مصنوعي مي توان كيفيت محصول را كنترل كرد. به عبارت ديگر، يك خشك كن با جريان هواي تحت فشار مناسب مي باشد. آويشن بايستي در دماي پايين تر از 40 درجه سانتي گراد براي كاهش اتلاف عطر در جريان تبخير،خشك شود و رنگ سبز خود را حفظ كند. محصول خشك شده بايد پروسه جدا كردن برگ از ساقه ها و غربال كردن را براي حذف گرد و غبار طي كند تا محصول يكنواختي توليد شود.
اسانس آويشن را از اندام هوايي تازه آويشن مي توان به وسيله سيستم تقطير بخار استخراج كرد. اسانس در غدد كوچك روي برگ ها ذخيره شده است. عملكرد و كيفيت اسانس بسته به ساختار ژنتيكي گياه، مرحله بلوغ گياه، زمان برداشت، محيط و عمليات استخراج فرق مي كند[9].
شيمي گياه:
اسانس، ماده مؤثر آويشن مي باشد[2و13]. اسانس آويشن مايعي است زرد يا قهوه اي مايل به قرمز تيره با بوي مطبوع قوي و طعم تند و پايدار و خنك كننده، كه از تقطير برگ ها و سرشاخه هاي گلدار T.vulgaris

استخراج مي شود[14] و تركيبي از مواد شيميايي مختلف است[3].
به هر حال سرشاخه هاي آويشن حاوي اساني، تانن ها، مواد اصلي تلخ، ساپونين ها و ضدعفوني كننده هاي گياهي مي باشند[3] و جدول شماره 1 ساير تركيبات موجود در اندام هاي هوايي اين گياه را نشان مي دهد[15].
آويشن محتوي 8/0 تا 6/2 درصد (معمولاً 1 درصد) اسانس است كه قسمت اعظم آن را فنل ها ( 20 تا 80 درصد )، هيدروكربن هاي مونوترپني ( مثل p-cymene و y-terpinen ) تشكيل مي دهد كه گاهي هر كدام از اين تركيبات تا 80 درصد ( يا بيشتر ) از تركيبات اسانس را تشكيل مي دهند. به طور طبيعي تيمول جزء اصلي فنلي در آويشن است و كارواكرول نيز يك جزء فرعي است[8] كه در جداول شماره 2 و 3 مشخصات آنها آمده است. آنچه كه مهم است اين كه روغن آويشن حاصل از T.vulgaris كه در مناطق مختلف كشت مي شود از نظر رنگ، طعم، ويسكوزيته و تركيبات شيميايي متفاوت مي باشد[11]. از طرف ديگر تنوع فصلي يك اثر معني داري روي عملكرد و تركيبات روغني نيز دارد[4].
اسانس آويشن كه به اسانس تم موسوم است بر اثر تقطير با بخار آب به دست مي آيد. اين اسانس در مجاورت نور فاسد مي شود. وزن مخصوص آن بين 915/0 تا 935/0 است و بايد در محل خنك، شيشه هاي دربسته كاملاً پر و دور از نور نگهداري شود[2].
جدول شماره 1- تركيبات موجود در 100 گرم پيكر رويشي خشك آويشن[15]

| تركيبات | مقدار |
|---|---|
| آب | |
| انرژي | |
| پروتئين | |
| چربي | |
| كربوهيدراتها | |
| پنتوزان | |
| فيبر | |
| خاكستر | |
| كلسيم | |
| آهن | |
| منيزيم | |
| فسفر | |
| پتاسيم | |
| سديم | |
| روي | |

نياسين
ويتامينA ( به صورت بتاكاروتن ) 8/7 گرم
257 تا 350 كيلوكالري
8/6 تا 1/9 گرم
6/4 تا 4/7 گرم
48 تا 9/63 گرم
12 تا 16 گرم
19 تا 24 گرم
7/11 تا 2/13 گرم
1890ميلي گرم
124 ميلي گرم
220 ميلي گرم
201 ميلي گرم
4/8 ميلي گرم
55 ميلي گرم
6 ميلي گرم
5 ميلي گرم
3800 واحد
اسانس آويشن:
فارماكوپه هاي آرژانتين، اطريش، فرانسه، مكزيك، لهستان، روماني، اسپانيا و سوئيس همه فقط نوع T.vulgaris را مورد استفاده قرار مي دهند. فارماكوپه آلمان Thymus Zygis را نيز قيد مي كند. ( در سال 1949 B.P.C. اسانس اوريگانوم به عنوان مترادف اسانس آويشن ذكر شده است ولي اسانس اوريگانوم مشتقي از T.capitagtus و origanum spp مي باشد و ممكن است حاوي تا 75% فنلها باشد. )
مايعي است زرد يا قهوه اي مايل به قرمز تيره با بوي مطبوع قوي و طعم تند و پايدار و خنك كننده، از تقطير برگها و سرشاخه هاي گلدار Thymus Vulgris و انواع ديگر تيموس ( آويشن ) و انواع اوريگانوم از تيره نعناع ( Labiatae ) حاصل مي شود. حاوي بيش از 40% حجم به حجم فنل ها ( تيمول و كارواكرول )، سيمن Cymene و لينالول ( به مقدار كم ) مي باشد. در اسانس كشور فرانسه مقدار درصد تيمول به 24 تا 25 درصد مي رسد.
حلاليت: به نسبت 1 به 2 در الكل ( 80% ) محلول است.
نگهداري: در جاي خنك و در ظرفهاي كاملاً سربسته و دور از نور نگهداري شود.
تيمول: يا اسيد تيميك، فنلي به فرمول O14H10C است كه سال 1725

ميلادي توسط Nauman كشف و به نام كافور آويشن ( Campher de Thym ) موسوم شد تيمول به صورت بلوريهاي نسبتاً درشت، منشوري شكل و بيرنگ از اسانس تيم بدست مي آيد. در الكل، اتر، كلروفرم، اتردوپترول، سولفور دو كربن و اسيد استيك به مقدار زياد حل مي شود.
محلولهاي الكلي و آبي آن خنثي و فاقد هرگونه واكنش در مقابل تورنسل است. تيمول در محلولهاي قليايي به سهولت حل مي شود، در آب و گليسرين تقريباً غير از محلول است.
از مشخصات ديگر آن اين است كه با مانتول، سالول ( Salol )، كافور و كلرال، مخلوط مايع بوجود مي آورد. يك قسمت تيمول اگر در مقدار كافي اسيد استيك گلاسيال وارد شود و سپس معادل 3 قسمت اسيد سولفوريك به آن اضافه شود، به حالت گرم بايد ايجاد رنگ بنفش نمايد ( كدكس فرانسه ) .
مصارف: آويشن بسته به ميزان اسانس هاي فرار موجود اثرات ضدنفخ دارد.
مايع استخراجي از آن يكي از مواد سازنده شربتهاي غليظ ضدسرفه ( Cough linctuses ) مي باشد كه به عنوان ماده طعم دهنده نيز مورد استفاده قرار مي گيرد.
اسانس آويشن فرآورده هاي ضد اسپاسم، ضد نفخ و اثر ضدعفوني كننده قوي داشته، در عين حال كمي سمي است. اين سميت مربوط به ماده مؤثره آن، تيمول است كه در اسانس به مقدار نسبتاً زياد وجود دارد. از اين اسانس به صورت محلولهاي الكلي، گاهي در رفع بعضي سوء هضم ها، اسهالهاي ساده و دفع كرم استفاده مي شود. ولي در مواقع مصرف آن همواره به سميتي كه دارد بايد توجه گردد زيرا مقادير كم تيمول حتي در بعضي اشخاص ايجاد عوارض ناراحت كننده مي نمايد و موجب آزردگي غده تيروئيد مي شود. پماد حاصل از اين اسانس در بعضي از بيماريهاي جلدي مخصوصاً زونا اثر مفيد ظاهر مي كند. در بيماريهاي جلدي گاهي از آن محلولهايي به صورت حمامهاي موضعي تهيه مي شود كه بكار بردن آن موجب قوي شدن اعمال پوست و رفع ناراحتيهاي جلدي مي گردد، زيرا تجارب مكرر نشان داده كه حمام اسانس مذكور اثر قرمز كننده پوست بدن دارد و مي توان آن را به مقدار 1 تا 2 گرم مخلوط در مقدار آب، براي رفع عوارض رماتيسم هاي مزمن و سياتيك هاي مقاوم به كاربرد بخصوص كه محلولهاي رقيق آن اثر تحريك كننده بر روي مخاط چشم و پوست صورت ندارد.
همچنين مي توان اين اسانس را در مصرف خارجي با روغن زيتون يا روغنهاي ديگري روي مفاصل به عنوان گرم كننده و محرك سطحي بكار برد. اسانس تيم در فرمول بم اوپودلدوك Baum Opodeldock كه داراي

اثر ضد رماتيسمي است وارد مي گردد.
تيمول به علت دارا بودن اثر ضدعفوني كنندگي، مي تواند در بيماريهاي روده و يا ضدعفوني كردن آن در مسموميت هاي ناشي از عفونت روده، ديسانتري و وبا ( به عنوان پيشگيري ) اثر مفيد ظاهركند ولي مصرف آن از اين لحاظ كمتر معمول است، در عوض از آن به علت دارا بودن اثر ضدكرم براي دفع كرمهاي تريكوسفال، كرم كدو، كرمك و آنكيلوستوم ( به صورت تنقيه ) استفاده به عمل مي آيد.
در استعمال خارج، از تيمول به عنوان ماده ضدعفوني كننده قوي استفاده به عمل مي آيد. تيمول در فرمول خميردندانها و محلولهاي غرغره و دهان شويه، وارد مي شود. در بيماريهاي دستگاه تنفسي مانند برونشيت مزمن، سل و سرفه، به صورت استنشاق و يا به حالت محلول جهت پانسمان زخمها بكار مي رود، زيرا اثر ميكروب كشي آن بر فنل ترجيح دارد.
در نزد 17 كودك بين 3 تا 18 سال مبتلا به شب ادراري با تجويز يك استكان كوچك از چاي آويشن تقطيري در موقع خواب به مدت 6 هفته موفقيت 85 درصد بدست آمد[37]
آويشن در انواع غذاها شامل غذاهاي پختني، گوشت و فرآورده هاي گوشتي، ادويه جات، چاشني ها و ... استفاده كمي مي شود. روغن سفيد آويشن، تنتور و عصاره مايع آن به عنوان تركيبات معطر در اكثر فرآورده هاي غذايي مهم شامل مشروبات الكلي ( مثل ليكور ) و غيرالكلي، دسرهاي لبنياتي منجمد،ژلاتين ها و دسرهاي محتوي آرد برنج و ... استفاده مي شود. به طور متوسط حداكثر ميزان استفاده ها از آن كمتر از 003/0 درصد است[8].
فرآورده ها:
- عصاره مايع آويشن – B.P.C. 1949 ) Thym Liguid extract ( :
100 گرم آويشن را ابتدا به روش پركولاسيون با مخلوطي از 10 ميلي ليتر گليسرول، 25 ميلي ليتر الكل ( 90% ) و 65 ميلي ليتر آب استخراج نمائيد. 85 ميلي ليتر از استخراج اوليه را كنار گذاشته بقيه را تبخير كنيد تا عصاره نرم حاصل شود. عصاره حاصل را در قسمت كنار گذاشته شده حل كنيد و با مايع استخراجي دوم به 100 ميلي ليتر برسانيد.
مقدار مصرف: 6/0 تا 4 ميلي ليتر.
در بعضي از فارماكوپه ها محصول مشابهي وجود دارد.
- دم كرده 5 تا 10 گرم گياه در يك ليتر آب جوش يا 2 تا 3 گرم آن بر حسب هر فنجان، ( در مواردي كه منظور استفاده از آن به عنوان محلل باشد مي توان نعناع و با در نجبويه نيز جهت تخميرات معده و روده و يا مواد ديگر، بدان اضافه نمود. )
- گرد اعضاي خشك شده گياه به مقدار 4 تا 8 گرم مخلوط در عسل يا در

يك محلول.
- شربت حاصل از دم كردن يك قاشق سوپخوري از سرشاخه گلدار يا برگدار گياه در 150 گرم آب براي مصرف در روز، صبح ناشتا، نيم ساعت قبل از صبحانه.
- دم كرده يا جوشانه 30 گرم سرشاخه در يك ليتر آب به منظور تهيه لوسيون جهت استعمال خارج.
- جوشانده سرشاخه گلدار گياه با پوست بلوط و لاواند، براي استفاده به حالت گرم جهت شستشو و رفع ترشحات زنانگي.
- در دامپزشكي، يك مشت از سرشاخه گلدار گياه را به مدت 15 تا 20 دقيقه در 2 تا 3 ليتر آب مي جوشانند و براي پانسمان جراحات پوزه حيوانات، زخم مخاط دهان، نوك پستان و سم دامها بكار مي برند.
از تيمول براي دفع كرم، به صورت كاشه هاي محتوي 25/0 تا 50/0 گرم و به مقدار حداكثر 4 گرم در روز براي اشخاص بالغ استفاده به عمل مي آيد. بايد توجه داشت كه تيمول حتي اثر تحريك موضعي دارد و اگر به مقدار 2 گرم مصرف شود، ممكن است عوارض ناراحتي كننده اي مانند تهوع، احساس درد در معده يا اسهال و غيره ايجاد نمايد از اين نظر گاهي آن را به صورت محلولهاي تنقيه مورد استفاده قرار مي دهند. پس از مصرف تيمول، هرگز نبايد مشروبات الكلي مصرف شود زيرا باعث سرعت جذب آن و ايجاد مسموميت مي گردد. براي دفع كرم كدو، مدت 8 روز متوالي، يك كاشه محتوي 25/0 گرم تيمول را صبح ناشتا بايد مصرف كرد. با اين روش كرم كدو در روز چهارم دفع مي گردد. به طوري كه ادامه مصرف آن تا روز هشتم منحصراً براي اطمينان از دفع كلي انگل مي باشد.
براي دفع اكسيورها، مدت 4 هفته بايد اين دارو به شر زير مصرف گردد:
در هفته اول و سوم، در هر روز 8 كاشه محتوي 50/0 گرم تيمول را بايد به فاصله ده دقيقه از يكديگر صبح ناشتا مصرف كرد و يك ساعت بعد از مصرف كاشته هشتمي نيز يك مسهل نمكي به كار برد. در فاصله هر دو روز نيز بايد يك تنقيه محلول هيپرتونيك نمك طعام ( 5 گرم نمك طعام در 250 گرم آب ) استعمال كرد.
در هفته دوم و چهارم نبايد اصولاً تيمول يا داروي ديگر بكار برده و فقط مي توان 10 گرم سونيترات بيسموت هر روز صبح مصرف نمود. در تمام دوره مداوا نيز مجراي دفع و حدود خارجي آن را بايد به پماد كالومل 30/1 آغشته كرد.
از تيمول در استعمال خارج به صورت محلولهاي 1 تا 5 در هزار ( آب الكل دار ) جهت غرغره، پانسمان و استنشاق و يا پماد 1 ا 2 درصد و غيره استفاده به عمل مي آيد[2و37].

گونه هاي مهم جنس Thymus در ايران:
چهارده گونه گزارش شده ايران، بيشترين پراكندگي را در شمال و غربي كشور دارند ه 10 گونه در استان هاي شمالي ( گرگان، گيلان و مازندران )، 11 گونه در استان هاي غربي ( آذربايجان، باختران، همدان، كردستان، لرستان، چهارمحال و بختياري، كهكيلويه و بويراحمد و اصفهان )، 7 گونه در مركز ( تهران، سمنان، قزوين، اراك، يزد )، يك گونه در فارس و دو گونه در كرمان وجود دارد.
در زير فهرست گونه هايي كه در مناطق مختلف ايران وجود دارند ارائه گرديده است[28].
گونه هاي موجود در استان هاي شمالي:
1.Thymus fallax
2.T. transcaucasicus
3.T. kotschyanus Boiss
4.T. fedtschenkoi Ronniger
5.T. migricus Klokov
6.T. transcaspicus Klokov
7.T. pubescens Boiss
8.T. carmanicus Jalas
9.T. causcasicus Wild
10.T. nummularius
گونه هاي موجود در غرب ايران:
1.T. persicus
2.T. daenensis
3.T. fallax
4.T. transcaueasicus Ronniger
5.T. kotschyanus Boiss
6.T. fedtschenkoi Ronngier
7.T. migricus klokov
8.T. trautvetteri Klokov
9.T. pubescens Boiss
10.T. caucasicus Wild
11.T, eriocalyx
گونه هاي موجود در كوه هاي البرزواطراف تهران:
1.T. daenensis
2.T. fallax
3.T. kotschyanus Boiss

T. fedtschenkoi Ronniger.4
T. pubescens Boiss.6
T. caucasicus Wild.7
T. carmanicus Jalas.8
گونه هاي موجود در جنوب ايران (فارس و كرمان):
T. daenensis lancifolius.1
T. fedtschenkoi Ronniger.2
T. carmanicus Jalas.3
آويشن كوهي Thymus daenensis :
گياهي است پايا- پرساقه و به صورت بوته هايي بالشتي، دربن و پايه چوبي. ساقه گلدار به طول 10 تا 25 cm ايستاده- ساده پوشيده از كركهاي خوابيده و بر هم- برگ بدون دمبرگ- سرنيزه اي تا تخم مرغي باريك- سرنيزه اي، نوك نيز در سطح پشتي داراي دو زوج رگبرگ طرفي و رگبرگ برجسته مياني- گلها صورتي بنفش و ياس كم رنگ مجتمع در گل آذين كوتاه كپه اي يا سرمانند شامل چرخه هاي نزديك به هم در انتهاي ساقه هر گلها تقريباً شبيه برگ- گاهي متمايل به ارغواني- كاسه گل به صورت 5/4 تا 3/5 mm – داراي لوله تقريباً استوانه اي موسم گل در خرداد و تير.
گونه اي آويشن كوهي Thymus caucasicus :
گياهي است پايا- سبز چمني- در پايه چوبي- معمولاً غير ايستاده - تقريباً آويخته يا خيزان- ساقه بسيار متعدد و منشعب- شاخه هاي گلدار نازك و نخي به طول 8-2 cm - خيزان- كاملاً كركدار- برگ ساقه اي تقريباً محكم و به تدريج در جهت گل آذين بزرگتر شده- داراي دمبرگ مختصر- بيضي- تخم مرغي يا واژه تخم مرغي يا نيمه مدور- كم و بيش نوك تيز- بدون كرك يا كركدار- گلها ارغواني يا صورتي- مجتمع در گل آذين كوتاه و كپه مانند. كاسه گل ارغواني با لوله استكاني.
گونه اي آويشن كوهي Thymus fallax :
گياهي پايا- بوته اي ايستاده و در پايه چوبي- با ارتفاع 15 تا 30 cm با ريشه محكم و ضخيم. ساقه محكم بسيار منشعب، در پايه چوبي- با شاخه هاي گل دار به ارتفاع 10 تا 15 cm- كم و بيش داراي مقطع چهارگوش پوشيده از كركهاي كوتاه و برگشته.
برگهاي نيزه اي بيضي در قاعده كنجي- نوك تيز- گلها سفيد، صورتي مجتمع در يك گل آذين كوتاه ( كاپيتون ) براكته ها سبز علفي- مشابه برگها جام گل به طول 6 ميليمتر- موسم گل ارديبهشت، خرداد.
گونه اي آويشن كوهي Thymus Pubescens :
بوته هاي قالباً كوتاه تقريباً چمني با بن سخت و چوبي- ساقه در پايه چوبي،

پر شاخه با شاخه هاي افتاده- خيزان گاهي گسترده و خوابيده بسيار منشعب با شاخه و شاخكهاي عقيم و گلدار به طول 2 تا 8 cm- قالباً كركدار علفي- يا در پايه چوبي با مقطع چهارگوش- برگ چهارگوش سرنيزه اي يا بيضي در قاعده كنجي و در رأس نوك تيز- بدون كرك يا كركينه پوش- غده ها بدون پايه.
گل صورتي يا بنفش كمي متمايل به سفيد- غالباً مجتمع در گل آذين كپه مانند- براكته سبز- مشابه گلها كاسه سبز يا ارغواني- يا لوله اي نيم استوانه اي - موسم گل ارديبهشت، خرداد.
آويشن كوهي:
آويشن كوهي نيز داراي خاصيت مقوي معده، نيروبخش، خلط آور، عرق آور، قاعده آور، ضد درد، تشنج و براي سياه سرفه، نزله برونشها، نفخ شكم و انواع سوء هضم، اختلالات روده، اسهال، روماتيسم و ورم مفاصل مفيد است. جوشانده آن را با عسل مي خورند.
اين گياه بر روي تپه ها و جاده ها مي روييد. ساقه هايش نازك و كوتاه و گلهايش قرمز و برگشهايش شبيه به برگ آويشن است. بدين جهت در فرانسه آن را آويشن قرمز مي نامند زيرا خواص آن مثل خواص آويشن و معطر است.
كاكوتي در بند آمدن خونريزي بيني مؤثر است و عرق آن را به جاي گلاب به طور مايع در داروهاي چشمي استعمال ميكنند، كاكوتي براي سياه سرفه، برونشيتف روماتيسم و كرم شكم مفيد است. بيست گرم آن را بايد در يك ليتر آب جوشاند و مصرف كرد[36].
آويشن شيراز Zataria multiflora :
شاخه ها با پوست سفيد كركدار- برگها به طول (3) 5-7 (13-) mm دايره اي يا بيضوي با قاعده گرد بندرت تقريباً قلبي- سربريده، رأس گرد يا به ندرت دايره اي- پهن شده تقريباً نوك دار در حالت جوان با كركهاي سفيد، سرانجام كاملاً بدون كرك- چرخه هاي گل دسته اي گروهي انبوه، يا سنبله اي شكل- بدون پا يك يا در شاخه هاي پاييني نازك، برگ هاي كوچكي در پاي آن- كاسه گل بسيار كوچك دندانه ها پنج تايي هم اندازه سه گوش، نوك كند- كرك پوش.
بررسي خصوصيات اكولوژيك Zataria multifora در استان اصفهان:
گياهي است علفي و پايا كه ساقه هاي متعددي دارد به ارتفاع 20 تا 50 cm و تا 5/1 متر هم مي رسد، داراي ريشه اي با الياف چوبي است. برگهاي آن باريك، متقابل و بيضوي به رنگ سبز خاكستري است. حاشيه برگها تا حدودي برگشته هستند. سطح بالايي كمي كركدار است. سطح زيرين داراي كركهاي قابل لمس است. گلهاي آن كوچك و خوشه اي و به رنگ سفيد مايل به بنفش و سرخ است و تخم آن ريز و كوچكتر از تخم

خردل است. زمان گل دادن بين خرداد تا مرداد است. تاج پوششي كرك و به ابعاد 160×170 cm است و ميزان 4EC /cm ? mm = و تا 65-5/36% آهك را تحمل ميكند. شروع فصل رويشي اوايل بهار است[34].
سيسنبرL Thymus serpyllum. :
شرح: گياهي است پايا و از لحاظ شكل بسيار متغير. يك ريشه اصلي دارد كه ساقه هاي خزنده فراواني به رنگ قرمز يا سبز از آن منشعب مي شود. قطر ساقه ها 1 تا 2 ميلي متر و به ارتفاع 30 سانتي متر است و مي توانند يك پوشش كامل را تشكيل دهند. ساقه ها داراي جوانه هاي گلدار به ارتفاع 2-15 سانتي متر هستند. برگها تخم مرغي يا نيزه اي بوده و تا 16 ميلي متر طول و 2 تا 8 ميلي متر پهنا داشته و كم و بيش كركدار هستند. گلها صورتي رنگند و در رأس ساقه به طور فشرده قرار گرفته اند. تمام قسمتهاي گياه بسيار معطر است و بويي شبيه آويشن يا ليمو دارد. درماههاي ارديبهشت تا شهريور گل مي دهد.
قسمت مورد استفاده: گياه گلدار خشك شده. گياهاني كه بوي آويشن دارند از نظر دارويي مطلوب ترند.
زيستگاه و گردآوري: در سواحل رودخانه ها، كنار جاده ها، در نواحي خشك و سنگي و مراتع كوهستاني سرتاسر اروپا مي روبد، در انگلستان به وفور مي روبد، گياه گلدار را جمع آوري كرده و در سايه در حرارتي كمتر از 35 درجه سانتيگراد مي خوشكانند.
ايران: اين گياه در گرگان، اصفهان، كرمان و نواحي مركزي ايران مي روبد.
تركيبات و اثر: اسانس فرار تركيب اصلي آن است، همچنين مقدار كمي تانن دارد. اين گياه داراي خاصيت ضد التهابي براي برونشيت و تسكين سياه سرفه است. براي ناراحتي هاي گوارشي نيز مصرف مي شود.
مصرف: دم كرده گياه ( 1-2 قاشق غذاخوري از خورد شده گياه را در نيم ليتر آب بريزيد و بگزاريد بماند. آن را نجوشانيد ) براي برونشيت و بيشتر براي سياه سرفه به كار مي رود. داراي خاصيت ضداسهالي هم هست. دم كرده آن بر روي زخم ها مي مالند[35].
آويشن كرماني Thymus caramanicus :
خشبي پشته اي- ساقه ها در قاعده چوبي شونده- گسترده روي زمين يا كمي خميده- شاخه گلدار به ارتفاع 3-10 cm- غالباً با كرك هاي بلند و جداي تقريباً گسترده- برگ هاي شاخه در بالا افزايش يابنده قاعده اي- دسته اي كوچك- تخم مرغي- تقريباً دمبرگ دار- كم و بيش گوشتي- گل آذين سرسان، برگه هاي بيروني با برگ ها تفاوت ندارد- اما گاهي ارغواني شونده- برگ به طول 1-2 mm- سرنيزه اي كاسه به طول 4-2/5 mm ارغواني شونده- لوله كركي تقريباً استوانه اي.

: Thymus kotschyanus
بوته اي تقريباً راست، كوتاه با شاخه هاي فراوان، بدون شاخه هاي گسترده قاعده اي- ساقه هاي گلدار به طول 12 cm با كرك هاي متنوع.
برگ هاي ساقه هاي گلدار 6-4 جفت در زير گل آذين همگي ( به جز قاعده اي ) مشابه، به طول 9-13 به عرض ( 5/3 ) 5/4- 7 (9-) mm- برگ ها كم و بيش تخم مرغي با قاعده اي سربريده تا گوه اي نوك كند- با كركهاي گوناگون يا بي كرك- غالباً قرمز- رگبرگ هاي سطح تحتاني مشخص- گل آذين سرسان انبوه- مجتمع در كاپيتول متراكم- برگه هاي دربرگيرنده آن شبيه برگ ها و غالباً غيررنگي- لوله كاسه تقريباً استوانه اي تا كم و بيش استكاني.
موارد استفاده:
الف) در طب قديم
1- در طب گياهي آلمان، چاي حاوي مقدار 1 تا 2 گرم از گياه خشك شده ( كه حداقل 5/0 درصد از فنل، ماده تيمول باشد ) براي علايم برونشيت، سياه سرفه و التهابات غشاي مخاطي ترشحي از قسمت فوقاني دستگاه تنفسي استفاده مي شود[8].
2- دم كرده سرد از گل گياه براي سوء هاضمه و دوره نقاهت بعد از بيماري و يك دم كرده گرم آن براي رفع تشنج، قاعدگي دردناك، نفخ شكم، قولنج، سردرد و به عنوان يك عرق آور تجويز كرده اند[11].
3- در كلمبيا و كوبا، جوشانده گياه تازه يا خشك شده به عنوان اشتهاآور، عرق آور و درمان سرفه هاي معمولي و سياه سرفه به كار برده مي شود. البته بخور جوشان گياه ممكن است استنشاق شود و عصاره آن همچنين به صورت تنقيه ( enema = مايعي كه از مقعد وارد روده مي كنند ) وارد بدن انسان شود[11].
4- در بيماري هاي جلدي گاهي از اسانس آويشن محلول هايي براي حمام هاي موضعي تهيه مي شود كمه به كار بردن آن موجب قوي شدن اعمال پوست و رفع ناراحتي هاي جلدي مي گردد، زيرا تجارب مكرر نشان داده كه حمام اسانس مذكور اثر قرمزكنندگي بر روي پوست بدن دارد[14].
5- اسانس آويشن را در مصرف خارجي با روغن زيتون يا روغن هاي ديگر روي مفاصل به عنوان گرم كننده و محرك سطحي به كار مي برند. اسانس آويشن در فرمول Baum opodeldock كه داراي اثر ضدرماتيسمي است وارد مي گردد[14].
6- تيمول به علت دارا بودن اثر ضدعفوني كننده، مي تواند در بيماري هاي روده و يا ضدعفوني كردن آن در مسموميتهاي خود به خود ناشي از عفونت روده، ديسانتري و وبا ( به عنوان پيشگيري ) اثر مفيد ظاهر كند ولي مصرف آن از اين لحاظ كمتر معمول است. در عوض از آن به علت

دارا بودن اثر ضدكرم براي رفع كرم هاي تريكوسفال، كرم كدو، كرمك و آنكيلوستوم ( به صورت تنقيه ) استفاده به عمل مي آيد[14].
7- آويشن ( به صورت تازه يا خشك ) در طب سنتي به عنوان آرام بخش، محرك جنسي و خلط آور كه به شكل تنتور يا دم كرده مصرف مي شود و همچنين در استخر شنا ( حمام ها ) براي كمك به مشكلات رماتيسمي و پوستي ( كوفتگي، پيچش يك مفصل همراه با پارگي جزيي بعضي از رباط هاي آن و غيره ) استفاده مي شود[8].
ب) در طب جديد
1- روغن آويشن به عنوان يك جزء معطر ضداسپاسم، ضدنفخ، Counterirritant يا rubefacient در قطره هاي سرفه و مرهم هاي رقيق مي باشد. از تيمول موجود در روغن آويشن نيز استفاده هاي مشابهي مي شود. علاوه بر اين از تيمول در تركيبات ضدقارچي ( براي آلودگي هاي قارچي پوست 9، فرمولاسيون هاي دنداني و غيره استفاده مي شود[8].
2- از آنجايي كه تيمول ضدكرم ( به خصوص كرم قلابدار ) مي باشد به عنوان داروي ضدكرم به مقدار 2 گرم در 3 نوبت در روز مصرف مي شود[13].
3- روغن قرمز آويشن به طور رسمي از قرن 16 تاكنون به عنوان ميكروب كش مطرح است و خاصيت ضدميكروبي آن در اثر تيمول و كارواكرول مي باشد و به مقدار زيادي در دهان شويه ها، محلول هاي غرغره، خميردندان ها، صابونها، پاك كننده ها و فرآورده هاي مختلف طبي ضدعفوني كننده مصرف شده است. در درمان سياه سرفه و سل و برونشيت در دز 3/0 تا 6/0 ميلي ليتر توصيه شده است[8و14و13].
4- مايع استخراجي از آويشن يكي از مواد سازنده شربت هاي غليظ ضدسرفه ( Cough linctuses ) مي باشد كه به عنوان ماده طعم دهنده نيز مورد استفاده قرار مي گيرد. از اسانس آن به صورت محلول هاي الكلي گاهي در رفع بعضي از سوءهاضمه ها، اسهال هاي ساده و دفع كرم ساده استفاده مي شود[14].
5- تيمول به عنوان يك ضدعفوني كننده روي زخم ها و جوش ها مصرف مي شود اما به شدت محرك و سوزش آور است و تأثيرش در تماس با پروتيين ها كاسته مي شود. نقش عمده آن در حال حاضر، درمان بيماري هاي قارچي پوست به فرم محلول الكلي 1 درصد يا پودر قوي 2 درصد مي باشد. گاهي اوقات تيمول يد دار توسط متخصصين پوست به عنوان يك ماده متوقف كننده رشد باكتري و كشنده قارچ به فرم پودرها، لوسيون و پمادها مصرف مي شود[11].
6- وقتي كه روغن آويشن به خرگوش خورانده يا به درون ماهيچه هاي آن

تزريق شود سبب كاهش فشار خون در رگ ها به همراه تسريع انقباض منظم قلب شده و همچنين در دزهاي بالاتر سبب افزايش دفعات تنفس مي شود. وقتي به صورت امولسيون 5 درصد محلول نمك به داخل رگ هاي گربه تزريق شد روغن آويشن سبب افزايش حجم تنفس و كاهش فشار خون گرديد[8].
7- روغن قرمز آويشن ( Red thyme oil ) داراي خواص جلوگيري كننده از حساسيت، خارش و آسيب اشعه آفتاب براي پوست انسان است ولي وقتي كه به صورت رقيق نشده مصرف شود سوزش شديد و خارش را براي پوست خرگوش و موش ايجاد مي كند[8].
8- اسانس فنلي آويشن از جمله ده اسانس معروف است كه داراي خواص ضدباكتريايي، ضدقارچي، آنتي اكسيدان، نگهدارنده طبيعي غذا و تأخيردهنده پيري در پستانداران مي باشد[17و6].
9- تيمول براي آلودگي Moniliasis, Blastomycosis و Cocidiodal تجويز مي شود البته براي ضدعفوني معده و روده، توصيه نشده، بدين علت كه سبب اسهال مي شود و از طريق روده ها جذب شده و 50 درصد آن در ادرار به صورت سولفات يا glucuronate دفع مي شود[11].
10- هم اكنون در كشور، فرآورده هاي دارويي مختلفي از Thymus vulgaris ساخته شده و به طور گسترده مورد مصرف بيماران قرار مي گيرد. از آن جمله مي توان قطره تيم آرتا، قرص و شربت تيمكس و شربت تيميان را نام برد كه اين سه فرآورده به عنوان ضدسرفه و خلط آور به كار مي روند[30].
قطره خوراكي گاستروليت 15 ml نمونه اي از فرآورده هاي حاصل از آويشن .
درمان علائم سندرم روده، تحريك پذير ( IBS ) شامل: نفخ، سوزش، ترش كردن، دل پيچه و درد شكمي، سوء هاضمه و تغييرات اجابت مزاج.
ماده مؤثره: اسانس آويشن، ساخت كارخانجات باريج اسانس.
بصورت قطره مؤثره بر دستگاه گوارش از آويشن شيراز Zataria multiflora حاوي 1/4 mg تيمول است. داراي اثر آنتي اسپاسموديك، تنظيم كننده حركات دستگاه گوارش و ضد نفخ اثبات شده كه در رفع IBS مؤثر است.
عوارض جانبي: تيمول موجود در اسانس مي تواند سبب سرگيجه، سردرد، تهوع، استفراغ و ضعف عضلاني شود و ممكن است سبب كاهش فعاليت قلب، دستگاه تنفسي و دماي بدن شود. در اين موارد تنها در روز بالاي فرآورده و يا در افراد حساس ممكن است ايجاد شود.
منع مصرف: اختلالات غده تيروئيد، حاملگي، شيردهي.
روز مصرف: روزي 3 بار، هر بار 20 قطره با يك استكان آب، دارو بعد از

غذا مصرف شود. در بيماران قلبي و تنفسي با احتياط مصرف شود.
مواد و روش ها:
در طي پرروژه اي در مزرعه گروه پژوهشي كشت و توسعه پژوهشكده گياهان دارويي جهاد دانشگاهي واقع در هلجرد كرج در سال زراعي 78-1377 براي بررسي تغييرات عملكرد كمي و كيفي آويشن طي يك دوره رشد ( 5 زمان مختلف برداشت ) و تعيين اثرات فاصله كاشت ( در سه سطح 15، 30، 45 سانتيمتر بر روي رديف هايي به فواصل 50 سانتيمتر ) تحقيقاتي روي اين گياه به اجرا درآمده است. طرح آزمايشي آماري مورد استفاده، طرح بلوك هاي كامل تصادفي در سه تكرار مي باشد كه به صورت آزمايش فاكتوريل با دو فاكتور فاصله كاشت و زمان برداشت و جمعاً در 15 تيمار انجام شده است. خاك مزرعه طرح داراي بافت شني-رسي- لومي و PH برابر 9/7 بود.
مزرعه آويشن قبل از كاشت دوبار عمود بر هم شخم زده شده و با توجه به آزمايش خاك انجام شده مقدار يك صد مترمكعب كود دامي پوسيده، 60 كيلوگرم P2O5 به فرم فسفات آمونيوم و 60 كيلوگرم K2O به فرم سولفات پتاسيم در هكتار به طور يكنواخت روي زمين پخش و با ديسك با خاك مخلوط شد. همچنين كود ازته به طور سرك طي دو نوبت در تاريخ هاي 17/1/78 و 23/2/78 به ميزان يكصد كيلوگرم كود اوره در هكتار در هر نوبت ( جمعاً 200 كيلوگرم در هكتار ) به مزرعه اضافه شد.
شيارهايي به فواصل 50 سانتي متر در مزرعه ايجاد گرديد و در تاري 6/6/1377 مزرعه آبياري و سپس در تاريخ 8/6/1377 با توجه به نقشه طرح آزمايشي، نشاها به زمين منتقل گرديدند. ابعاد كرت هاي آويشن 2×4 متر بود و نشاها روي شيارهاي هر كرت به فواصل 15، 30 و 45 سانتي متر بسته به نوع تيمار كاشته شدند.
آبياري مزرعه بر اساس نياز گياه و با توجه به شرايط آب و هوايي منطقه انجام گرديد و علف هاي هرز مزرعه نيز با وجين توسط دست كنترل شدند.
گياهان در 5 زمان مختلف بر اساس نقشه طرح آزمايشي از ارتفاع 10 سانتي متر از سطح خاك برداشت شدند:
1. 12/2/78- بوته هاي اين تيممار در مرحله شروع گلدهي بودند.
2. 21/2/78- بوته هاي اين تيمار در مرحله گلدهي كامل بودند.
3. 2/3/78- بوته هاي اين تيمار در مرحله تشكيل ميوه بودند.
4. 30/3/78- در واقع برداشت از بوته هايي بود كه يكبار در تاريخ 12/3/78 برداشت شده و مجدداً به مرحله شروع گلدهي رسيده بودند.
5. 21/7/78- در واقع برداشت از بوته هايي بود كه قبلاً برداشت شده و پس از رشد مجدد، قبل از شروع يخبندان برداشت شدند.

گياهان بلافاصله پس از برداشت به سايه منتقل و پس از توزين و تعيين وزن تر در كف سالن پخش شدند تا خشك شوند. جهت يكنواختي خشك شدن، گياهان در زمان مناسب زير و رو شدند. نمونه ها پس از خشك شدن جهت تعيين درصد رطوبت و ميزان اسانس به آزمايشگاه منتقل گرديدند.
براي اسانس گيري، 100 گرم پودر اندام هوايي آويشن خشك را دقيقاً توزين كرده و به روش تقطير با آب، اسانس آن استخراج و اندازه گيري شد. ميزان رطوبت نمونه ها، با دستگاه دين استارك تعيين گرديد. ميزان تيمول و كارواكرول نمونه ها با استفاده از دستگاه GC به روش Area Normalization اندازه گيري شد. آناليز آماري داده ها با استفاده از برنامه آماري Mstatc و مقايسه ميانگين ها نيز با استفاده از آزمون دانكن انجام شد.
نتايج:
برداشت
زمان برداشت بر روي عملكردهاي وزن تر، ماده خشك، اسانس، تيمول و كارواكرول و همچنين درصد اسانس و كارواكرول تأثير معني داري ( P <10/0 ) داشته است ولي اثر آن روي درصد تيمول از نظر آماري معني دار نبوده است. بيشترين عملكردهاي وزن تر، ماده خشك، اسانس، تيمول و كارواكرول در برداشت آخر ( 21/7/1378 ) و بالاترين درصد اسانس در برداشت چهارم ( 30/3/78 ) مشاهده شده است. درصد تيمول در برداشت هاي مختلف از نظر آماري تفاوت معني داري با هم نداشتند(جدول5). به هر حال، تغييرات فصلي سبب ايجاد تفاوت معني داري در بيشتر پارامترهاي مورد اندازه گيري شده است.
فاصله كاشت
فاصله كاشت بر روي درصد تيمول و درصد اسانس تأثير معني داري نداشته ولي اثر آن بر روي ساير فاكتورهاي اندازه گيري شده معني داري ( P <10/0 ) بوده است(جدول4). بيشترين عملكردهاي ماده خشك، وزن تر، اسانس و تيمول در فاصله كاشت 15 سانتي متر به دست آمده است. هر چند بالاترين درصد اسانس و تيمول در فاصله كاشت 45 سانتي متر حاصل شده، ولي از نظر آماري تفاوت معني داري با هم نداشته اند(جدول6). به هر حال كمترين عملكرد كمي و كيفي آويشن در فاصله كاشت 45 سانتي متر حاصل شده است.
اثر متقابل
اثر متقابل برداشت و فاصله كاشت روي درصد و عملكرد كارواكرول از نظر آماري معني دار ( P <10/0 ) شده است ولي اثر آن روي ساير پارامترهاي مورد اندازه گيري، معني دار نبوده است(جدول4).

جدول شماره 4- جدول آناليز واريانس پارامترهاي اندازه گيري شده گياه آويشن

| منابع تغييرات | درجات آزادي | وزن تر ماده خشك | درصد اسانس | عملكرد اسانس | درصد تيمول | عملكرد تيمول | درصد كارواكرول | عملكرد كارواكرول |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| بلوك | 2 | 4/0434 | 0/425 | 0/001 | 124/84 | 130/32 | 12/15 | 0/227 |
| برداشت ( A ) | 4 | 35/170 | 5/197 | 0/609 | 1700/17 | 163/71 | 150/05 | 0/824 |
| خطا | 8 | 0/436 | 0/054 | 0/032 | 13/50 | 75/93 | 6/48 | 0/556 |
| فاصله كاشت (B) | 2 | 14/615 | 2/487 | 0/029 | 538/64 | 6/32 | 100/52 | 0/313 |
| B×A | 8 | 0/436 | 0/054 | 0/032 | 13/50 | 75/93 | 6/48 | 0/556 |
| خطا | 28 | 0/306 | 0/042 | 0/024 | 23/84 | 105/52 | 8/15 | 0/245 |

جدول شماره 5- تأثير زمان هاي مختلف برداشت بر قطر، ارتفاع، عملكرد ماده تر و خشك، ميزان و عملكرد اسانس، تيمول و كارواكرول آويشن

| مرحله برداشت | وزن تر (تن در هكتار) | ماده خشك (تن در هكتار) | اسانس | | تيمول | | كارواكرول | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | درصد (%) | عملكرد (كيلوگرم در هكتار) | درصد (%) | عملكرد (كيلوگرم در هكتار) | درصد (%) | عملكرد (كيلوگرم در هكتار) |
| اول | 160/6 d | 770/1 c | 767/1 C | 012/31 a | 202/52 b | 206/16 b | 469/0 b | 140/0 |
| دوم | 170/7 c | 346/2 bc | 860/1 b | 756/40 a | 509/50 a | 389/20 b | 213/0 b | |

083/0
سوم ab
b 455/7
c 633/2
b 653/1
a 253/43
a 172/51
b 000/22
b 318/0
146/0
چهارم d
e 077/3
a 050/1
d 317/2
a 382/24
c 980/49
b 204/12
b 163/0
039/0
پنجم a
a 084/8
b 976/2
a 044/2
a 489/60
a 611/41
a 967/20
a 395/1
772/0

جدول شماره 6- تأثیر فواصل مختلف برداشت بر قطر، ارتفاع، عملکرد ماده تر و خشك، میزان و عملکرد اسانس، تیمول و کارواکرول آویشن

فاصله کشت وزن تر (تن در هکتار) ماده خشك (تن در هکتار) اسانس تیمول کارواکرول

درصد (%) عملکرد (کیلوگرم در هکتار) درصد (%) عملکرد (کیلوگرم در هکتار) درصد (%) عملکرد (کیلوگرم در هکتار)

a 15
a 384/7

a 531/2
a 901/1
a 564/45
a 438/48
ab 200/21
ab 432/0
244/0
b 30
b 370/6
a 211/2
a 905/1
a 723/40
b 111/49
a 719/17
a 898/0
376/0
c 45
c 410/5
a 723/1
b 979/1
a 649/33
b 736/49
b 141/16
b 205/0
088/0

بحث:

نتايج به دست آمده از اين تحقيق نشان مي دهد كه تغييرات فصلي و فاصله كاشت روي عملكرد كمي و كيفي اسانس آويشن اثر معني داري دارند. همان طور كه جدول شماره 2 نشان مي دهد حداكثر عملكرد ماده تر و خشك در واحد سطح در برداشت آخر ( 21/7/1378 ) حاصل شده كه سبب حصول بالاترين عملكرد اسانس، تيمول و كارواكرول شده است. علت آن علاوه بر طول دوره رشد گياه در اين مرحله از برداشت، مي تواند روزهاي آفتابي با دماي هواي مناسب و شبهاي خنك باشد كه سبب فتوسنتز بالاتر و تنفس كمتر شده است. دماي هوا در برداشت هاي ديگر به حدي بالا بوده كه سبب افزايش تنفس و كاهش رشد گياه شده است[31].

بالاترين ميزان اسانس در برداشت چهارم يعني خردادماه حاصل شده است زيرا در اين زمان، طول روز بلندتر بوده و در نتيجه ميزان تابش نيز بيشتر بوده است[32]. يانلي و همكاران ( 1977 ) نيز گزارش كرده اند كه بيشترين ميزان اسانس در نور كامل خورشيد حاصل مي شود[19]. لكامو و همكارانش نيز در دو گزارش جداگانه ( 1995 ) اعلام كرده اند كه ميزان اسانس گياهان تحت شرايط نور اضافي بيشتر از گياهان تحت شرايط نور معمولي است و بيوسنتز اسانس بستگي زيادي به رژيمهاي نوري دارد[17و18].
درصد تيمول در طول فصل رشد، تغيير معني داري را نشان نمي دهد كه مي تواند بيانگر عدم تأثير فاكتورهاي خارجي بر آن باشد يا به عبارت ديگر مي تواند تحت تأثير ژنتيك ( شيميوتيپ ) باشد[1].
حداكثر عملكردهاي كمي و كيفي اسانس آويشن در فاصله كاشت 15 سانتي متر حاصل شده است. البته درصد اسانس و تيمول در سه فاصه كاشت از نظر آماري تفاوت معني داري نداشتند. بنابراين، تفاوت عملكردهاي ناشي از تفاوت عملكرد ماده خشك و وزن تر در واحد سطح مي باشد. به عبارت ديگر، بالاترين عملكرد ماده تر و خشك در فاصله كاشت 15 سانتي متر حاصل شده است. لازم به ذكر است در گياهاني كه عملكرد از رشد رويشي حاصل مي شود ( نظير آويشن ) در چنين مواردي بايستي يك پوشش متراكم وجود داشته باشد تا حداكثر تشعشع را سريعاً جذب كند[31]. كه در فاصله كاشت 15 سانتي متر اين پوشش متراكم حاصل شده است. البته براي بسياري از گياهان زراعي اشباع نوري در شدت نور معادل 2/0 كالري بر سانتي متر مربع در دقيقه صورت مي گيرد. اين مقدار معادل شدت نور در يك روز ابري است كه خورشيد در سمت رأس قرار گرفتـه باشد و در روز صاف، شدت نور به چهار برابر اين مقـدار مـي رسد[33].
بنابراين شدت نور در منطقه كرج براي آويشن به حدي است كه حتي در فاصله كاشت متراكم تر ( 15 سانتي متر ) حصول عملكرد كمي و كيفي مطلوب امكان پذير است و عدم وجود تفاوت معني دار در درصد اسانس و تيمول نيز مؤيد اين مسئله است.
آويشن در كلام اولياء :
امام صادق (ع) فرمود: « چهار چيز چشم را نور مي بخشد، نفع داشته و ضرر ندارند ». از آنها سئوال گرديد، فرمود: "سعتر و نمك اگر با هم جمع شوند و نانخواه و گردو اگر جمع شوند." گفته شد بر چه صلاحيت دارند اگر اين چهار چيز با هم جمع شدند؟ فرمود: نانخواه و گردو بواسير را مي سوزانند و باد را دور مي نمايند، رنگ را زيبا مي كنند و معده را زير و درشت مي كنند و كليه ها را گرم نگه مي دارند. سعتر و نمك نيز بادها را

از قلب دور مي سازند، بسته شدن اجزاء بدن را باز مي كنند، بلغم را مي سوزانند، آب را به جريان مي اندازند، بوي بدن را خوب مي نمايند، معده را نرم مي كنند، بوي بد را از دهان مي برند و بو نزديكي مي افزايند.
در روايت است كه سعتر معده را دباغي مي كند و در حديثي ديگر آمده كه سعتر روي معده را مي رويانند.
ابي الحسن الاول « موسي بن جعفر » (ع) فرمود: داروي اميرالمؤمنين صعتر بود و مي فرمود: آن در معده پنهان و منسوج مي شود مانند پنهان كردن قطيفه.
رسول خدا (ع) در ضمن مطالبي فرمود : « الصعتر يقوي المعده و يقطع البلغم و هو امان من اللقوه » يعني صعتر معده را تقويت و بلغم را قطع مي كند و از لقوه آسوده مي گرداند.
توضيح: لقوه مرضي است كه در صورت انسان به وجود مي آيد و گيجگاه انسان را به طرف گردن مي گرداند.
برخي از واسطيها به امام ابي الحسن (ع) از رطوبت بدن شكوه نمودند، آن حضرت امر فرمود: گرد صعتر را ناشتا بخورند.
آويشن ملين و براي رفع تخمير روده ها مخلوط با انيسون و ساريت مورد استفاده است. اسانس آن اثر ضدعفوني كننده قوي داشته و علاوه بر اينكه قدرت بيشتري از خاصيت ضدعفوني فنل دارد مانند فنل محرك و سمي نيست. تيمول روده ها را ضدعفوني مي كند ( استعمال كم )، دافع كرمها ( اكسيور، تريكو سفال، آنكي لستوم ) مي باشد.
با خمير دندان به عنوان ضدعفوني و به صورت بخور در برونشيت مزمن، سل، سياه سرفه و محلول با پانسمان ها مصرف مي شود ( به علت خاصيت باكتري كشي كه دارد ).
تيمول اگر دو گرم مصرف شود تهوع، احساس درد معده و يا استفراغ ايجاد مي نمايد و لذا گاهي به منظور فوق تنقيه آن داده مي شود و اگر همراه با تيمول الكل خورده شود مسموميت ايجاد مي نمايد، زيرا تيمول در الكل محلول بوده جذب شده و باعث مسموميت مي شود.
تيمول 5-1 در هزار به صورت غرغره، پماد ( 2-1 درصد ) مصرف مي شود. گلهاي آويشن كوهي مقوي معده، خلط آور، ضد درد، تشنج، معرق و قاعده آور است.
نسخه: دم كرده آن ( 30-20 ) گرم در يك ليتر آب، نفخ شكم را بر طرف مي سازد.
براي آسم جوشانده 30-20 گرم ساقه گلدار آويشن در يك ليتر آب با عسل روزانه 5-4 فنجان و در سياه سرفه دم كرده 30-20 گرم ساقه گلدار با عسل روزانه 4 فنجان و در ضعف زياد نيز دم كرده آن خورده شود و در رگ به رگ شدن و پيچيدگي عضلات كمپرس پارچه خيس شده از دم

كرده مذكور و در دردهاي معده و اختلالات كليه و زكام نيز دم كرده آويشن مؤثر است و حتي مي توان زخمها را با آن شستشو داد.
آويشن كوهي براي دردهاي مفاصل و روماتيسمس بصورت ضمادي از گل و برگش كه گرم باشد نافع است و آويشن شيرازي ضد سم، ضد تشنج، براي عفونت هاي ريوي و نارسايي كبد مؤثر است و جوشانده آويشن شيرازي از ريزش مو جلوگيري مي نمايد. جوشانده آويشن و سير در سياه سرفه مؤثر است. در دردهاي شديد نيمه سر، انواع تب، قاعده هاي اتفاقي، خستگي، كوفتگي دست و پا، دل دردها و ورم امعاء، دم كرده آويشن و در آسم دم كرده گل آن نافع است ( هر مورد ده گرم در يك ليتر آب ).
تئوفراست آويشن را به كساني كه دچار بي خوابي مي شدند يا به آنان كه ماليخوليا داشتند و ديسقوريدوس به عنوان مدر و سنت هليد گراد در تشنج، تبخال، عفونت هاي كبد و اختلالات مغزي تجويز مي كردند.
حيوانات مبتلا شده به برفك روزانه يك تا دو ليتر آب جوشانده از آويشن خورانده شوند، بهبود مي يابند[36].
آويشن در كلام محمد زكرياي رازي:
صعتر ( آويشن كوهي )، تمام انواع گوناگون اين سبزي به بدن حرارت مي بخشد و باد را خارج مي كند و از چيزهايي كه بايد اشخاص سرد مزاج بخورند به هضم غذا كمك مي كند.
آويشن و انواع آن را به اسامي سعتر، آذربه، كليك اودي، ندغ، زعتر و كاكوتي مي نامند. پروفسور "تروسو" گويد: « آويشن دشمن سم است ».
در خواص طبي آويشن گفته اند: خون را به جريان مي اندازد، اعمال جنسي و تناسلي را در بدن تحريك و تقويت مي كند، آويشن قابض و ضد درد و تشنج است و هوش و قوه ادراك را زياد مي كند و براي ضعف و نارسايي كبد و ريزش مو و براي تقويت پيازهاي مو مفيد است.
آويشن در عفونت هاي ريوي، زكام و برونشيت، آسم، گريپ، آنژين، سوءهضم و تخمه، دل درد، ورم امعاء و اختلال قاعدگي بسيار خوب است[36].
نتيجه گيري:
با توجه به افزايش روزافزون مصرف گياه آويشن در صنايع دارويي و تقاضاي زياد اين گياه، در جهت توليد به شيوه علمي، توصيه مي شود كه كشت آويشن در تراكم 15×50 ( فاصله بين رديف هاي كاشت 50 سانتي متر و روي رديف ها 15 سانتي متر ) و برداشت آن يك نوبت در اوايل خردادماه و نوبت ديگر در پايان فصل رشد ( قبل از شروع يخبندان پائيزه ) يعني اواخر مهرماه انجام گيرد. در ضمن با توجه به ميزان و مدت تابش نور خورشيد در شرايط آب و هوايي ايران و نقش بسزايي آن در توليد

محصول آويشن با كيفيت بالا، گسترش سطح زير كشت آن براي رفع نياز صنايع داروسازي داخلي و حتي صادرات در راستاي ارزآوري توصيه مي گردد. اگرچه گياه آويشن ( T.Vulgaris ) بومي ايران نيست و بطور خودرو در ايران نمي رويد ولي به دليل ارزش بالاي آن در صنايع دارويي، بهداشتي، آرايشي و همچنين صنايع غذايي، كشت و توليد انبوه آن در راستاي تأمين نياز دالي كشور و حتي صادرات ضروري مي باشد.

منابع:


1. بقاليان كامبيز، نقدي بادي حسنعلي. گياهان اسانس دار. چاپ اول، انتشارات اندرز. 1379.

2. زرگري علي. گياهان دارويي. چاپ ششم. انتشارات دانشگاه تهران. 1369، جلد چهارم.

3. ولاگ ژان و ژيري استودولا. گياهان دارويي- روش هاي كشت، برداشت و شرح مصور رنگي. 256 گياه انتشارات قفنوس. 1374. چاپ دوم.

4. McGimpsey JA, Douglas MH, van Klink JW,Beauregard DA and Perry NB. Seasonal variation in eassntial oil yield and composition from naturalized Thymus Vulgains L. in Newzealand. Flavour and Fragrance J. 1994.

5. اميد بيگي رضا. توليد و فرآوري گياهان دارويي. جلد سوم. چاپ دوم. انتشارات آستان قدس رضوي. 1379.

6. Malik MS, Satter A and Khan SA. Essential oils of the species of labiatae. Part III. Studies on the essential oil of Zataria muliflora. Pakistan, J. Sci. Ind. Res. 1987.

7. James TK, Rahman A, and Douglas JA. Control of weeds in five herb crops. Hort.

8. Leung AY and Foster S.Encyclopedia of common natural ingredients: used in food, drugs, and cosmetics. A Wiley Interscience Publication – John Wily & Sons, Inc. 1996.

9. McGimpsey J. Thyme-Thymus valgaris. http://www.crop.cri.n2/broadshe/thyme.htm.1993.

10. Buring D. Wild flowers of Mediterranean. Dorling Kinderseley. 1995.

11. Morton JF. Major medicinal plants, botany, culture and uses. Charles C. Thomas Publisher, Bannerstone House. 1997.

12. Letchamo W, Marquard R, Holzi J and Gosselin A. effect of Water supply and light intensity on growth and essential

.oil of two thymus vulgaris selection. Hort. Absts. 1995
13. آئينه چي يعقوب. مفردات پزشكي و گياهان دارويي ايران. انتشارات دانشگاه تهران. 1365.
14. مومني تاج خانم، شاهرخي نوبهار. اسانس هاي گياهي و اثرات درماني آنها. انتشارات دانشگاه تهران. 1370.
.Prakash V. Leafy spices. CRC Press U.S.A. 1990 .15
Furia TE and Bellance N. Fenaroli’s Handbook of .16 .Ingredients. VOL 1, 3rd Edition, CRC Press. 1995
Letchamo W, Xu HL and Gosselin A. Variation in .17 photosynthesis and essentioal oil in thyme, J. Plant Physiol. .1995
Letchamo W, Xu HL and Gosselin A. Variation in .18 photosynthesic Potential of thymus Valgaris Selections under two light regimes and three soil watere levels. .Scienntia Horticulturae 1995
Yanli li, Craker LE and Potter T. Effect of light Level on .19 essential oil Preduction of sage (salvia officinalis) and thyme .( Thmus valgaris ). Hort. Absts. 1997
Novikov PG and Kapelev IG. Propagation of some .20 essential oil-bearing plants of the labiatae family by .softwood cuttings. Hort. Absts 1984
Hartmann HT, Kester DE and Davies FT. Plant .21 Propagation, Principles and Practices. Fifth edition PRENTICE .HALL. 1990; p.647
Putievsky E, Sanderwich D and Ron R. Growing spice .22 .plants from seeds or cuttings. Hort
Rey C. Direct Field sowing of thyme ( Thymus vulgaris L .23 .). Hort Absts. 1995
Shalaby AS and Razin AM. Dense cultivation and .24 fertilization for higher yield of thyme (Thymus vulgaris L ). .Hort Absts
25. نقدي بادي حسنعلي، يزداني داراب و ساجد محمدعلي. تغيرات فصلي عملكرد و تركيبات اسانس آويشن در تراكم هاي مختلف كاشت. فصلنامه گياهان دارويي. شماره پنجم، 1381.
Ceylan A, Bayram E and Ozay N. The effect of N-Fertilizer .26 on the yield and quality of Thymus vulgaris L. in ecological

.conditions of Bornova-Izmir. Hort. Absts.1995
27. اميد بيگي رضا. كشت گياهان دارويي و نكاتي مهم پيرامون آن، ماهنامه دارويي رازي. 1373، سال پنجم. شماره 7.
28. نقدي بادي حسنعلي، يزداني داراب و ساجد محمدعلي. تآثير فاصله كاشت و زمان برداشت روي عملكرد اندام هوايي و ميزان اسانس و تيمول آويشن. طرح پژوهشي جهاد دانشگاهي، 1381.
29. ميرحيدر حسين. معارف گياهي ( كاربرد گياهان در پيشگيري و درمان بيماري ها ). چاپ دوم. دفتر نشر فرهنگ اسلامي. 1375، جلد دوم.
30. جهان آرا فهيمه، حائزي زاده بي بي مهشيد. اطلاعات و كاربرد داروهاي رسمي ايران. چاپ اول. شركت داروگستر رازي، 1380.
31. سرمدنيا غلامحسين و كوچكي عوض. فيزيولوژي گياهان زراعي. انتشارات جهاد دانشگاهي، 1368.
32. عليزاده امين و كوچكي عوض. كشاورزي و آب و هوا. انتشارات دانشگاه مشهد، 1369.
Patric JW. Distribution of assimilate during stem .33
.elongation in wheat. Aust. J. Biol sci. 1972
34. جاني قربان مهين. همايش ملي گياهان دارويي ايران- مؤسسه تحقيقات جنگلها و مراتع. 26-24 بهمن 1380.
35. پروفسور هانس فلوك، محمدرضا توكلي صابري- چاپ پنجم – انتشارات روز جهان- 1379.
36. نوراني مصطفي، دورنمايي از طب اسلامي گياهان دارويي. انتشارات مؤسسه مكتب اهل بيت- 1380.
37. مؤمني تاج خانم، اسانس هاي گياهي و اثرات درماني آنها. چاپ دوم، انتشارات دانشگاه تهران، بهار 1377.
38. مظفريان ولي الله- فلور استان يزد- مؤسسه انتشارات يزد- تهران 1379.
39. قهرمان احمد- فلور رنگي ايران- دانشكده علوم دانشگاه تهران- انتشارات مؤسسه تحقيقات جنگلها و مراتع.
سايت طوبي

# گیاهان ودرمان کلسترول

نویسنده : قربانعلي سوراني

افزايش چربي خون از جمله بيماريهاي مزمن است كه به دليل اختلالات متابوليسمي ناشي از عوامل متعدد ايجاد مي‌شود. با اينكه داروهاي كاهند? چربي خون در دسترس هستند هنوز اين بيماري يكي از عوامل مهم در تشديد بيماريهاي قلبي ـ عروقي در بيماران مبتلا به ديابت، فشار خون بالا و بيماران قلبي عروقي مي‌باشد.

عواملي مانند عدم رضايت بيماران از مصرف داروهاي رايج كاهند? چربي خون، بروز عوارض جانبي ناشي از مصرف بيش از حد و طولاني اين داروها، بيماريهاي ناشي از افزايش چربي خون و هزينه‌هاي تحميلي بر بيماران موجب شده است كه تمايل به درمانهاي جايگزين و سنّتي افزايش يابد.

مصرف گياهان داروئي و ميوه‌جات علاوه بر كاهش هزينه‌هاي درمان نتايج رضايت‌بخشي در عوارض افزايش چربي خون بالا در بسياري از جوامع داشته است. بايد توجه داشت كه تمايل به مصرف گياهان داروئي كاهش دهند? چربي خون در اكثر جوامع حتي در كشورهاي پيشرفته نيز بطور گسترده‌اي عموميت يافته است.

مصرف اين گياهان بخصوص زماني كه درمانهاي رايج قادر به كنترل بيماري نباشند، چشمگير مي‌باشد (فصلنام? گياهان داروئي، حسن فلاح حسيني). رژيم غذايي و مصرف گياهان داروئي مؤثر بر چربي خون ميانگين كلسترول تام و تري گليسيريد (T.G) و ليپوپروتئين با دانسيت? كم (LDL) و نسبت كلسترول توتال و ليپوپروتئين با دانسيت? زياد (HDL) را نسبت به قبل از درمان كاهش داده و ميزان (HDL) را افزايش داده است (تحقيقات باليني باريج اسانس، دكتر طوبي كاظمي ـ دكتر حسين پناهي).

كلسترول چيست?

كلسترول ماده‌اي است از جنس چربي كه در تمام سلول‌هاي بدن وجود دارد و در ساخت ديوار? سلولي و برخي هورمون‌ها نقش مهمي ايفا مي‌كند. مولكول‌هاي چربي پس از جذب از روده در سيستم گردش خون توسط كلسترول حمل مي‌شوند. قسمت اعظم كلسترول در داخل بدن و توسط كبد ساخته مي‌شود و بقي? آن با مصرف غذاهاي پُر كلسترول و پُر چرب وارد بدن مي‌شود .

بالا بودن كلسترول

بالا بودن سطح چربي خون ممكن است منجر به تصلّب شرائين و افزايش خطر سكته‌هاي قلبي شود. وجود چربي اشباع شد? بيش از اندازه در رژيم

غذايي ممكن است عامل آن باشد اما ارثي بودن آن هم قابل انكار نيست. كلسترول براي بسياري از اعمال بدن لازم است و ذاتاً خطرناك نمي‌باشد.
انواع كلسترول
1- كلسترول LDL (بد)
اين نوع كلسترول خاصيت چسبندگي دارد و به راحتي به جدار داخلي ديوار؟ رگها مي‌چسبد و باعث باريك شدن و در نهايت انسداد مجراي داخلي رگها مي‌گردد. از اين رو به كلسترول بد معروف است.
2- كلسترول VLDL (خوب)
اين نوع كلسترول مولكول‌هاي چربي را از كبد به ديگر قسمت‌هاي بدن حمل مي‌كند و بعد از انتقال چربي به بافت‌ها، تبديل به كلسترول LDL مي‌گردد.
3- كلسترول HDL (خوب)
اين نوع كلسترول، كلسترول‌هاي LDL موجود در طول ديواره‌هاي رگها را پيدا كرده و به آنها مي‌چسبد و آنها را از جدار؟ رگها پاك مي‌كند و از باريك شدن و انسداد رگها جلوگيري مي‌نمايد. به همين دليل به كلسترول خوب معروف است.
بطور كلي براي تشخيص بالا بودن چربي خون اندازه‌گيري دو نوع چربي خون يعني كلسترول و تري گليسيريد انجام مي‌شود .
افزايش كلسترول خون
افراد زيادي دچار مشكل بالا بودن كلسترول خون هستند. كلسترول ماد؟ موم مانندي شبيه به چربي است كه توسط كبد ساخته مي‌شود و در تمامي سلولهاي بدن وجود دارد. بدن ما به كلسترول نياز دارد تا بتواند هورمونها و بعضي ويتامينها و نيز ديوار؟ سلولي را بسازد و وظايف مهم ديگري را انجام دهد.
قسمت عمد؟ چربي خون به صورت كلسترول مي‌باشد. گر چه مقادير محدود كلسترول براي بدن لازم است ليكن بالا بودن ميزان آن مي‌تواند موجب تصلّب شريانها و افزايش خطر حمل؟ قلبي و سكته‌هاي قلبي و مغزي شود و هر چه جزء بيشتري از كلسترول خون از كلسترول(HDL) تشكيل شده باشد و ميزان كلسترول (LDL) آن كمتر باشد، خطر حمل؟ قلبي كاهش خواهد يافت.
پژوهشگران طي بررسي‌هاي زياد متوجه شده‌اند كه ميزان بالاي كلسترول خون هميشه خطرآفرين است و به ازاي هر 1% افزايش ميزان كلسترول خون، خطر حمل؟ قلبي تقريباً 2% افزايش مي‌يابد و به ازاي هر 1% كاهش كلسترول خون احتمال وقوع حملات قلبي 2% كم مي‌شود. به عنوان مثال اگر كلسترول خون فردي 20% كاهش يابد، احتمال خطر قلبي در ويِ 40% كم مي‌شود.

عموماً اگر ميزان كلسترول بدن شما كمتر از 200 ميلي‌گرم در دسي‌ليتر باشد، ميزان آن در حد خوبي است (پايان‌نامه، دكتر عليرضا آثاررخ، 6902 كلسترول).

1- اسيدهاي چرب اشباع شده

اسيد چرب بـا 2 كربن (2C)، اسيد استيك در چربيها يافت نمي‌شود اما اولين اسيد چرب اسيد بوتريك( 4C) كه اولين بار در كره مشاهده گرديد. اسيدهاي چرب اشباع معمولاً داراي مولكول‌هاي فاقد شاخ? جانبي هستند.

اسيد چرب اشباع با 8 كربن در حرارت معمولي مايع است كه در چربي شير يافت مي‌شود. با افزايش تعداد كربنها در ساختار اسيدهاي چرب اشباع شده بيش از 10 كربن به صورت جامد مي‌باشند. با افزايش تعداد كربنهاي اسيد چرب نقط? ذوب، وزن مولكولي و ويسكوزيته افزايش مي‌يابد. اسيدهاي چرب كاپريك (10C)، ميرستيك (14C) و لوريك (12C) در چربيهاي نارگيل و روغن هست? نخل وجود دارد.

ميزان اسيدهاي چرب پالمتيك (16C) و استئاريك (18C) موجود در چربيها متفاوت مي‌باشند. بخصوص روغن پالم (نخل) سرشار از اسيد پالمتيك بوده اما بافت چربي حيواني (پيه) سرشار از اسيد استئاريك است.

2- اسيدهاي چرب اشباع نشده

اسيدهاي چرب اشباع نشده داراي يك، دو و يا سه گروه آليل مي‌باشند و به مقدار بيشتري نسبت به اسيدهاي چرب اشباع شده در ساختمان تري گليسيريد شركت مي‌كنند.

اسيدهاي چرب اشباع نشده براي اغلب حيوانات و انسانها ضروري هستند زيرا اسيدهاي چرب اشباع نشده در بدن آنها سنتز نمي‌شوند لذا بايد اين اسيدهاي چرب در جير? غذايي روزان? حيوان و انسان وجود داشته باشد.

بيشترين ميزان اسيدهاي چرب اشباع نشد? موجود در چربيها و روغنها را گروه (18C) تشكيل مي‌دهند. اين اسيدها با پيشوند امگا نشان داده مي‌شوند. مهمترين آنها اسيد اولئيك (1 : 18C) (امگا 9) با يك پيوند مضاعف، اسيد لينولئيك (2 : 18C) (امگا 6) با دو پيوند مضاعف جزء اسيدهاي چرب ضروري محسوب مي‌شوند زيرا بدن قادر به سنتز آن نيست و يا اسيدهاي چرب اشباع نشده با چند پيوند مضاعف اسيد لينولئيك (امگا 6) توسط گياهان سنتز مي‌شود و نقش تغذيه‌اي مهمي را به عنوان يك اسيد چرب ضروري به عهده دارد. جدول (1) درصد اسيدهاي چرب در تركيب با گليسرول را در بعضي از روغنها و چربيها نشان مي‌دهد.

جدول (1) ـ درصد اسيد چرب تركيب شد? موجود در روغنها و چربيها

| منابع چربيهاي اشباع شده و اشباع نشد? چند پيوندي | |
|---|---|
| چربيهاي اشباع شده به مقدار زياد فرآورده‌هاي شير | |
| گوشت | |

مواد غذايي ديگر كره، خامه، شير، پنير
جگر، گوشت بره، گوشت گاو
روغن نارگيل، روغن هست؟ پالم، روغن پالم، مارگارين جامد، پيه
چربيهاي اشباع نشد؟ چند پيوندي به مقدار زياد روغنهاي نباتي
ميوه‌هاي گردويي
مارگارين روغن ذرت، روغن لوبياي سويا، روغن گلرنگ، روغن آفتابگردان
بيشتر آنها به جز ميوه‌هاي نارگيلي
بسياري از انواع مارگارين مخصوصاً مربوط به لوبياي سويا و دان؟ آفتابگردان
اسيدهاي چرب ضروري
اسيدهاي چرب اشباع نشد؟ چند پيوندي (PUFA) در تغذي؟ انسان اهميّت ويژه‌اي دارند. چون بعضي از آنها براي بدن ضروري هستند زيرا بدن نمي‌تواند آنها را بسازد و بنابراين بايد از طريق غذا تأمين شوند. مهمترين اسيدهاي چرب ضروري (EFA) اسيد لينولئيك است كه به مقدار زياد در روغن‌هاي استخراج شده از دانه‌هاي ذرت، لوبياي سويا و آفتابگردان يافت مي‌شود. اسيد آراشيدونيك را نيز اغلب به عنوان يك اسيد چرب ضروري مي‌شناسند هر چند اگر بطور قاطع صحبت شود واقعاً چنين نيست چون مي‌تواند در بدن از اسيد لينولئيك ساخته شود.
اهميّت اسيد لينولئيك در تغذيه
مهمترين اسيد چرب اشباع نشده از بُعد تغذيه اسيد لينولئيك (18C : 2) مي‌باشد. چنانچه ذكر شد اين اسيد چرب در بدن سنتز نمي‌شود لذا بايد توسط مواد غذايي تغذيه شود. كمبود اسيد لينولئيك در جير؟ غذايي باعث بيماري تصلّب شرائين (انسداد عروق) در انسان مي‌شود كه نهايتاً منجر به سكت؟ قلبي خواهد شد. اين اسيد چرب اشباع نشده در سلامتي انسان نقش اساسي دارد كه عبارتند از:
1- ترميم بافتهاي مجروح
2- سلامتي پوست
3- در مكانيسم رشد و تكامل
4- سازند؟ پروستاگلاندين
بيوسنتز اسيد لينولئيك به پروستاگلاندين
اسيد لينولئيك تغذيه شده مي‌تواند در بدن انسان به پروستاگلاندين تبديل شود. نمودار (1) بيوسنتز اسيد لينولئيك به پروستاگلاندين را نشان مي‌دهد.
اسيد لينولئيك (امگا 6)
د ـ هموگامالينولئيك اسيد
اسيد آراشيدونيك
ايكزاپنتانيك اسيد

پروستاگلاندين ترمبوزكزان
پروستاگلاندين باعث سنتز ايكوزانوئيدها مي‌شود كه از لحاظ بيولوژيكي يك هورمون فعال‌كنند؟ بافتها مي‌باشد. ايكوزانوئيدها نقش اساسي در سنتز ترمبوژنازها، اريتروژنازها و تنظيم فشار خون دارد.
ايكوزانوئيدها مي‌توانند از رسوب چربيها و تشكيل پلاكتها و يا به عبارتي از تصلّب شرائين جلوگيري نمايند. هر فرد مي‌تواند احتياج روزان؟ اسيد لينولئيك خود را با تغذي؟ روغنهاي گياهي مانند روغنهاي گلرنگ، آفتابگردان، سويا، پنبه‌دانه، بادام زميني و كلزا تأمين نمايد. جدول (3) ميزان اسيد لينولئيك موجود در روغنهاي گياهي، چربيهاي حيواني و روغن آبزيان بر حسب درصد را نشان مي‌دهد.
جدول (3) ـ ميزان اسيد لينولئيك موجود در روغنهاي گياهي و چربيهاي حيواني بر حسب درصد
روغنها درصد چربيها درصد
روغن گلرنگ 75-80 چربي خوك 1-10
روغن آفتابگردان 65-75 چربي گاو 1-2
روغن سويا 55-65 چربي گوسفند 2-5
روغن پنبه‌دانه 42-48 چربي مرغ 10-20
روغن ذرت 40-55 كره 0/5-3
روغن كلزا 18-20 روغن وال 1-5
روغن بادام زميني 15-20 روغن ماهي هرينگ 2-5
روغن پالم 8-12
روغن زيتون 6-10
روغن نارگيل 1-3
روغن هست؟ نخل 1-2
ميزان مناسب كلسترول خون چقدر است؟
اگر كلسترول خون شخصي كمتر از 200 ميلي‌گرم در دسي‌ليتر خون باشد نشان؟ بسيار خوبي براي سلامتي يك قلب سالم است اما اگر كلسترول خون بين 200 تا 239 ميلي‌گرم در دسي‌ليتر خون باشد شخص در معرض خطر بالا رفتن كلسترول و خطر ابتلا به حمل؟ قلبي قرار دارد و زماني كه كلسترول خون بالاتر از 240 ميلي‌گرم در دسي‌ليتر خون باشد خطر حمل؟ قلبي را بايد جدي گرفته و حتماً ميزان آن را بوسيل؟ دارو و رژيم غذايي و يا هر دو كاهش داد.
اگر فردي همراه با كلسترول بالا مبتلا به فشار خون بالا نيز باشد احتمال خطر حمل؟ قلبي به 6 برابر مي‌رسد و اگر اين فرد سيگاري هم باشد احتمال خطر به 20 برابر يا بيشتر خواهد رسيد.
روشهاي عمد؟ كاهش چربي خون (كلسترول) و كنترل آن

حتي‌الامكان از مصرف چربيهاي مضر كاسته شود و به جاي آن مقدار محدودي از چربيهاي مفيد مصرف شود.
چربيهاي مضر عبارتند از: چربيهاي حيواني كه در گوشت مرغ و گوشت قرمز وجود دارند، چربيهاي موجود در لبنيات، كره، روغن نباتي جامد، روغن نارگيل و روغن هست؟ نخل.
چربيهاي مفيد عبارتند از: روغن زيتون، روغن آفتابگردان، روغن سويا، روغن ذرت، چربي موجود در گردو و فندق، ماهي‌هاي چرب و چربي‌هايي كه در دماي محيط مايعند (درمان بيماريها به كمك داروهاي گياهي، مهندس ميرزا قاسمي).
مواد غذايي غير مجاز براي افراد داراي كلسترول بالا
غذاهاي سرخ شده ـ لبنيات پُر چرب ـ غذاهاي آماده مانند سوسيس، كالباس و پيتزا ـ چربيهاي اشباع شده مانند روغنهاي حيواني و گياهي جامد و كره ـ امعاء و احشاء حيواني مانند دل، جگر، قلوه، سيرابي و مغز ـ ميگو و گوشتهاي پر چرب (حتي‌الامكان بايد چربيهاي قابل رؤيت جدا شوند) ـ دسرهاي چرب ـ انواع كلوچه، كيك، شيرينها مخصوصاً شيريني تر ـ روغن نارگيل ـ سس‌هاي سالاد ـ انواع شكلات، چيپس و پفك ـ زرد؟ تخم‌مرغ هم محدود به 3-2 عدد در هفته مي‌شود.
تأثير رژيم غذايي در كاهش كلسترول خون
با ايجاد تغيير در نوع غذاها مي‌توان ميزان كلسترول خون را كاهش داد. مقدار كلسترول خون تحت تأثير مواد غذايي مصرفي و نيز ارث مي‌باشد اما با كاهش چربيهاي غذايي مي‌توان زمين؟ ارثي را تا حدودي كنترل نمود. كاهش كلسترول خون با كاهش دريافت كلسترول چربي رژيم و افزايش مصرف فيبرهاي غذايي محلول و ثابت نگه داشتن وزن در حد مناسب امكان‌پذير است.
همراه با كاهش مصرف چربيهاي جامد بايد غذاهايي غني از نشاسته مانند نان و سيب‌زميني آب‌پز يا كبابي، غلات و حبوبات، ميوه و سبزيجات، شير و لبنيات كم چرب و همچنين روغن زيتون مصرف شود. در افراد دچار اضافه وزن و كلسترول خون بالا، كاهش وزن كمك شاياني مي‌كند.
كاهش كلسترول خون با ورزش
انجام فعاليتهاي ورزشي باعث كاهش كلسترول خون مي‌گردد، اما اين فعاليتها شامل نظافت منزل، باغباني كردن، طراحي برنامه يا فكر كردن نمي‌باشد. تمرينات ورزشي به چند روش به كاهش كلسترول خون كمك مي‌كند:
ـ ورزش باعث افزايش مقدار (HDL) خون توأم با كاهش(LDL) مي‌گردد.
ـ ورزش موجب كاهش وزن و كنترل آن مي‌شود.
ـ ورزش منجر به بهبود گردش خون و پاك شدن از مواد زائد مي‌گردد و

عضل? قلب را قوي‌تر كرده و اثر مثبتي بر روي عمل پمپ قلب دارد.
يك نمون? رژيم غذايي مناسب براي افراد مبتلا به كلسترول بالا
صبحانه: نان سنگك + گردو + پنير كم چرب
ميان وعده: سبزيجات خام مانند هويج + ميوه
نهار: سبزيجات خام يا پخته + سين? مرغ به صورت آب‌پز + برنج كم چرب + ماست كم چرب يا دوغ
ميان وعده: ميوه
شام: سبزيجات خام يا پخته + سوپ جو همراه روغن زيتون + نان سنگك
چربيها (Lipid)
انرژي‌زاترين موادي هستند كه در رژيم غذايي وجود دارند. ليپيدها در آب نامحلول بوده و در حلالهاي آبي مثل اتر و بنزن حل مي‌شوند.
انواع چربيها
1- چربيهاي اشباع (بد)
داراي نقط? ذوب بالاتر از محيط و جامد هستند.
2- چربيهاي غير اشباع (خوب)
داراي نقط? ذوب پايين‌تري بوده و در دماي محيط به صورت مايع هستند.
ميزان مصرف اين چربيها در روز بايستي كمتر از 10% كالري باشند زيرا اين چربيها عامل بيماريهاي قلبي و عروقي هستند (تركيبات شيميايي چربيها و روغنها ...).
بالا بودن چربي خون و نيز بالا بودن كلسترول خون از عوامل خطرساز مهمي براي آترواسكلروز مي‌باشند. رابط? بين غلظت كلسترول در مردان جوان و ميزان وقوع بيماري ايسكميك قلبي نشان مي‌دهد هنگامي كه مقدار كلسترول بيشتر از 200 ميلي‌گرم در دسي‌ليتر باشد، ميزان خطر افزايش مي‌يابد در حاليكه اين مقدار نزديك به ميزان ميانگين براي مردان گروه سني 40 تا 49 سال در اين جمعيت مي‌باشد. با افزايش سن ميزان كلسترول و تري گليسيريد پلاسما افزايش مي‌يابد.
افزايش كلسترول بطور عمده با افزايش غلظت ليپوپروتئين كم‌تراكم (LDL) و افزايش تري گليسيريد با افزايش ليپوپروتئين بسيار كم‌تراكم (VLDL) همراه است. بالا بودن كلسترول با افزايش ميزان وقوع بيماري ايسكميك قلبي زودرس همراه است.
در مطالع? Farmingham ميزان كلسترول در مردان كمتر از 40 سال ارتباط نزديكي با پيدايش ايسكميك قلبي دارد. خطر مرگ ناشي از ايسكميك قلبي در مردان داراي سطح كلسترول بالاتر از حدود 6 ملي‌مول در ليتر (240 ميلي‌گرم در دسي‌ليتر) بيش از 3 برابر نسبت به مردان داراي كلسترول كمتر از حدود 5 ميلي‌مول در ليتر افزايش دارد (پايان‌نام? دكتراي داروسازي، كيومرث زارع).

گياهان داروئي كاهش دهند؟ چربي خون (كلسترول خون)
نقش گياهان در جهت كاهش چربي خون بسيار مؤثر بوده و حتي مي‌توان تا 30% در كاهش كلسترول مؤثر باشند و علاوه بر كاهش دادن چربي تأثير گسترده‌اي بر كاهش دهندگي چربي خون و تأثير گسترده‌اي بر متابوليسم بدن يا متابوليسم داروهاي مصرفي توسط بيماران داشته باشد (فصلنام؟ گياهان داروئي، حسن فلاح حسيني ـ حسين فخرزاده).
شويد (Anethum Graveolens L.)
شويد گياهي است يكساله و معطر، تمامي پيكر رويشي گياه محتوي اسانس بوده و مهمترين تركيبات اسانس در پيكر رويشي گياه د ـ كاروون و د ـ فلاندرون مي‌باشند و مهمترين تركيبات اسانس حاصل از بذرهاي كاملاً رسيد؟ د ـ كاروون و ليمونن مي‌باشد (فصلنام؟ گياهان داروئي، داراب يزداني ـ اميرحسين جمشيدي ـ شمسعلي رضازاده).
مهمترين تركيبات اسانس حاصل از بذرهاي كاملاً رسيده عبارتند از كاروون (60-40 درصد)، ليمونن (28-20 درصد). تمامي پيكر رويشي گياه محتوي اسانس و مقدار آن در اندام‌هاي مختلف، متفاوت است بطوريكه در پيكر رويشي مقدار اسانس بين 1/6-0/8 درصد مي‌باشد. بذرهاي رسيده بيشترين مقدار اسانس را دارا مي‌باشند كه مقدار آن 5-2 درصد گزارش شده است (توليد و فرآوري گياهان داروئي، اميد بيگي رضا، جلد سوم).
از اسانس اين گياه براي معطر و مطبوع ساختن مواد غذايي استفاده مي‌شود و عصار؟ اين گياه همچنين اثرات ضد باكتري داشته و جهت ناراحتي‌هاي گوارشي مانند نفخ شكم، سوء هاضمه، درد معده، كوليك شيرخواران استفاده مي‌شود. دان؟ شويد نيز اثر آنتي‌اسپاسموريك بر عضلات صاف لول؟ گوارش دارد (گياهان داروئي، علي زرگري، چاپ دانشگاه تهران).
داروهاي ساخته شده از گياه شويد
اخيراً دو دارو به نامهاي آنتوم و ديل‌سان وارد بازار داروئي ايران شده كه قسمت عمد؟ آنها عصار؟ شويد است.
اثرات مناسب اين دارو در درمان هيپرليپيدمي نشان مي‌دهد كه قطر؟ ديل‌سان كلسترول را 2/13%، تري گليسيريد را 7/5% و ليپو پروتئين‌هاي با دانسيت؟ كم (LDL) را 1/20% كاهش و ليپوپروتئين با داسيت؟ زياد (HDL) را 2/6% افزايش داده كه در هم؟ موارد فوق با ميزان‌هاي قبل از درمان از نظر آماري تفاوت معني‌دار بوده است و در تحقيق ديگري اسانس شويد وابسته به دوز غلظت كلسترول، تري گليسيريد و LDL)) را كاهش داده و غلظت (HDL) را افزايش داده است (تأثير داروي آنتوم و ديل‌سان بر روي كلسترول خون، دكتر محمود ميرحسيني ـ دكتر محمود رفيعيان).

در مورد اينكه گياه شويد با چه مكانيسمي بر هيپرليپيدمي مؤثر است، مشخص نشده اما در مطالعه‌اي كه بر روي تأثير چند تركيب فرار موجود در اسانس گياهي بر ميزان تمايل (LDL) به گيرنده‌هاي مربوط در مركز تحقيقات قلب و عروقي دانشگاه و علوم پزشكي اصفهان انجام شده است، نشان داده شده كه ليمونن خاصيت آنتي‌اكسيداتيو دارد و بر روي برداشت (LDL) توسط سلولهاي آدرنال اثر دارد و در مورد عوارض آنتوم همانطور كه اشاره شد، عارض؟ خاصي مشاهده نشده گر چه براي آنتوم عوارضي مانند آلرژي، ژنوتوكسيسيتي و ايجاد موتاسيون گزارش شده است ولي در مطالع؟ ما اين عوارض مورد بررسي قرار نگرفته است (تأثير داروي آنتوم و ديل‌سان بر روي كلسترول خون، دكتر محمود ميرحسيني دكتر محمود رفيعيان).
قطر؟ ديل‌سان حاوي 5% اسانس شويد مي‌باشد كاهش معني‌داري در كلسترول تري گليسيريد (LDL) داشته و ميانگين (HDL) را افزايش مي‌دهد و در بررسي ديگر آنتوم با داروهاي كلسيترامين، نيكوتبنيك اسيد و تركيب اين دو نشان مي‌دهد كه آنتوم 5/2% كلسترول را كاهش مي‌دهد (تحقيقات باليني باريج اسانس، دكتر طوبي كاظمي ـ دكتر حسين پناهي).
تركيبات كنگر فرنگي (Cynara Scolymus)
در اروپا برگهاي كنگر فرنگي به عنوان يك داروي مدر به منظور تحريك كليه‌ها و به عنوان محرك صفرا جهت تحريك ترشح صفرا از كبد استفاده مي‌شود. در اوايل قرن بيستم دانشمندان فرانسوي از اين گياه به عنوان محرك كبد و مثانه و كاهش غلظت كلسترول خون به بيماران تجويز مي‌كردند (فصلنام؟ گياهان داروئي).
اخيراً كميسيون E آلمان بر استفاده از برگ كنگر فرنگي در جهت بهبود مشكلات بد هضمي غذا تأكيد كرده است. بد هضمي غذا مي‌تواند به علت ترشح ناكافي صفرا و در نتيجه مشكلات بد هضمي غذا شود. شواهد قابل اطميناني مبني بر اينكه برگ اين گياه مستقيماً باعث بهبود بد هضمي غذا مي‌شود وجود ندارد. مطالعات روي حيوانات آزمايشگاهي نشان مي‌دهد كه برگ كنگر فرنگي سنتز كلسترول را در سلولهاي كبد مهار و همچنين كبد را از صدمات سموم شيميايي حفظ مي‌كند.
بر اساس مطالعات انجام شده روي 143 فرد داراي كلسترول بالا، عصار؟ برگ كنگر فرنگي بطور معني‌داري ميزان كلسترول خون افراد را بهبود بخشيد. كلسترل كل به ميزان 5/18% در گروه دارو در مقايسه با 6/8% گروه داروئي كاهش يافت.
(LDL) به ميزان 23% در مقايسه با 6% و نسبت LDL/HDL برابر با 20% در مقايسه با 7% در گروه داروئي بود (واحد تحقيق و توسع؟ باريج اسانس).

ميزان مصرف: طبق نظر كميسيون E آلمان ميزان 6 گرم گياه خشك يا مشابه آن (مجموعاً سه بار در روز) جهت درمان بد هضمي غذا قابل مصرف مي‌باشد.
سينارين موجود در آن به عنوان محرك كبد و مثانه و كاهش غلظت كلسترول به بيماران تجويز مي‌شود.
فرآورده‌هاي داروئي اين گياه به نام قطر؟ خوارکي سينابايل كه براي درمان سوء هاضمه و كپسول‌هاي داروئي ساخته شده و از اين گياه براي درمان كاهش چربي استفاده مي‌گردد (فصلنام؟ گياهان داروئي).
سير (Allium Sativum)
سير حداقل از 5000 سال قبل گياه با ارزشي شمرده مي‌شود. اثر شناخته شده‌اي در كاهش ميزان كلسترول خون دارد حتي علم پزشكي هم اين نكته را پذيرفته است كه سير احتمال خطر حمله‌هاي قلبي را در بيماران قلبي كاهش مي‌دهد.
سير در طب سنتي، در درمان طيف وسيعي از بيماري‌ها مصرف مي‌شود. تركيب بودار آليين يكي از مهمترين تركيبات موجود در سير است. هنگامي كه سير بريده يا له مي‌شود آنزيمي به نام آلينا‌ز (Allinase) با اثر بر آليين آن را تبديل به آليسين مي‌كند كه عامل بوي شديد سير است.
آليسين از تركيبات گوگرددار بوده كه بيشتر خواص داروئي سير به همين تركيبات مربوط است. فرآورده‌هاي بدون بوي سير قطعاً كم اثرترند.
سير محرك سيستم ايمني، آنتي‌بيوتيك، خلط‌آور، محرك تعرق، كاهند؟ فشار خون، ضد انعقاد، كاهند؟ كلسترول خون، كاهند؟ قند خون، ضد هيستامين، ضد انگل مي‌باشد (اثر سير بر كاهش كلسترول خون و درمان بيماريها، دكتر عبدالله حاجي‌وندي ـ دكتر غلامرضا بابائي ـ دكتر محسن ناصري).
حبّ؟ سير در درمان عفونتها، مشكلات تنفسي، اختلالات گوارشي، عفونتهاي قارچي مثل برفك و در درمان درازمدت، درمان خوبي براي بيماريهاي قلبي است، باعث كاهش كلسترول اضافي خون، مانع تصلّب شرائين، موجب كاهش خطر لخته شدن خون درون رگها مي‌شود، در تنظيم قند خون تأثير بسزايي دارد (درمان بيماريها به كمك داروهاي گياهي، مهندس ميرزا قاسمي).
ميزان مصرف: دوز مصرفي متداول عصار؟ پودر سير روزانه 900 ميلي‌گرم است كه حاوي 3/1% آليين يعني روزانه حدود 12 ميلي‌گرم آليين مي‌باشد. تنها اثر جانبي متداول سير بوي نامطبوع آن است (فصلنام؟ گياهي داروئي، حسن فلاح حسيني).
داروهاي ساخته شده از سير
گارليك (قطر؟ خوراكي)، گارسين (قرص روكش‌دار)، گارلت (قرص

روكش‌دار)، گارلي‌كپ (كپسول).
دوز مصرفي: سه بار در روز و هر بار بعد از غذا (اينترنت: داروهاي گياهي رسمي ايران).
روغن زيتون
روغن زيتون حاوي آنتي‌اكسيدان و مقادير زيادي اسيد اولئيك و داراي نقط؟ ذوب بالايي است (210 درج؟ سانتيگراد).
مصرف روغن زيتون باعث كم شدن كلسترول بد خون گشته و روزانه 8 دانه زيتون مي‌تواند 16% كلسترول بد خون را كاهش دهد (پژوهشگر تغذيه، خانم پروين ميرميران).
ويژگي خاص روغن زيتون در تركيب اسيدهاي چرب و نيز دارا بودن ساير مواد و تركيباتي كه خاصيت آنتي‌اكسيداني دارند، است. در روغن زيتون مقدار اسيد اولئيك 55 الي 83 درصد و مقدار اسيدهاي چرب اشباع شده حدود 8 الي 14 درصد و بالاخره مقدار اسيدهاي چرب با بيش از يك باند دوگانه حدود 20-15 درصد مي‌باشد. ضمناً تركيباتي چون ويتامين E ، ويتامين K و پلي‌فنولها با خواص آنتي‌اكسيداني قوي مكانيسم دفاعي بدن را در مقابل اثرات التهابي آترواسكلروزيس و مواد سرطان‌زا تقويت مي‌كند.
اسيد اولئيك ضمن كنترل سريع (LDL) ميزان (HDL) را افزايش مي‌دهد. مكانيسم عمل به اين ترتيب است كه اسيد اولئيك گيرنده‌هاي (LDL) سلول را فعال كرده و ورود آنها را به درون سلول تسهيل نموده و ثانياً با افزايش مقدار (HDL) كلسترول اضافي را به درون كبد منتقل و بعد از استريفيه كردن از طريق صفرا به خارج منتقل مي‌شود.
روغن زيتون باعث جذب بيشتر كلسيم و معدني شدن استخوانها مي‌شود كه اين پديده براي افراد در سنين رشد و نيز افراد سالخورده بسيار مهم است.
سويا (Glycine max L)
سويا به عنوان يك ماد؟ غذايي سرشار از پروتئين در آسيا و به عنوان گوشت بدون كلسترول در غذاي سنتي آمريكائيان مصرف مي‌شود.
در طب سنتي سويا جهت كاهش كلسترول خون استفاده شده و همچنين به عنوان ضد سرطان و در درمان پوكي استخوان كاربرد دارد. سويا به 3 دليل باعث كاهش كلسترول خون مي‌گردد.
1- فاقد كلسترول است.
2- حاوي پروتئين است كه پروتئين كلسترول خون را كاهش مي‌دهد.
3- اكثر چربيهاي موجود در سويا از نوع چربيهاي غير اشباع هستند.
مصارف درماني: چندين بررسي نشان داده است كه سويا مي‌تواند (LDL) خون را تا 10% كاهش دهد. مصرف روزان؟ 47 گرم سويا حدود 9%

كلسترول خون و 13% (LDL) را كاهش مي‌دهد و اثر سويا بر روي (HDL) كمتر است (فصلنام؟ گياهان داروئي).
تركيباتي همچون ايزوفلاوون‌هاي موجود در سويا به عنوان عامل اصلي در كاهش كلسترول خون نقش دارند.
تداخل داروئي: سويا ممكن است اثر داروهاي تيروئيدي را كاهش دهد و ايزوفلاوون‌هاي سويا مستقيماً از عمل غد؟ تيروئيد ممانعت نمايد كه اين حالت ممكن است فقط در افراد داراي كمبود يد معني‌دار باشد (طرح تحقيقاتي، قاسم دهكردي، 1376).
در نهايت توصيه مي‌شود كه افراد داراي مشكلات تيروئيدي از مصرف مقدار زياد سويا خودداري نمايند و همچنين سويا ممكن است جذب روي، آهن و كلسيم را نيز كاهش دهد و براي جبران اين حالت دو ساعت بعد از مصرف سويا مواد داراي اين تركيبات استفاده شود.
سويا باعث كاهش ميزان هورمون تستوسترون در مردان مي‌شود و برخي مطالعات نشان دهند؟ وجود خاصيت استروژني در ايزوفلاوون‌هاي سويا است به همين دليل استفاد؟ زنان باردار از سويا ممكن است منجر به آسيب به جنين شود (طرح تحقيقاتي، قاسم دهكردي، 1376).
خار مريم (Silybum Marianum L)
عصار؟ بذر گياه داروئي خار مريم به سيلي مارين معروف است. سيلي مارين داروي گياهي با خواص محافظت كبدي داراي تركيبات متعددي از جمله فلاوونوييدها با خواص آنتي‌اكسيداني، تثبيت غشاي سلولي و افزايش گلوتاتيون خون مي‌باشد كه تأثيرات مثبت آن در بهبود بيماري‌هاي متعدد از جمله افزايش چربي خون در مطالعات آزمايشگاهي گزارش شده است (تحقيقات باليني باريج اسانس، دكتر حسين پناهي).
نتايج تحقيقات باليني حاكي از آن است كه سيلي مارين‌ها مي‌توانند به عنوان يك كاهش دهنده كلسترول خون در بيماران هايپركلسترولمي مطرح شوند. در 15 بيمار داراي كلسترول خون بالا مصرف سيلي مارين با دوز 420 ميلي‌گرم يك بار در روز موجب كاهش غلظت كلسترول در صفرا در مقايسه با گروه كنترل شده كه نشان دهند؟ كاهش سنتز كلسترول در كبد است.
در مطالعه باليني كه روي 14 بيمار داراي كلسترول خون بالا از نوع دوم صورت گرفت، سيلي مارين با دوز 420 ميلي‌گرم موجب كاهش ميزان كلسترول تام و افزايش ميزان (HDL) خون بيمار شد. مطالعه‌اي كه در بيمارستان شريعتي تهران انجام گرفته تجويز داروي گياهي سيلي مارين به بيماران ديابتي مبتلا به چربي خون بالا موجب كاهش كلسترول تام، (LDL) و تري گليسيريد خون گرديد (فصلنام؟ گياهان داروئي، شماره 11).
شنبليله (Trigonella Foenum – Graceum)

شنبليله در طب سنتي در بيماريهايي مانند ديابت، كلسترول بالا، يبوست، برونشيت، سوء هاضمه و مشكلات كليوي تجويز مي‌گردد.
مطالعات انجام شده بر روي حيوانات آزمايشگاهي و بررسي‌هاي باليني نشان مي‌دهد كه اين گياه ميزان قند خون را در افراد ديابتي كاهش داده و سطح كلسترول را نيز پايين مي‌آورد. مشابه ساير مواد غذايي داراي فيبر زياد، ممكن است جهت يبوست نيز مفيد باشد.
ميزان مصرف: دوز مصرفي متداول 5 تا 30 گرم پودر بذر گياه يا روغن گرفته شده از آن سه بار در روز همراه با غذا مي‌باشد.
تنها اثر جانبي اين گياه ايجاد اختلالات گوارشي خفيف در صورت مصرف زياد آن است. عصار؟ حاصل از بذر شنبليله ايجاد اثر تحريكي روي رحم خوكچه‌هاي هندي نموده است به همين دليل زنان باردار بهتر است از مصرف آن پرهيز نموده و در صورت تمايل بايد مقدار 5 گرم در روز و تحت نظر پزشك اين دارو را مصرف نمايند.
تداخل داروئي: بذر شنبليله به علت خاصيت كاهش قند خون، اثر انسولين يا اثر ساير داروهاي كاهش دهند؟ قند خون را كاهش مي‌دهد (فصلنام؟ گياهان داروئي).
عرقيات گياهي
1- عرق آويشن
داراي طبع گرم و خشك مي‌باشد.
ـ كاهش كلسترول: روزانه 3 الي 4 فنجان از عرق آويشن به منظور كاهش كلسترول خون، درمان سياه‌سرفه، رفع دل‌درد و سوء هاضمه مفيد مي‌باشد.
تركيبات آويشن: اسانس حاوي تيمول، الكل، لينانول، ژرانول، اسيد اولئانوليك مي‌باشد.
2- عرق بابا آدم
بيشتر از ريش؟ آن استفاده مي‌كنند. هنگامي كه يكساله است و قبل از آنكه گل بدهد جمع‌آوري مي‌كنند كه داراي طبع گرم و خشك است و تأثير خوبي روي درمان فشار خون، ديابت و كلسترول خون دارد. هر صبح و عصر به صورت ناشتا مصرف مي‌شود.
3- عرق زرشك
باعث كاهش كلسترول خون، كاهش فشار خون شده و طبعي سرد و خشك دارد، عرق زرشك از ميو؟ زرشك تهيه مي‌گردد.
4- عرق زيره
عرق زيره داراي طبعي گرم است، مصرف مجاز آن يك فنجان در نصف ليوان بعد از غذا مي‌باشد. درمان به جهت كاهش كلسترول و چربي خون، مي‌توان از آب مقطر زيره به جاي چاي روزانه استفاده نمود. در درمان و

تقويت اعصاب و تقويت شنوايي و كليه نيز استفاده مي‌شود.
5- عرق سير
عرق سير داراي طبعي گرم و خشك است. مهمترين خواص آن پايين آورند؟ فشار خون، قند خون، چربي خون، تقويت كار گلبولهاي قرمز، تنظيم كنند؟ مقدار كلسترول و ضدعفوني كنندگي مي‌باشد. خوردن مداوم عرق سير به علت داشتن منگنز موهاي سفيد را سياه مي‌كند.
6- عرق شويد
عرق شويد داراي طبعي گرم و خشك است. مهمترين خواص داروئي آن در پايين آوردن چربي خون و فشارخون، برطرف كنند؟ آرتروز، ضد اسيد اوريك، مقوي معده، مدر و بادشكن مي‌باشد.
7- عرق گاو زبان
داراي طبعي گرم و خشك مي‌باشد. خوردن 2 فنجان عرق گاو زبان باعث كاهش كلسترول خون مي‌گردد.
تركيبات: موسيلاژ، ماد؟ تلخ رزين، مواد معطر، تانن‌ها.
8- عرق ريحان
به منظور تقويت قلب، كاهش فشار خون، كم خوني و كاهش كلسترول خون و تقويت قواي چشايي روزانه نيم استكان صبح و نيم استكان عصر عرق ريحان ميل نماييد.
منابع
1- اميد بيگي رضا، توليد و فرآوري گياهان داروئي، جلد سوم.
2- علي زرگري، گياهان داروئي، انتشارات دانشگاه تهران.
3- حسن فلاح حسيني ـ حسين فخرزاده، فصلنام؟ گياهان داروئي، گياهان داروئي مؤثر بر چربي خون.
4- دكتر طوبي كاظمي ـ دكتر حسين پناهي، تحقيقات باليني باريج اسانس.
5- دكتر عليرضا آثاررخ، پايان‌نامه، 6902 كلسترول خون.
6- تركيبات شيميايي چربيها و پالايش روغن ...
7- كيومرث زارع، پايان‌نام؟ دكتراي داروسازي.
8- مهندس ميرزا قاسمي، درمان بيماريها به كمك داروهاي گياهي.
9- فصلنام؟ گياهان داروئي، بررسي تغييرات درصد و اجزاي روغن فرار در مراحل مختلف رشد گياه شويد.
10- دكتر سيد محمود ميرحسيني ـ دكتر محمود رفيعيان، بررسي تأثير داروي آنتوم و قطر؟ ديل‌سان بر روي كلسترول و ليپوپروتئين‌هاي خون.
11- دكتر عباس حاجي‌وندي ـ دكتر غلامرضا بابائي ـ دكتر محسن ناصري ـ انوشيروان كاظم‌نژاد، درمان بيماريهاي عروقي و اثر سير بر كاهش كلسترول خون، دانشكده پزشكي دانشگاه تربيت مدرس.
12- قاسم دهكردي، طرح تحقيقاتي، 1376.

13- سايت اينترنتي داروهاي گياهي ايران.
منبع: سايت طوبي

تاجريزي

ديسقوريدوس گويد :انواع بسياري دارد كه از اين قرار است .
1 ـ كاشتني كه بسيار بزرگ نمي شود .
2 ـ نوع دوم را تعفين گويند .
3 ـ نوع سوم خواب آور است و اكثراً در سنگلاخها نمو مي كند .
4 ـ نوع چهارم را مجنن گويند كه در طبرستان كوبريل ناميده شده است .
5 ـ نوع پنجم را بعضي از مردم وريطموس مي گويند .
هر آن نوعي كه برگ سبز و ميوه زرد مي دهد بهتر است .
مزاج :سرد و خشك
خاصيت : تاجريزي كاشتني تخمش قبوضيت دارد و خواب آور است .
ورم و جوش : در علاج انواع ورم هاي گرم ، ورم بر رويه باشد يا ناپديد ، بسيار مفيد است .
در علاج ورم هاي گرم دروني و ناپيدا آبش را مي خورند و در علاج باد سرخ و مورچگي آب آن را با سفيداب و روغن گل ضماد مي گذارند .
پرزه هاي ريشه اش بسيار خشكاننده است و برگش نيز كه با گياه كوشاد باشد در خشكانيدن و شفا بخشيدن باد سرخ و مورچگي مفيد است .
سر :اگر بيش از دوازده دانه (حبه )از دانه هاي آن نوع كه تخدير كننده است بخورند سبب ديوانگي مي شود .
اگر به وزن يك مثقال از الياف ريشه اش را با آب انگور كهنه خورند مي خواباند .
اگر تاجريزي را بخوبي خرد كنند و بكوبند و بر پيشاني ببندند سر درد از بين مي رود .ضماد كوبيده تاجريزي ورم بيخ گوش و ورم پرده مغز را درمان مي كند .
آب آن را در گوش بچكانند درد گوش آرام مي يابد .
اگر پوست بيخ نوع سومي را در آب انگور كهنه بپزند و در دهان نگه دارند درد دندان تسكين مي يابد .
چشم :آب تاجريزي علاج غرب (جوش در چشم ) است .
افشره انواع تاجريزي حتي نوع خواب آورش چشم روشني است و ديد را نيرو مي بخشد .
اگر ميله هاي دارويي در چشم كشيدني را به جاي آب و سفيده تخم مرغ با آب تاجريزي درست كنند در بيماري چشم مفيد است .
اندام هاي غذا : تخم مرغ مخدر از تاجريزي بول را ريزش مي دهد .
كليه و مثانه را مي پالايد ، همه انواع تاجريزي را اگر بردارند خونريزي حيض را قطع مي كند ، سردي مي بخشد و خواب هاي جنسي را باز مي

دارد .
زهرها : يك نوع از انواع تاجريزي كه نه كاكنج است و نه كاشتني و نه مخدر اگر چهار مثقال از آن را بخورند مي ميرند و كمتر از آن ديوانگي مي آورد و از فوايد تاجريزي نصيبي ندارد مگر در ضماد شدن

ترب

دارويي ترين جزء ترب به ترتيب اولويت ، تخم ، پوست ، برگ و مغز آن است .
روغن ترب ،هم قوت روغن كرچك و از آن گرمتر است . ترب بياباني قوي تر است . نيرومندترين جزئش تخم آن و غذايي ترش در آب جوشيده است .
مزاج : گرم و تر است .
خاصيت : ترب بادآور و تخمش بادشكن است . ترب و به ويژه تخمش نرمي بخش است . ترب بياباني التهاب مي آورد . ترب غذاي كم و بلغمي مي دهد .
آرايش : با آرد شلمك مخلوط كنند و بر سر بمالند موي مبتلا بهكم مويي و داء الحيه را باز مي روياند . ترب و عسل ضماد شود لكه هاي زير چشم خوني و غير خوني را مي زدايد .
تخم ترب داروي نقطه هاي گوناگون اندام ها و زداينده لكه هاي ناشي از ضربه خوردن و لكه هاي سياه پوست است . ترب و كندس و سركه را بر پوست مي مالند و اگر در حمام بر پوست بمالند بهتر است ، لك وپيس سياه را از بين مي برد .ترب شپش را در بدن مي افزايد .
جوش :با آرد شلمك بر جوش هاي شري بگذارند شفا مي دهد .
زخم و قرحه :ترب و عسل ضماد شود زخم چركي و شري را بر مي كند .
تخم ترب با سركه علاج زخم است و بيماري ويروسي را ريشه كن مي كند .
مفاصل :تخم ترب درد مفاصل را دوا مي كند و ضربان مفاصل را آرام مي نمايد .
سر : به زيان سر و دندان و دهان است . افشره اش باد گوش را مي پراكند .
چشم :آب ترب را در چشم مي چكانند هر چند براي چشم خوب نيست اما ديده را جلا مي دهد .آب ترب لكه هاي زير اشك ريز را مي زدايد . ابن ماسويه گويد :برگ ترب ديد را تقويت مي كند .
نفس كش و سينه :ترب پخته در علاج سرفه كهنه و هميشگي ، كيموس غليظ كه در سينه پيدا مي شود و خناق ناشي از قارچ سمي بسيار مفيد است . ترب را با سكنجبين بپزند و با آن غرغره كنند در دفع خناق مفيد ولي براي گلو زيان دارد . شير پستان را افزايش مي دهد .
اندام هاي غذا : براي معده بد و آروغ آور است .
تخم ترب و سركه با هم بسيار قي آور است .

آماس طحال را فرو مي نشاند .
ابن ماسويه گويد :خوردن ترب و به ويژه برگ آن بعد از طعام ، طعام را هضم مي كند .
آب برگ ترب بند آمده هاي كبد را باز مي كند و علاج يرقان است .
زهرها :ترب پادزهر نيش مار است . تخم ترب در دفع گزند سم و نيش حشرات مفيد است .
قاچي از ترب را بر كژدم بگذارند مي ميرد .آبش را بر كژدم بپاشند فوراً كژدم را مي كشد . اگر ترب خورده را كژدم بزند تأثيري ندارد .

زعفران ، طلاي سرخ

مقدمه
زعفران با نام علمي كركوس ساتيوس Crocus Sativus از خانواده زنبقيان Iridaceae مي باشد. در برخي منابع، مثلا در دائره المــعارف آمريكانا Americana Encyclopedia ذكر شده است كه اين كلمه از كريكوس Corycus كه نام منطقه اي در سيليسيا Cilicia واقع در شرق مديترانه مي باشد گرفته شده است. عده اي مبداء زعفران را ايالت قديم ماد ايران مي دانند، برخي از محققين نيز خاستگاه زعفران را در منطقه وسيعتري از كره زمين شامل يونان، تركيه، آسياي صغير و ايران مي دانند. ايرانيان ضمن صدور زعفران به بسياري از نقاط جهان باستان، خواص آن را به يونانيها، روميها، چينيها و اقوام سامي از جمله عربها معرفي كردند و شيوه زراعت آن را در سده هاي اول تا چهارم هجري به امم اسلامي پيرامون مديترانه آموختند. به اين ترتيب كه نخستين زعفران زارها به وسيله ايرانيان تبعيد شده توسط معاويه در نواحي شام دايز شدند، سپس كاشت زعفران در شمال افريقا و اندلس (اسپانياي اسلامي) وصقليه (سيسيل) رواج يافت و اقوام ايراني همچون رستميان و بنوطبري در انتقال فرهنگ زعفرانكاري مؤثر بودند.
مستندات تاريخي بيانگر اين واقعيت است كه ايرانيان از روزگاران كهن به زر و زعفران علاقه و توجهي بليغ داشته اند به طوري كه در جشن ها و سرور ها و مجالس بزم و نشاط مانند عروسي ها و اعياد، يا استقبال از بزرگان و زائران زر و زعفران نثار قدمها مي كردند. در برپايي با شكوهتر اين گونه آئين ها، ضمن آذين بندي و آينه بندان، سكه هاي زرين و سيمين را به همراه زعفران و گل و نقل بر سر عروس و داماد يا شخصيتهاي مورد نظر، و گاهي همه حاضران در اين گونه مراسم مي ريختند. در برخي ازمراسم زعفران را به تنهايي، يا همراه با مشك وعنبر و عود دود مي كردند و گلاب مي پاشيدند.
درعصرهخامنشيان زعفران براي تزئين گرده هاي نان ومعطر كردن خوراكها به كار مي رفته است. فردينانند يوستي ضمن شرح زندگاني داريوش نوشته است: ((شاه ايران تن خود را روغني معطر مي ماليد كه عبارت بود از مخلوط روغن آفتاب گردان كه در پيه شير پخته و با زعفران و شراب خرما تهيه ميشد)). در دوره پارتها زعفران ايران به يونان و روم مي رفت، بعدا چين هم از مشتريان زعفران ايران شد. در عصر ساسانيان كاشت زعفران در قم و بون نيز رايج گرديد و مرغوبيت محصول آنها شهرت يافت. در همان روزگار زعفران در پرداخت كاغذهاي گران قيمت

كاربرد پيداكرد، اما پيشتر از آن محلول زعفران به عنوان مركب تحريراستفاده مي شد،وتا قرنها بعددرتركيب مركبهاي تحرير مرغوب به كار مي رفته است. از انواع مركب زعفراني كم رنگ و پر رنگ (از زرد كمرنگ تا قرمز خونين) براي نوشتن عنوان فرمانها و نامه هاي سلاطين و خليفگان و امرا، و همچنين در تحرير عنوانها و سرفصلهاي كتب و رسالات و نيز در تذهيب و تشعير ، و در تصوير ها و نقوش حواشي و متن استفاده مي شده است. افزون بر اينها در تحرير دعاهاي مقدس و همچنين تعويذ ها و طلسم هاي خاص بر روي كاغذ و پارچه و گاهي كفن، مركب زعفران به كار مي رفته است .
در منابع پهلوي زعفران با نام پارسي (كركم) ثبت شده است. در يك ترجمه بندهش زعفران جزو اسپرغم ها يا عطرها يا گياهان خوشبوي به حساب آمده، و در ترجمه ديگري از اين كتاب، زعفران در شمار گياهان رنگ كننده پارچه ذكر شده است. كلمه زعفران يك واژهء عربي يا احتمالا معرب است كه ريشه و وجه اشتقاق آن ناشناخته مانده، گو اينكه در منابع غربي براي اين كلمه و كلمه كركم مبناي سومري عنوان شده است. اين نظر قابل تامل در صورتي به واقعيت نزديك است كه مبدا سومريان از نواحي زعفران خيز ايران باشد، يا بتوان آنها را همان بوميان رانده شده از ايران زمين، پس از هجوم آرياهاي دامدار و شبان پيشه پنداشت.
در منابع لغت فارسي و عربي دهها كلمه به معني زعفران ثبت شده است. اما اين كلمات به ندرت در مآخذ و متون كهن فارسي به كار رفته است. مثلا كلمه كركم در نوشته ها و سروده هاي فارسي در موارد بسيار اندك ذكر شده است، اما كلمه زعفران با همه خصلتها و خصوصيات و خواص نباتيش مورد توجه بسياري از ادبا و نويسندگان و شاعران قرار گرفته است، به طوري كه با جرأت مي توان گفت كلمه زعفران و تعبيرات و تشبيهات مربوط به آن به اندازه اي كه در منابع و متون و دواوين فارسي آمده در آثار مكتوب هيچ يك از السنه جهاني به كار نرفته است.
كشت زعفران در گذشته اي بسيار دور در غالب مناطق مركزي ايران متداول بوده است. شهرت زعفران قم در زمان قبل از اسلام حكايت از پيشينه كشت اين گياه در ايران قديم دارد. در قرن دهم ميلادي كشت زعفران توسط اعراب (كه خود اعراب نيز آن را از ايرانيان آموخته بودند) در اسپانيا متداول گرديد و متعاقب آن در قرن هجدهم در ناحيه اي به نام Walden در Essexانگلستان رواج داشته و امروزه اين محل به نام Saffron Walden معروف است .
به طوري كه از نوشته هاي ادبي و پزشكي هندوستان برمي آيد ، زعفران از دير باز براي مردم آن سرزمين شناخته شده بوده است. همچنين زعفران نزد مردم مصر، يونان، كليميان، هندوها و مسلمانان از توجه

خاصي برخوردار بوده است.
مي‌گويند خوردنش آرامش‌بخش است و براي تمدد اعصاب مفيد، به افزايش خنده نيز كمك مي‌كند و افسردگي را مي‌كاهد. زيبايي و طراوت خاصي به برنج مي‌بخشد، اگرچه قيمت بالايي دارد و همچون طلا، گرمي و مثقالي سنجيده مي‌شود.
زعفران كه به گل سلامتي، سلطان ادويه‌ها و طلاي سرخ معروف است، ارزشمندترين رستني ايران و نشات گرفته از دامنه‌هاي الوند مي‌باشد. كشت زعفران در ايران به سال‌هاي قبل از ميلاد برمي‌گردد و در مناطق بسيار كم باران ايران كه داراي زمستان سرد و تابستان گرم هستند گسترش دارد. درواقع منشا آن دامنه‌هاي كوه الوند (همدان) بوده است. نخستين زعفرانزارهاي جهان در اطراف همدان و كرمانشاه دايز شده و پس از آن به نقاط مختلف ايران از جمله خراسان رسيده و توليد انبوه و مرغوب آن در قهستان و قاينات رواج يافته است.
زعفران از كلاله گل زعفران به دست مي‌آيد به طوري كه تقريبا از هر هزار گل زعفران، حدود 10گرم زعفران حاصل مي‌شود. از زعفران به علت دارا بودن خواص منحصر به فرد در عطر و طعم و رنگ و خواص دارويي آن در انواع مواد غذايي مانند برنج، گوشت، شيريني، بستني، چاي و صنايع داروسازي استفاده مي‌شود.
قديمي‌ترين اسنادي كه از مصرف زعفران بر جاي مانده مربوط به دوران شاهان هخامنشي است كه بر روي كتيبه‌اي از آن دوران مقدار زعفران مصرفي دربار چيزي در حدود يك كيلوگرم نوشته شده است.
علاوه بر اين، در كشورهاي باستاني دنيا مانند يونان و ايتاليا و ... كم و بيش رواج دارد.
زعفران با نام علمي Saffron Crocus Sativies Lnriaeus از خانواده زنبقي‌ها Iridaceae،گياهي است به ارتفاع 10-30سانتيمتر، چند ساله و بدون ساقه، داراي پياز غده‌اي و كروي شكل به قطر 3-5 سانتيمتر، گل‌هاي معطر هر بند 1 تا 4 عدد و داراي 3 كاسبرگ و 3 گلبرگ بنفش رنگ شبيه به هم و 3 پرچم هستند. برگ‌هاي حقيقي زعفران 5 تا 11 عدد بوده كه همزمان با گلدهي و يا كمي بعد از آن در مي‌آيند كه به رنگ سبز با پهناي 1/5 - 3ميليمتر هستند. قسمت خوراكي و تجاري زعفران كلاله قرمز رنگ شاخه است كه محصول زعفران را تشكيل مي‌دهد.
زعفران كاربردهاي گوناگوني دارد كه مصارف عمده ي آن شامل غذايي و دارويي و شيميايي (صنعتي)است.
مصارف غذايي
بر اساس قانون سازمان نظارت بر مواد غذايي و دارويي آمريكا (FDA) زعفران به عنوان رنگ دهنده طبيعي مجاز است و مقدار مصرف آن به

عنوان عطر و طعم دهنده طبيعي محدوديتي ندارد.
در تهيه مواد خوراكي مانند سوسيس و مارگارين- كره و پنير و صنايع لبني - كيك و دسر و ژله و نوشابه - شكلات و نوشيدني‌ها - سوپ و برنج و مرغ استفاده مي‌شود.
مصارف درماني
زعفران به علت دارا بودن مواد تلخ موجب سهولت هضم غذا مي‌شود.تحقيقات اخير نشان مي‌دهد كه تركيبات فعالي چون Crocin , Crocetin و انواع ديگري از كارتنوئيدها در زعفران وجود دارند كه مي‌توانند حالت توموري بافت‌ها را كاهش دهند و خاصيت ضد سرطاني دارند و نيز مي‌توانند ميزان چربي سرم خون را كاهش داده و از ايجاد حالت هيپوليفميك (hypolipemic) در سرم خون جلوگيري كند، اكسيزناسيون بافت‌ها را افزايش داده و نيز مي‌تواند از اختلالاتي نظير آلزايمر و پاركينسون به طور قابل ملاحظه‌اي جلوگيري كند.
همچنين از زعفران در درمان دامنه وسيعي از اختلالات جسمي مانند زكام، نفخ، سوءهاضمه، يرقان، هپاتيت، اسپاسم و ديابت و ... و نيز به عنوان يك ماده اشتهاآور، نشاط‌آور، محرك معده و ... استفاده كرد.
مصارف صنعتي
از زعفران در صنعت براي رنگ آميزي ابريشم و نخ ... استفاده مي‌شود.برخي‌تركيبات شيميايي آناليز شده از گياه زعفران شامل موارد زير هستند:
1 - كربوهيدرات: قندهاي احيا كننده كه بيش از 20درصد وزن زعفران را تشكيل مي‌دهند مانند گلوكز و مزوكتوز و گليكز و ..
2 - مواد معدني: شامل K2O, NA2O-P2O2-CL2
3 - ويتامين‌ها: مانند ويتامين B1 و ريبوفلاوين B2
4 - چربي: مانند استگيما استرول، كاپتااسترول
5 - رنگدانه‌ها: شامل كارتنوئيدهاي محلول در چربي مانند ليكوين a- كاروتن و b- كاروتن و كارتنوئيدهاي محلول در آب مانند كروسين و آنتوسيانين است. كروسين crocin عامل اصلي رنگ زرد زعفران است با فرمول C44 H64 O24 و درصد اين ماده در هنگام گل دادن بين 9/1 تا 15درصد متغير است.
6 - گليكورند picro crocin: گليكورند فاقد رنگ است كه طعم تلخ زعفران را باعث مي‌شود با فرمول C16 H26 O7 و نقطه ذوب 156 درجه سانتيگراد كه در زعفران تازه حدود 4درصد گليكورند وجود دارد.
7 - روغن‌هاي فرار: عامل عطر و آروما در زعفران سافرانال است كه عمده ترين تركيب موجود در روغن‌هاي فرار است.
گياهشناسي

زعفران با نام علمي ( Crocus Sativus L. ) از خانواده زنبقيان (Iridaceae) گياهي علفي، چند ساله، بدون ساقه و پيازدار است. پياز زعفران از نوع توپر و تقريبا كروي شكل با قطر 3 تا 5 سانتي متر و پوششي قهوه اي رنگ مي باشد كه در زير خاك قرار مي گيرد. هر پياز 6تا 9 برگ باريك، نظير برگ علفهاي چمني توليد مي نمايد. ريشه هاي زعفران ازنوع افشان هستند كه از قــاعده پيازها و از روي دايــره محيطي آن مي رويند. گل زعفران اولين اندامي است كه در اوايل پاييز ظاهر مي شود. در سال اول كشت، به علت ضعف پيازها و عدم استقرار كامل آنها در خاك و كشت عمقي، جوانه هاي گل توان كافي براي رويش ندارند و حتي برگها در سال اول ديرتر از معمول ظاهر مي شوند. پوشش گل از سه كاسبرگ و سه گلبرگ همرنگ بنفش تشكيل مي شود، به طوريكه تشخيص كاسبرگها از گلبرگها مشكل مي باشد. تعداد پرچمها سه و طول ميله پرچم دو برابر بساك است. بساك زعفران زرد رنگ مي باشد. مادگي در مركز گل قرار گرفته و داراي يك تخمدان است و از قسمت تخمدان خامه باريكي خارج مي گردد. خامه طويل و كشيده بوده به رنگ زردكمرنگ است كه به يك كلاله شفاف قرمز نارنجي سه شاخه اي به طول3-2 سانتي متر ختم مي شود. سه كلاله همراه با خامه پس از خشك كردن، زعفران تجارتي را تشكيل مي دهند.
زعفران گياهي است كه از لحاظ مورفولوژيكي تقسيم ميشود به مشخصات ريخت شناسي برگ، كلاله، خامه، گلبرگ، كاسبرگ، پياز(سوخ)، چمچه مشخصات برگ:برگ زعفران معمولا از ?? سانتي متر تا ?? سانتي متر مي‌باشد، برگ‌هاي نوك تيز داردكه روي برگ آن تيره تر است ودرارقام مختلف متفاوت مي‌باشد.زير برگ آن روشن است ودر گونه‌هاي مختلف زعفران فرق مي‌كند.ضخامت برگ ممكن كم تا زياد باشد وارقام مختلف زعفران مانند خزري، زاگرسي، سفيد، بنفش، زيبا وجوقاسم متفاوت است. كلاله:رنگ كلاله كه به ميزان كارتنوييد وليكوپن موجود درآن بستگي دارد متفاوت است.از قرمزررنگ تا نارنجي كمرنگ ديده شده‌است.كلاه سه شاخه‌است ونسبت به خامه كه تعداد ان نيز سه عدد مي‌باشد متفاوت است.ممكن است بلندتر، كوتاهتر، وبرابر با آن باشدوهمچنين طول آن نسبت به گلبرگ‌ها نيز متفاوت است. وديده شده‌است كه در ارقام مختلف در ايران بلندتر، كوتاهتر وتااندازه‌اي برابر وجود دارد. در انتهاي كلاله لبه آن حالت چين خورده دارد كه در برخي ارقام زعفران بسيار بيشتر ديده ميشود.وعرض دهانه آن نيز بستگي به گونه آنهن تا نازك وجود دارد.ورنگ لبه انتهايي كلاله داراي رگه سفيدي مي‌باشد كه كم تا زياد وجود دارد. خامه:داراي رنگ زرد مي‌باشد كه در برخي ارقام مانند زعفران خزري بسيار زرد آن پررنگ مي‌باشد ودر رقمي مانند زعفران زاگرسي زرد

كمرنگ تري دارد و به نسبت كارتنوييد آن متفاوت خواهد بود. سوخ: شكل عمومي سوخ مي‌تواند بيضوي پخ، لوزي، تخم مرغيريا، دايره‌اي، وبيضوي پهن باشد.ويكي از صفات مورد بررسي آن پهناي گردن آن مي‌باشد كه ممكن است خيلي باريك، باريك، وتا بسيارپهن ديده شود.شكل قاعدهپياز زعفران ممكن است گرد ويا تو رفته باشد.از لحاظ ضخامت قطر آن در ابتدا وانتهاي ووسط سوخ ديده شده‌است كه شكل سوخ را متفاوت كرده.وازصفات بسيار مهمي مي‌باشد از لحاظ استفاده بازار. در پياز زعفران حالت چندقلويي نيز وجو دارد چنانچه در تمام گياهان دارويي كه داراي پياز هستند وجود دارد وممكن هم هست كه وجو نداشته باشد ودرصد نبود ان بيشتر است. پياز زعفران داراي الياف قهوه‌اي مي‌باشد كه در برخي گونه‌ها بسيار فشرده مي‌باشد ودر برخي گونه كم پشت تر است ورنگ سفيد پياز به وضوح ديده مي‌شود. گلبرگ/كاسبرگ:هركدام به تعداد ? تا مي‌باشد و ضخامت آنها كم تا زياد وجود دارد. چمچه:اولين اندامي است از زعفران كه به محظ جوانه زدن در سطح خاك ديده ميشود. چمچه‌ها در برخي لرقام بسيار بلند هستند و در ارقام پابلند زعفران ديده شده ودرارقام پاكوتاه زعفران بصورت بسيار كوتاه نيز وجودارد و بيشتر ارقام متوسط ان وجو دارد.

تركيبات شيميايي

رنگ زعفران مربوط به ماده‌اي به نام كروسين است كه در آن وجود دارد. پياز زعفران سمي است و مصرف بيش از حد آن براي حيوانات كشنده است.

اندامهاي مختلف گياه زعفران

تكثير زعفران از طريق ايجاد پيازچه هاي جديد كه از پياز مادر توليــد مي شود صورت مي گيرد. پياز زعفران در ماههاي تابستان به صورت غيرفعال و راكد در زمين باقي مي ماند و رشد دوباره خود را در حدود پايان تابستان شروع مي نمايد. بر طبق گزارشات موجود چندين واريته شناخته شده در كشورهاي مختلف كشت مي گردد.

تقسيم بندي انواع زعفران

در ايران معمولاً زعفران توليدي به چند شكل تقسيم بندي مي شود. يكي از اصطلاحاتي كه از ديرباز در اين زمينه مورد استفاده قرار مي گرفته زعفران دخترپيچ است. اين نوع زعفران شامل قسمت كلاله و خامه، (قسمت سرخ و قسمت سفيد يا زردرنگ زعفران) مي باشد كه در فارسي به آن زعفران دسته‌اي نيز گفته مي‌شود، و در خارج از كشور آن را به عنوان زعفران Bunch (دسته اي) يا Red & White(سرخ و سفيد) مي شناسند. در واقع قسمت قرمز دراين نوع زعفران بايدبين 75-70% باشد و قسمت ريشه يا كنج آن حدِود30-25% است.

از نامهاي جديدتري كه بعداً مرسوم شد، زعفران سرگل يا به اصطلاح عاميانه زعفران سرقلم بود كه از زعفران دسته اي توليدگرديد، بدين نحو كه قسمتهاي زرد آن رابا قيچي كردن وسپس با استفاده از روش الكتريسيته ساكن جدا نمودند و زعفراني تميزتر و كاملاً قرمز به دست آوردند كه در زبان انگليسي به آن All-Red (كاملا سرخ) گويند و مشابه زعفراني است كه كوپه Coupé (قطع شده يا بريده)خوانده مي شود. بعدها زعفرانهايي را كه براي تهيه آنها مستقيماً قسمت قرمز(تنها شامل مقدار بسيار كمي از زردي) را از گل جدا مي‌كنند پوشالي ناميدند، شايد به اين دليل كه اين نوع يك حالت حجيم و پوشال مانند پيدا مي‌كند، كه البته پايگاه معتقداست اين اسم مناسبي نيست و بايد نام بهتري براي اين نوع زعفران انتخاب شود. هر كدام از اين زعفرانها ممكن است درجه يك يا دو و مرغوب يا نامرغوب باشند و هيچيك را نمي توان به ديگري ترجيح داد. آنچه كه مسلم است قدرت رنگدهي و كيفيت زعفران دسته به مراتب پايين تر از انواع ديگر زعفران است، همينطور از نظر روش خشك كردن چون با تاخير خشك مي شود و در واقع بخشي از قدرت رنگدهيش را در طول فرآيند خشك كردن از دست مي دهد كيفيت پايين تري دارد.
برخلاف نتايج بررسيهاي علمي و آناليزهاي انجام شده برخي تصور مي كنند زعفران دسته‌اي و حتي ريشه يا كنج داراي عطر بيشتري است. اين كاملاً اشتباه است، زيرا منشا مواد موثره زعفران (كروسين، پيكرو كروسين و سافرانال، مخصوصاً كروسين موجود در قسمت زردي(كنج) زعفران، كلاله آن است و مواد مذكور در اثر حركت در بافت گياهي از كلاله به آنجا انتقال پيدا كرده اند، خود زردي(كنج) نه تنها داراي مقدار قابل توجهي از آنها نيست(در مقايسه باكلاله) بلكه كروسين موجود در آن صفر است. از نظر عطر نيز تنها به اين علت كه به سبب نوع بافت گياهيش امكان جذب رطوبت بيشتري از كلاله دارد، معطرتر به‌نظر مي‌رسد.
وقتي زعفران سرگل را از زعفران دسته‌اي جدا مي‌كنيم، قسمت ريشه يا سفيد كه در فارسي به آن كنج يا سفيد زعفران و در اروپا به آن white (سفيد) يا style (خامه)گفته مي‌شود،جدا مي‌شود و در واقع نمي توانيم آن را زعفران تلقي كنيم. اين ماده كنج زعفران ناميده مي شود و تعريف زعفرن را شامل آن نمي‌دانيم.
از تقسيم بنديهاي ديگري كه وجود دارد تقسيم بندي است كه توسط بعضي از شركتها مورد استفاده قرار گرفته و در آن زعفران برمبناي كيفيت به درجه هايي تحت عناوين 1و 2و3 يا 1و2و3و4 و همينطور حروف انگليسي مثل A،B و C درجه بندي شده اند. اينها استانداردهاي كارخانه‌اي هستند، و اميدواريم در آينده پايگاه زعفران بتواند با كمك موسسات ذيربط مثل مؤسسه استاندارد و اتحاديه صادركنندگان و ساير بخشها يك نامگذاري

واحد را براي زعفران ايران رايج نمايد.
خواص داروئي
زعفران از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است. مهمترين خاصيت زعفران كه از قديم‌الايام از آن استفاده مي‌شده است درمان افسردگي مي‌باشد. اين خاصيت مهم حتي در شعر شاعران نيز انعكاس يافته است. شاهد آن شعر خاقاني است كه مي‌گويد:
گر كسي را زعفران شايد فزايد گو فزاي چون تو با غم خو گرفتي زعفران كس مخور
خوردن چاي زعفران باعث هضم غذا مي‌شود.
اثر مسكن درد دارد.
قاعده‌آور است.
باعث تحريك اعصاب مي‌شود.
زعفران خون ساز است و گردش خون را آسان مي‌سازد.
مصرف زعفران خونريزيهاي بعد از زايمان را از بين مي‌برد.
قواي جنسي را تقويت مي‌كند.
كبد را تصفيه و قوي مي‌سازد.
سرفه را رفع و اثر مفيد روي درمان برونشيت دارد.
كليه و مثانه را پاك مي‌كند.
آرام بخش و خواب‌آور است.
زعفران ضد تشنج است.
گاز معده را برطرف مي‌كند.
ادرار آور است.
اگر مي‌خواهيد هميشه شاد و خندان باشيد زعفران بخوريد.
مضرات
چون زعفران بر روي سيستم توليد مثل اثر دارد بنابراين زنان حامله بايد در خوردن آن احتياط كنند؛ چرا كه ممكن است باعث سقط جنين شود خوردن زياد زعفران براي كليه‌ها مضر است اشتها را كم و ايجاد سردرد مي‌كند و باعث اختلال حواس مي‌شود زعفران را بايد در شيشه‌هاي دربسته و دور از نور نگهداري كرد زيرا عطر و رنگ خود را در اثر نور از دست مي‌دهد
مصرف سه گرم زعفران در ماه براي هر فرد مناسب است و استفاده بيش از پنج گرم زعفران در يك وعده غذايي عوارضي همچون سرگيجه، كاهش تعداد ضربان قلب و احساس تهوع در پي دارد؛ همچنين، اين ميزان زعفران در دوران بارداري احتمال سقط جنين را افزايش مي دهد .
مصرف زعفران به مقدار زياد سمي است و باعث استفراغ ، خون ريزي رحم ، اسهال خوني ، خون روي از بيني ، پلك ها و لب ها ، سرگيجه ، بي

حالي ، زردي پوست وتحريكات شديد ماهيچه هاي صاف و حتي گاهي مرگ نيز مي شود .
با آزمايشاتي كه به عمل آمده ، مصرف حداكثر تا 5/1 گرم در روز براي يك فرد بالغ بلامانع است ولي بايد سعي كرد كه براي جلوگيري از عوارض و مشكلات بعدي ، كم تر از اين مقدار مصرف شود و از زياده روي در مصرف آن خودداري ورزيد .
زعفران و هنر
از ميان هنرهاي بسياري كه نزد ايرانيان يافت ميشود، در حال حاضر حداقل به دو هنر بسار قديمي مي توان اشاره كرد كه در آنها از زعفران استفاده شده است. اين دو عبارتند از تذهيب و فرشبافي (در اينجا ذكر دو نكته لازم است، اول اينكه منظور نگارنده از اين كلمات هنرهايي هستند كه منشا ايراني دارند، در غير اينصورت هنرهايي مانند نقاشي و خوشنويسي از شناخته شده ترين هنرهايي هستند كه مي توان در آنها از زعفران استفاده كرد، نكته دوم اين كه احتمالا از اين ماده در هنرهاي ديگري نيز استفاده شده است كه اثبات صحت و سقم اين موضوع نياز به بررسي دارد.)
در فرشهاي ابريشمين كه با رنگهاي طبيعي توسط استادان بزرگ ايران از قرون مختلف بافته شده، به اقصي نقاط دنيا رفته وشهرت جهاني دارند، از زعفران به عنوان يك رنگ طبيعي و با ثبات استفاده گرديده، همينطور در كتب خطي در خوشنويسيهاي مختلفي كه استادان اين هنر انجام داده اند از زعفران به عنوان يك مركب يا جوهر ارزشمند و بادوام استفاده شده وبرخي از سلاطين به دليل اعتقادي كه به يمن زعفران داشتند دستور مي داده اند كه فرامين، احكام و ساير موارد مهم با زعفران نوشته شوند، كما اين كه اين باور در ذهن بسياري از مردم عادي نيز ريشه دوانيده است، مثلادرنوشتن بعضي از ادعيه مورد اعتقاد مردم بر پوستهاي مختلف وپارچه ها از زعفران استفاده مي شده است. علاوه بر اين در سالهاي اخير هم از اين ماده ارزشمند در نقاشي، مجسمه سازي و هنرهاي ديگر بهره گرفته شده است.
نگهداري:
زعفران بايد دور از نور ورطوبت بوده وبهتر است كه درظروف شيشهاي يا فلزي دربسته نگهداري شود.باتوجه به اينكه اسانس زعفران قابل تبخير شدن است ،درصورت نگهداري در محيط باز ،از اثرات داروئي و مرغوبيت آن كاسته مي شود.
تجارت زعفران:
براساس آمارهاي سازمان خواروبار جهاني (فائو)، ميزان توليد زعفران در جهان حدود 210 تن است كه ايران با توليد ساليانه 184 تن ، حدود 81

درصد زعفران جهان را به خود اختصاص داده است واسپانيا با 12 درصد توليد جهاني پس از ايران در رتبه دوم قرار دارد.
متاسفانه برداشت هاي سنتي وغير علمي زعفران،نبود سيستم بسته بندي مناسب وبازاريابي كم ازطرف ايران و وجود صنعت پيشرفته بسته بندي ،تبليغات گسترده براي فروش وبازاريابي از طرف اسپانيا باعث شده است كه اسپانيا زعفران ايران را با قيمت ارزان جمع آوري وبه نام شركت هاي تجارتي خود در دنيا عرضه نموده و عنوان نخصت صادر كننده زعفران در جهان رابه خود اختصاص نمايد .
تقلب در فروش زعفران
چون زعفران بسيار گران قيمت مي‌باشد، از قديم سوداگران حقه باز در آن دستكاري مي‌كردند و مجازات تقلب در زعفران گاهي حكم اعدام داشته‌است. مهم ترين تقلبي كه به عنوان زعفران صورت مي‌گيرد گل رنگ مي‌باشد كه شباهتي به زعفران دارد و مي‌تواند ايجاد رنگ زرد كند.گاهي براي اضافه شدن وزن به آن روغن يا آب نبات و عسل اسپري مي‌كنند. بهترين نوع زعفران زعفراني است كه به آن دختر پيچ مي‌گويند يعني صد درصد طبيعي است و سر ريشه دست نخورده‌است مانند رشته‌اي نخ قرمز است كه پايين آن سفيد و نيمه بالاي آن قرمز است.
شناسايي زعفران تقلبي:
تارهاي زعفران را بين كاغذ كاهي قرار داده كمي فشار مي دهيم اگر لكه چربي باقي گذاشت زعفران تقلبي است.
اگر چند تار زعفران اصل را در بنزين بياندازيم نبايد بنزين را رنگين كند.
مزه زعفران اصل كمي تلخ ولي مطبوع و بوي آن كمي تند است.
تحقيقات جديد
به طور اصولي تغييرات آب و هوا و شرايط جغرافيايي بر روي كميت و كيفيت مواد مؤثر گياهان كاملا تأثير گذار است و گياهاني كه در نقاط مختلف دنيا كشت و برداشت مي شوند ، ممكن است داراي مواد و در نتيجه اثرات مختلف و يا ارزش هاي درماني و يا مثلا سمي مختلف باشند .
يكي از مواد موجود در زعفران كه مقادير زياد آن باعث سميت مي شود ، ماده اي به نام Safranal است كه جزو مواد اصلي زعفران است و بدان اشاره شد .
با تحقيقات جديدي كه اينجانب و همكاران در دانشكده ي داروسازي تهران روي زعفران انجام داده ايم ، مشخص شد كه زعفران ايراني داراي درصد كم تري از Safranal نسبت به زعفران نقاط مختلف جهان است و اين مسئله يكي از بزرگ ترين مزيت ها و تفاوت هاي بين زعفران ايراني و غيرايراني است .
در حقيقت مي توان گفت كه سميت زعفران ايراني در مقادير زياد ، كم تر

از انواع غيرايراني كه اين موضوع هنوز براي مجامع علمي و استفاده كنندگان در جهان گزارش نشده و تازگي دارد .
طرز استفاده
از زعفران مي‌توان به شكل‌هاي مختلف استفاده كرد
1 - دم كرده زعفران يا چاي زعفران 2گرم زعفران را در يك ليتر آب جوش ريخته و به مدت نيم ساعت روي آتش بسيار ملايم بگذاريد تا دم بكشد
2 - گرد زعفران زعفران را در فر با حرارت 25 درجه سانتيگراد خشك كرده و سپس آسياب كنيد و از الك خيلي ريز رد كنيد تا گرد نرمي بدست آيد
كشت زعفران
آب و هواي مناسب زعفران:
زعفران گياهي است نيمه گرمسيري و در نقاطي كه داراي زمستانهاي ملايم و تابستان گرم و خشك باشد بخوبي مي روييد
مقاومت زعفران در مقابل سرما زياد است و ليكن چون دوران رشد آن مصادف با پائيز و زمستان و اوايل بهار است طبعا در اين ايم به هواي مناسب و معتدلي نياز دارد. در دوره خواب يا استراحت گياه (تابستان) بارندگي يا آبياري براي آن مضر است بنابراين كشت و كار آن در مناطق گيلان و مازندران و مناطق گرم جنوب كشور معمول نيست. اراضي آفتاب گير و بدون درخت كه ضمنا در معرض بادهاي سرد نيز نباشد براي رشد زعفران مناسب است. با اين وجود در برخي از روستاهاي بيرجند و قاين در زير سايه بوته هاي زرشك و درختان بادام كه در تابستان كمتر آبياري مي شوند كاشته مي شود.
حداكثر دماي اين گياه بين 40 تا 35 درجه سانتي گراد و در ارتفاع بين 1300 تا 2300 متر از سطح دريا عملكرد خوبي را نشان داده است.
خاك مناسب پرورش زعفران:
از آنجاييكه پياز زعفران مدت نسبتا زيادي (7 - 5 سال) در زمين مي ماند. خاك زمين بايد سبك يا تركيبي از شن و رس باشد كه پياز بتواند در اين مدت علاوه بر تامين مواد غذايي، در مقابل شرايط خاص منطقه اي نيز مقاومت نمايد.
بنابراين جهت رشد و نمو مناسب گياه و توليد محصول مرغوب و مطلوب زمين هاي حاصلخيز و زهكشي شده بدون درخت با خاك(لومي، ليموني، رسي و شني) و آهك دار كه PH آن بين 7-8 باشد بر زمين هاي شور، فقير و مرطوب، اسيدي ترجيح داد.
زعفران در زمين هائيكه داراي قلوه سنگ يا علف هاي هرز يا مواد آلي پوسيده نشده باشد محصول خوبي نمي دهد.

تهيه زمين:
در تهيه زمين به منظور كاشت زعفران لازم است توجه و دقت خاصي معمول شود ابتدا در فرصتهاي مناسب در پائيز يا زمستان زمين مورد نظر را شخم عميق مي زنند درصورتيكه شرايط مناسب نبوده يا دسترسي به تراكتور مقدور نباشد مي توان شخم را در پايان بهار يا اوايل تيرماه نيز انجام داد.
در تهيه زمين بطريق سنتي در اوايل بهار پس از قطع بارانهاي بهاره زمين را با گاوآهن ايراني شخم مي زنند بعد از 15 - 10 روز مجددا به شخم زمين اقدام مي كنند و اگر زمين داراي كلوخ باشد گاوآهن را باز كرده و كلوخ ها را با استفاده از ماله خرد مي كنند بعد از دو يا سه هفته مجددا زمين را دوبار در جهات عمود بر هم شخم مي زنند قبل از شخم سوم براي هر 100 متر مربع زمين 10 - 5 بار الاغ كود حيواني پوسيده پخش مي نمايند كشاورزان بخوبي دريافتند كه شخم هاي مكرر صرفنظر از تهيه بستر مناسب كشت زمين را تا حدودي از وجود علف هاي هرز پاك مي سازند.
در اين طريق زمين كرت بندي شده و طول و عرض كرتها را نسبت به شيب زمين و قدرت آب تعيين مي كنند. معمولا عرض و طول كرتها در حد بين 4*10 تا 100*10 متر مي باشد در زراعت مكانيزه زعفران زمين را در پاييز سال قبل از كشت با گاوآهن شخم عميق مي زنند در بهار پس از قطع بارانهاي بهاري خاك را با انجام شخم متوسط ضمن سله شكني از وجود علفهاي هرز پاك مي كنند در مرداد يا شهريور پس از پخش 40 -80 تن كود حيواني و 200 كيلوگرم فسفات آمونيوم زمين را بصورت فارو در ميآورند و براي كشت آماده مي كنند. (البته متخصصين تغذيه اي توصيه مي كنند كه حدود 250 كيلوگرم سولفات پتاسيم نيز در اين مرحله با خاك مخلوط گردد)
انتخاب پياز و زمان كشت زعفران:
احداث مزارع جديد زعفران فقط بوسيله پياز آن مقدور و معمول است. بنابراين تهيه و انتخاب پياز مرغوب جهت كاشت در ايجاد و گسترش كشت حائز اهميت است. پياز زعفران را مي توان از خاك درآورد به انبار يا مزرعه ديگري منتقل نمود، با توجه به دوده خواب يا استراحت پياز كه از اواخر ارديبهشت ماه تا اواخر مرداد ادامه دارد مي توان در اين فاصله نسبت به بيرون آوردن پياز اقدام كرد. بهتر است پيازها پس از بيرون آوردن از زمين كاشته شوند تا پيازها ضمن ادامه استراحت در زمين جديد مستقر شوند. از بيرون آوردن پيازها در اواخر مرداد به بعد بايد خودداري كرد چون در اين موقع بعضي از پيازها ممكن است براي ريشه دادن و جوانه زدن آماده باشند هر قدر فاصله بيرون آوردن پيازها تا كاشت كمتر

باشد بهتر است با وجود اين پياز زعفران را براي مدت چندماه در محل سرد و خشك با ارتفاع 30 - 20 سانتي متر مي توان بصورت پخش شده نگهداري نمود ولي اين امر باعث عدم توسعه فيزيولوژيكي گلها شده و باردهي سال اول كشت را شديدا كاهش مي دهد.
پياز زعفران را از موقع خزان بوته (اوايل خرداد تا اواسط مهرماه مي توان كشت نمود ولي بهتر است از كاشت پياز در اواخر تير و اوايل مرداد خودداري شود زيرا در اين موقع هوا و زمين بسيار گرم است و بيم آن مي رود كه رطوبت پياز موقع جابجاي از بين رفته و به آن صدمه وارد شود. بر اساس تحقيقات انجام شده توسط مركز پژوهشهاي صنعتي خراسان بهترين زمان كشت خرداد ماه مي باشد.
نوع و مقدار كشت پياز زعفران:
بطوريكه گفته شد زعفران بوسيله غده ساقه كه عبارت از پيازهاي تو پر (بنه) مي باشد ازدياد مي شود و اندازه آن از يك فندق تا يك گردو متفاوت است. پيازهاي انتخابي بايد درشت تر، سالم تر و بدون زخم و خراشيدگي و عاري از هر نوع بيماري باشد.
پيازها بهتر است قبل از كاشت با سموم قارچ كش از قبيل سرزان، سري تيزان و گرامنيون و غيره به نسبت 500 - 300 گرم سم براي يكصد كيلو پياز بر عليه بيماريهاي قارچي ضد عفوني شوند. در موقع كاشت بهتر است پولك يا لايه خشك كف پياز به همراه مقداري از پوسته آزاد روي پياز جدا شوند تا جذب آب بوسيله پياز آسانتر و جوانه زدن آن سريعتر انجام شود.
مقدار كاشت پياز بسته به ريزي و درشتي از 10 - 3 تن در هكتار فرق مي كند. فواصل كاشت معمولا 30 - 25 سانتي متر از هر طرف مي باشد.
تعداد پياز انتخابي جهت كاشت در هر چاله 3 پياز است با وزن متوسط 6 گرم براي هر پياز مي باشد در صورتيكه پيازها رديفي در فارو كاشته شوند بصورت منفرد و با فاصله 8 - 6 سانتي متر از يكديگر به مقدار 3 تن و در صورتيكه بصورت سنتي و در هر چاله 5 عدد مصرف كنند ميزان كاشت پياز به 5 تن بالغ خواهد شد. گفتني است كه در تحقيقات انجام شده بهترين پيازها، پيازهايي با اندازه بيشتر از 8 گرم بود.
عمليات كاشت پياز زعفران:
براي كاشتن پياز زعفران ابتدا چاله هاي يك رديف را با بيل در مي آورند و در داخل هر چاله بطوريكه گفته شد از 3 - 15 پياز قرار مي دهند. عمق كاشت پياز 20 - 15 سانتي متر در نظر گرفته و در موقع كاشت سر پيازها بايد رو به بالا قرار گيرد. پيازها در عمق 20 سانتي متري در زمستان از سرما و يخبندان و ساير تنش هاي محيطي و در تابستان از گرما زدگي مصون مي مانند.
براي كاشت زعفران 5 - 4 نفر شركت مي كنند به اين ترتيب كه يك نفر با

بيل چاله ها را در مي آورند دو نفر پيازهاي قابل كشت را بصورت دسته هاي 3 تا 5 يا 15 تائي انتخاب مي كنند و نفر چهارم پيازها را در داخل چاله ها قرار مي دهند و بقيه نفرات كار خود را ادامه مي دهند تا تمام زمين كاشته شود. سرانجام سطح مزرعه را كه نا مسطح شده با بيل يا ماله ايكه صاف و فشرده مي سازند تا پيازها به خاك بچسبد.
زمين كشت شده به همين صورت تا موقع آبياري پائيزه رها مي شود قبل از آبياري در حدود 20 - 10 تن كود حيواني كاملا پوسيده با بيل يا چهر شاخ در سطح زمين پخش مي نمايند.
در اسانيا كاشت زعفران به صورت ديم صورت مي گيرد پيازهاي زعفران بجاي كپه كاري در داخل رديف 4 بفاصله 5 تا 8 سانتي متر از همديگر كاشته مي شود. و رديف هاي كاشت از يكديگر 35 - 30 سانتي متر فاصله دارد. پس از انجام عمل كاشت روي شيارها را با ماله پوشانده و زراعت رديفي بنظر مي رسد.
آبياري:
پس از پايان كاشت پيازهاي زعفران كه حداكثر تا آخر شهريورماه طول مي كشد حدود 15 تا 10 روز بعد از كاشت اقدام به آبياري مزرعه مي نمايند. در نقاط مختلف خراسان بسته به وضعيت آب و هوايي منطقه از اواسط مهر ماه تا دهه اول آبان آبياري زعفران شروع مي شود. با توجه كه گل كردن زعفران تا حدودي تابع آب اوليه مي باشد لذا براي اينكه برداشت زعفران با مشكل مواجه نشود آب اول را در بين قطعات با فاصله چند روز تقسيم مي كنند تا بدين وسيله دوران اوج گلدهي قطعات با يكديگر همزمان نباشد.
آب اول زعفران خيلي مهم است و تمام نقاط زمين بايد بطور كافي و يكنواخت آب بخورد تا گلهاي يك قطعه با هم و هم زمان بيرون آيند بعد از گاورو شدن مزرعه براي سله شكني از كج بيل و چهار شاخ فلزي يا گاو آهن ايراني با عمق كم استفاده مي شود متعاقب آن زمين را ماله مي كشند. سله شكستن زمين باعث مي شود كه جوانه هاي گل با سهولت بيشتري از خاك بيرون آمده و رشد قوي و مطلوبي داشته باشند.
پس از آبياري اول بفاصله 15 - 20 روز بعد از آن اولين گلهاي زعفران ظاهر مي شوند بديهي است كه مزرعه زعفران در سال اول محصول قابل توجهي نمي دهد. از اوايل فروردين تا زمانيكه رنگ برگها به زردي مايل شود هر 12 - 6 روز يكبار آبياري انجام مي شود.
بايد توجه داشت كه بعد از وجين يك نوبت آبياري به تاخير بيفتد تا علف هاي هرز از بين رفته و مجددا سبز نشوند. آب آخر در درشت شدن پياز موثر است.
سله شكني:

همان طور كه اشاره شد بعد از آبياري اول به محض گاورو شدن زمين سطح مزرعه بايد سله شكني شود بنحوي كه پيازها صدمه نبينند بهترين وسيله سله شكني كج بيل و بيل شيار دار و گاوآهن ايراني و كولتيواتر است.
سله شكني باعث مي شود كه گلها بآساني از خاك بيرون آمده و كود حيواني با خاك مخلوط گردد. در مواقعي كه زارع نتوانسته باشد بزمين خود كود دهد قبل از اجام آبياري مي توان كود لازم را در سطح خاك پخش نموده و با شخم سطحي با خاك مخلوط نمود و بعد از اين عمل كه در واقع حكم سله شكني را دارد جهت هموار نمودن زمين و چسباندن خاك به پيازها زمين را ماله مي كشند.
وجين علف هاي هرز: علف هاي هرز از طريق رقابت با گياه زعفران از نظر آب و مواد غذايي و نور خورشيد سبب كاهش محصول مي شود علاوه بر اين ممكن است در مراحل كاشت و برداشت زعفران مزاحمت هاي ايجاد و ميزبان تعدادي از بيماريها و حشرات و بخصوص نماتد باشد. وجين مزرعه در هر موقع كه علف هاي هرز رشد كردند ضروري است در مزارع زعفران اولين وجين بعد از آبياري دوم انجام و اين وجين باعث از بين رفتن علف هاي هرز مزرعه زعفران مي گردد.
بطور معمول اولين وجين زعفران بعد از برداشت گلها و دومين آن در صورت لزوم به فاصله در حدود يك ماه قبل از آب سوم انجام مي شود. در مورد مبارزه شيميايي با علف هاي مزرعه بايد توجه كرد كه چون اثر اين علف كش ها بر روي گياه آزمايش نشده لذا بايد حتي الامكان به هنگام رشد بوته هاي زعغران از مصرف علف كش هاي شيميايي خودداري شود.
عمليات به زراعي زعفران:
با توجه به اينكه اصلاح نبات زعفران از طريق به نژادي امكان پذير نيست لذا براي بازدهي بيشتر محصول و ارتقاء كمي و كيفي آن بايد به عوامل زير متوصل شد:
1 - زمين اتخاب شده براي كاشت زعفران بايد حاصلخيز بوده و غني از مواد غذايي و آلي باشد.
2 - پيازهاي درشت و سالم عاري از هر گونه بيماري و آلودگي براي كشت مزرعه انتخاب شود.
3 - رديف كاري به جاي كپه كاري نتيجه بهتري مي دهد و عمليات ماشيني را در داخل مزرعه سهل و آسان مي كند.
4 - از پيازهاي خشكه كن و محافظت شده در شرايط خشك و خنك و تهويه شده استفاده شود.
5 - در هنگام استراحت تابستاني گياه زعفران از آبياري آن خودداري شود.
6 - در عمق كاشت پيازها دقت شود كه در مناطق سردسير 20 - 15

سانتيمتر و در مناطق معتدل 15 - 10 سانتيمتر كمتر نباشد.
7 - حتي الامكان در موقع خواب تابستانه با علف هاي هرز مبارزه شود.
8 - چون هرساله پيازها به سطح خاك نزديك مي شوند افزودن لايه اي معادل 2 - 3 سانت متر از كود و خاك و خاكستر سبب حفاظت بيشتر پيازها از تنش هاي محيطي شده و در عين حال مواد مغذي بيشتري به گياه مي رسد.
9 - بهنگام تهيه زمين از اضافه كردن كودهاي حيواني بهمراه كودهاي شيميايي لازم كه قبلا به مقدار و زمان مصرف آن اشاره شده مايقه اي نشود.
10 - پس از آبياري سله شكني زمين ضرورت كامل دارد تا گلها بآساني بتوانند از خاك بيرون آيند منتهي بايد دقت كرد كه عمق سله شكني طوري نباشد كه به پيازهاي زعفران آسيب برسد.
11 - مبارزه با جوندگان بخصوص انواع موش از اهميت زيادي برخوردار است هرگونه سهل انگاري در اين خصوص باعث از بين رفتن محصول و استقرار موشها در زمين مي گردد.
12 - برداشت گل در ساعات اول روز (4 - 9 صبح) موقعي كه گلها بصورت غنچه باشند بايد انجام شود.
13 - در خشك كردن گلها بايد دقت شود تا رنگ و عطر دلپذير زعفران محفوظ بماند.
14 - بهترين روش خشك كردن زعفران روش توسينگ يا خشك كردن اسپانيايي است كه بوسيله هيتر و الك نسوز انجام مي شود.
15 - بالاخره زعفران بايد در ظروف در بسته فلزي، چوبي قلع دار يا شيشه اي در دار دور از نور و رطوبت و حرارت نگهداري شود.

منابع :


زعفران چيست ؟ http://www.iranmania.com
تاريخچه زعفران http://www.farhangsara.com
مصارف غذايي ، دارويي و صنعتي زعفران http://www.parsiteb.com
زعفران «داروئي» http://daneshnameh.roshd.ir
زعفران http://fa.wikipedia.org
زعفران http://www.iranmania.com
كشت زعفران http://www.sabziran.ir
زعفران را بيشتر بشناسيد http://iscanews.ir

روناس ، لوله بازکن بدن

تهيه كننده : مجيد مكاري
منبع : راسخون
روناس يك گياه دائمي است كه گل دهي آن از خرداد تا مرداد مي باشد. بصورت بومي در كشورهاي اروپايي حاشيه مديترانه و تركيه مي روید و قبلا بطور وسيعي در فرانسه كشت مي شد و ماده رنگ طبيعي موجود آن بنام آليزارين براي رنگ كردن شلوارهاي قرمز پياده نظام فرانسويان و نيز براي بعضي مقاصد ديگر مثل كلاههاي قرمز تركيه اي استفاده مي شود. در حال حاضر اين گياه براي مقاصد پزشكي در اروپا و آسياي مركزي كشت مي شود. از زمانهاي بسيار قديم در نواحي مديترانه اي كشت و پرورش داده مي شده است. ريشه اين گياه در بهار (فروردين) و يا پاييز (مهر) از گياهان دو ساله و يا استثنائا سه ساله برداشت مي شود. آنها ابتدا تميز شده و سپس خشك مي شوند. حرارت اعمال شده بطور معمول مصنوعي و كمتر از ?? درجه سانتي گراد است. داروي حاصله داراي بوي مشخص و داراي مزه قدري تلخ و قابض مي باشد. داراي مشتقات انتراكينوني كه پيگمانهاي محلول در آب هستند. يكي از مهمترين عواملي درماني موجود آن روبريتيك اسيد مي باشد.خاصيت جلوگيري از تشكيل سنگ در كليه و مجاري ادراري و ادرار آور است و نيز داراي اثر ضدعفوني كنندگي و مسكن مي باشد. دارو بصورت پودر مصرفي داخلي داشته بفرم جوشانده در تهيه چاي علفي مخلوط و بصورت تركيبي ويژه دردرمان سنگ هاي كليه و مثانه كاربرد دارد. ثابت شده است كه نقش فعالي در تخريب سنگها و دفع آن توسط ادرار دارد. اين گياه همچنين سبب شل شدن كشش عضلاني مي گردد. در استعمال خارجي اين دارو گاهي براي درمان آبسه و زخمهايي كه ديربهبود هستند بكار مي رود.
روناس با استفاده از خارهاي ريزي كه درد به ديوار و درختان مي‌چسبد و بالا مي‌رود. برگ‌هاي آن بيضي، نوك تيز و دراز بوده كه به‌صورت گروهي و به شكل چتر از كنار ساقه بيرون مي‌آيد گل‌هاي روناس كوچك و به رنگ زرد مايل به سبز مي‌باشد. ميوه آن گوشتي و به رنگ تيره است ريشه آن به‌نام روناس معروف است به رنگ قرمز تيره و به‌صورت دراز باريك و استوانه‌اي مي‌باشد داراي طعمي تلخ و گس بوده و قسمت مهم اين گياه از نظر طبي محسوب مي‌شود از ريشه روناس در قديم براي رنگرزي پارچه و نخ استفاده مي‌شده است
گياه علفي پايا.
گل : آذين گرزن ، واحد 5 كاسبرگ سبز ، 5 گلبرگ زرد .

ميوه : آبدار سياه رنگ ، كرك دار ، ميوه آن به اندازه خردل است .
برگ : سبز رنگ ساده با لبه صاف ؛ اگر برگ را در بين دستها مالش دهيم دست به رنگ قرمز تند مايل به سياه در ميآيد
مشخصات ريشه : ريشه از نوع راست ساده است . ريشه اين گياه در نواحي شن زار تا عمق يك متري خاك فرو ميرود . در رنگرزي با رناس مهمترين عامل ميزان عمر ريشه است . رنگهاي قرمز شاداب و متمايل به سرخ از ريشه هاي چهار و ÷نج ساله آن به دست مي آيد و ريشه هفت ساله رنگهاي لاكي و ارغواني و ريشه هاي سه ساله نارنجي تيره پديد مي آورد .جنس رناس نيز در رنگ آن عامل موثري است . از ريشه گونه هايي كه در مناطق سردسيري ميرويند ، لاكي پر مايه تري نسبت به مناطق معتدل و گرمسير به دست مي آيد .
به همين علت است كه رنگ لاكي به دست آمده از رناس آذربايجان و خراسان كه مناطق سردسيري هستند با رنگهاي بدست آمده از رناس كرمان و فارس ، كه مناطق گرمسيري محسوب ميشوند تفاوت بارزي دارد .
موسم گل : اواخر بهار
انتشار جغرافيايي :اراك ، دماوند ، تبريز ديلمان ، اروميه ، آذربايجان كرمان ، مازندران ، يزد و بلوچستان .
روناس در بيشتر نواحي به صورت خود رو ديده ميشود و عمر طولاني دارد .هم اكنون در برخي از نقاط ايران مانند بم و يزد روناس كشت ميشود .
اين بوته نخستين بار توسط سودا گران عرب به اسپانيا و براي دومين بار پس از قرون وسطي توسط اهالي جلفاي اصفهان به اروپا برده شد . طبق مدارك موجو يكي از بازرگانان ونيزي كه از سال 913 هجري قمري مدت هشت سال و نيم در ايران بوده است . مينويسد : " در اين شهر [خوي] رنگ سرخ لاكي به مقدار فراوان ميسازند و آن را از ريشه هاي سرخي فراهم ميكنند كه در زير زمين است و با بيل و كلنگ بيرون مي آورند و سپس به هرمز ميفرستند و از اين ريشه ها براي ساختن و به كار بردن رنگ سرخ در غالب نقاط هندوستان بهره ميجويند (1)".
1_ سفرنامه هاي ونيزيان در ايران ، ترجمه منوچهر اميري ، تهران 1349 ، ص 380.
بدون ترديد اين گياه همان روناس است . طبق شواهد تاريخي روناس از زمانهاي باستان در دره سند وجود داشته است . صدور روناس از آذر بايجان به هندوستان به احتمال زياد يا به دليل كافي نبودن و يا پايين بودن كيفيت رنگ آنها بوده است .
طريقه رنگرزي با روناس به طرق مختلف از گذشته هاي دور سينه به سينه به نسل حاضر رسيده و نگهداري شده است . امروز بهترين روناس

ايران در شنزارهاي اطراف يزد يافت ميشود و ارتفاع بوته آن بين 50 تا 100 سانتيمتر است .
همان گونه كه گفته شد رنگ در اين گياه بيشتر در ريشه آن موجود است كه شامل قسمتهاي زير است :
1. خارجي تري بخش كه لايه چوب پنبه اي ريشه است كه بسيار نازك و به رنگ قهوه اي است .
2. پارانشيم پوستي كه نسباتا" ضخيم است .
3. استوانه مركزي كه نازك و به رنگ قرمز است .
قدرت رنگي ريشه روناس با مدت زماني كه در خاك ميماند نسبت مستقيم دارد كهنگي و تازگي روناس را از طعم و رنگ آن به خوبي ميتوان تشخيص داد .
طعم ريشه گياه جوان شيرين و گياه پير گس و تلخ است . برداشت روناس معمولا" در اواخر پاييز انجام ميگيرد و در سايه خشك ميشود . گاهي ريشه روناس را به وسيله كوره خشك ميكنند كه باعث پايين آمدن كيفيت رنگ ميشود .
ريشه اين گياه بخصوص پارانشيم پوستي آن واجد گلوكوزي است كه تحت تاثير دياستازي (2) تجزيه ميشود و اليزارين (Alizarine) ميدهد . اين ماده رنگي اگر درون شيره سلولي ديده شود به رنگ زرد است ولي در مجاورت هوا رنگ آن قرمز ميشود .
ماده رنگي ريشه روناس نامهاي مختلفي دارد مثل :
madder(1
garance(2
knapd(3
lizari(4
شماره روناس در كالر ايندكس 6-8-9-10-11 تا 12 است .
براي استفاده از ريشه روناس بايد پس از خشك كردن آن نخست پوسته خارجي را كه باعث كدري رنگ ميشود از آن جدا كرد و سپس آن را كوبيد .
اين عمل براي جدا كردن خاك از ريشه انجام ميگيرد كه ممكن است براي سهولت مدتي آن را در آب قرار داد و سپس خشك كرد و يا اينكه ريشه را با روغن چرب كرد . در اين روش پوسته خشك و سپس خرد و جدا ميشود . البته با چرب كردن رنگ حاصله شفافيت خود را از دست ميدهد . پس از اين مرحله بايد گياه را به گرد تبديل كرد و 20 برابر مقدار آن آب سرد و 2% اسيد سولفوريك افزود و مدت دو ساعت محلول را به هم زد تا اسيد در آن نفوذ كند . پس از اين مدت آن را صاف ميكنند و باقيمانده را چندين بار ابتدا با محلول رقيق كربنات سديم و سپس با آب ميشويند تا كليه عكس العملهاي اسيدي آن از بين برود . سپس آن را خشك كرده و دو

مرتبه ميسايند تا دوباره به گرد تبديل شود .
از لحاظ شيميايي روناس داراي يك ماده ازته است كه نقش فرمان را دارد و تحت تاثير اين فرمان مواد رنگي ايجاد ميگردد.
تجزيه مواد ريشه روناس به ترتيب زير است :
1) روبيادين
2) گلوكوزيد روبيادين
3) پورپورين
4) گلوكوزيد پور پورين
5) اسيد روبر تريكو
6) آليزارين
مهمترين اين مواد در رنگرزي آليزارين است . مهمترين خاصيت آليزارين از لحاظ رنگرزي آن است كه با اسيدهاي فلزات مختلف تركيب ميشود و لاكهاي رنگين توليد ميكند كه در اسيد ها و قليا هاي ضعيف حل نمي شوند . آليزارين در آلمان ، هلند و چند كشور ديگر توليد ميشود . هلنديها در گذشته نيز يكي از توليد كنندگان مهم روناس بودند . در حال حاضر آليزارين به صورت خمير در بشكه هاي كوچك و بزرگ با بهاي زياد وارد ايران ميشود و بخصوص در مورد پارچه هاي قلمكار بسيار مورد نياز است .
آليزارين به شكل كريستالهاي زرد رنگ است كه در 290 درجه ذوب ميشود و در آب خيلي كم قابل حل است ( حتي آب 100 درجه ) . ولي در محلولهاي قليايي مانند كربنات دو سود و سود سوز آور حل ميگردد .
براي تهيه آليزارين پودر ريشه روناس را در آب و اسيد سولفوريك ميريزند و سپس صاف ميكنند . محلول را در آب خلائ غليظ ميكنند ، پودر مانده را با الكل حرارت ميدهند و به محلول اوليه اضافه ميكنند . اين عصاره ها را ، كه گرانسين ناميده ميشود غليظ ميكنند و به وسيله (Na OH)رقيق شده با كربنات سود خنثي و كمي اسيد كلريد ريك به آن اضافه ميكنند . رسوبهاي لخته اي ايجاد شده را با آب ميشويند سپس خشك و به طريق « سوبله كردن » آن را خالص ميكنند .
رنگرزي با آليزارين به وسيله اكسيدهاي فلزي و زاجها هم بر الياف پروتييني و هم الياف سلولزي ممكن است ، به طوري كهدر هنر قلمكار اكنون با استفاده از زاج سفيد (3) ابتدا مهر مورد نظر را بر پارچه ميزنند و سپس در حمامهايي از محلول آليزارين داخل ميكنند و با دادن حرارت به آن رنگ قرمز ظاهر ميگردد . ثبات آن به صورتي است كه در مقابل مواد سفيد كننده اي مثل كلر نيز پايداري ميكند .
در رنگرزي با روناس با استفاده از الياف فلزي رنگهاي متفاوتي به دست مي آيد . براي مثال زاج آهن (زاج سياه ) رنگ قرمز قهوه اي ميدهد .
جوهر سركه نيز از دندانه هايي است كه بيشتر در نواحي فارس به كار

ميرود . يكي از معروفترين رنگهاي به دست آمده از روناس رنگ دوغي است كه از خيساندن كلافهاي رنگ گرفته از روناس در دوغ حاصل ميشود . طول مدت قرار گرفتن پشم در اين مايع هر قدر بيشتر شود رنگ روشنتر ميشود تا آنكه به فام صورتي كم رنگ مبدل ميگردد . يكي از روشهاي سنتي استفاده از رنگ روناس نيز بدست آوردن به وسيله جوشاندن خامه در پيش آب گاو است !

تركيبات شيميايي:

ريشه روناس داراي ماده اي رنگي به نام آليزارين مي باشد كه براي رنگرزي بكار مي رفت ولي بعد از اينكه توانستند اين ماده را به طريقه شيميايي تهيه كنند كشت آن براي تهيه آليزارين متوقف گرديد .

خواص داروئي

روناس از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است .

1. باز كننده گرفتگي ها در بدن است.
2. ادرار آور است و حبس البول را درمان مي كند .
3. براي معالجه بيماري فلج آنرا با عسل مخلوط كرده و به بيمار بدهيد .
4. ترشح شير راز ياد مي كند.
5. درد سياتيك را رفع مي كند.
6. يبوست هاي سخت را معالجه مي كند .
7. اشتها آور است.
8. قاعده آرو است .
9. خارش پوست را برطرف مي كند بدين منظور مي توان از ضماد استفاده كرد و يا اينكه جوشانده آنرا در وان حمام بريزيد و مدتي در آن استراحت كنيد .
10. اوره خون را پائين مي آورد .
11. جوش خوردن استخوان شكسته را تسريع مي كند .
12. تورم را در بدن از بين مي برد .
13. از كمپرس جوشانده روناس براي رفع بيماريهاي پوستي استفاده كنيد .

طرز استفاده

دم كرده : يك قاشق مربا خوري ريشه خرد شده روناس را در يك ليوان آب جوش ريخته . بگذاريد به مدت 10 دقيقه دم بكشد . مقدار مصرف آن نصف فنجان سه بار در روز است .

جوشانده روناس : 10 گرم ريشه روناس را د يك ليتر آب ريخته و بگذاريد براي مدت ده دقيقه بجوشد . اين جوشيده را در وان حمام بريزيد و براي رفع بيماريهاي پوستي در آن استراحت كنيد .

مضرات : همانطور كه گفته شد روناس ترشح ادرار را زياد مي كند و

فشار آنرا بالا مي برد بنابرين ممكن است در اثر استفاده زياد ايجاد خون در ادرار كند و در اينصورت بهتر است كه روناس با كتيرا خورده شود .

گياهشناسي روناس

گياهي است علفي ، پايا به ارتفاع 50 تا 150 سانتي متر كه به حالت وحشي درمنطقه مديترانه از اسپانيا تا آسياي صغير و همچنين در شمال آفريقا و برخي نواحي آسيا مي روييد. منشأ اوليه آن خاور نزديك و قفقاز بوده است. ساقه خشن اين گياه چهار گوش و پوشيده از خارهايي كوچك و قلاب مانندي است كه بدان وسيله به تكيه گاهها ارتباط پيدا مي كند اين خارها در كناره هاي برگ و رگبرگ مياني نيز ديده ميشوند . برگهاي آن بيضوي دراز و نوك تيز است و با آنكه بظاهر مجتمع به تعداد 6 تائي در طول ساقه ديده ميشوند معهذا بيش از 2 تاي آنها برگ نيست و بقيه استيپولهائي به ظاهر برگ مانند مي باشند گلهاي آن كوچك ، زرد رنگ و مجتمع به صورت چترهاي متعدد در محور ساقه و يا در قسمتهاي انتهائي آن است ميوه آن به صورت سته ، گوشتدار و به رنگ قرمز تيره است.

زراعت روناس سابقاً در بسياري از نواحي اروپا و آسيا به منظور بدست آوردن ماده رنگي آليزارين از ريشه آن معمول بوده است ولي از زمانيكه اين ماده به طور سنتز در صنعت تهيه گرديد پرورش آن در غالب نواحي متروك شد ريشه خشك شده روناس گاهي به صورت قطعاتي به طول 10 تا 15 سانتي متر و به قطر 2 تا 5 سانتي متر در بازارها يافت مي گردد. در سطح خارجي اين قطعات خطوط طولي به موازات محور طولي ريشه ديده مي شود. پوست ريشه روناس رنگ قهوه اي قرمز داشته و به‌سهولت از طبقات پائين خود كه رنگ قرمز روشن يا مايل به زرد دارند جدا مي شود. طعم آن ابتدا ملايم ولي بعداً گس و تلخ ميگردد.

خاك

روناس احتياج به زمين عميق و سبك با خاك شني رسي دارد و در اين نوع خاك ريشه بيشتري توليد مي كند محصول روناس بدست آمده از زمينهاي آهكي داراي رنگ مرغوب تري است. براي انجام كشت روناس بايد بعد از كود دادن زمين را در پائيز به عمق 50 تا 60 سانتي متر شخم زد.و در زمستان آنرا به حال خود مي گذارند در اوايل بهار يك شخم ديگر زده بذر را مي كارند.

كود

روناس در هر هكتار احتياج به 40 تا 50 تن كود حيواني و حدود 200 تا 300 كيلوگرم كود فسفات دارد كه بايد قبل از شخم در پائيز به زمين داده شود. كود اوره بعنوان كود سرك در هر هكتار 50 تا 100 كيلوگرم به زمين داده مي شود. ريشه روناس خاصيت تثبيت ازت هوا را دارا بوده و در كشت بعد از اين محصول احتياج به كود اوره نمي باشد از نظر تناوب

زراعي به منظور جلوگيري از پوسيدگي ريشه كشت مجدد روناس تا هفت سال در همان قطعه زمين مرسوم نيست.

زمان كاشت

موقع كشت بذر روناس از نيمه دوم فروردين لغايت نيمه دوم ارديبهشت ماه بوده و زمان كشت ريشه روناس از شهريور لغايت اسفند ماه است.

كاشت

پس از اينكه زمين آماده كشت گرديدآبياري كرده و بعد از گاو رو شدن بذر را بصورت رديفي مي كارند. بدين ترتيب كه روي خطوط منظمي كه فاصله آنها حدود 70 سانتي متر است به فاصله 20 تا 25 سانتي متر با بيل هاي مخصوصي كه نوك باريكي دارند حفره هايي به عمق 2 تا 3 سانتي متر ايجاد مي كنندسپس داخل هر حفره حدود 20 تا 25 عدد بذر مي ريزند و با ماسه بادي مخلوط با كود حيواني رسيده روي آنرا مي پوشانند چون از هر بذر روناس يك ريشه روئيده مي شود به همين دليل در هر حفره 20 تا 25 عدد بذر مي ريزند تا تعداد ريشه بيشتري توليد گردد. ميزان بذر مصرفي : بذر مصرف شده در هر هكتار به جنس خاك بستگي دارد و بين 100 تا 400 كيلوگرم مي باشد. ريشه تر مورد نياز در هر هكتار جهت كاشت بين 3 تا 5 تن مي باشد هر مقدار زمين رسي و سخت تر باشد ميزان مصرف بذر و ريشه نيز بيشتر است. تكثير روناس در زمينهائيكه براي اولين بار كشت مي گردند بيشتر بوسيله ريشه انجام ميشود.

داشت

مراقبت از روناس شامل آبياري ، مبارزه با علفهاي هرز و سله شكني ، خاك دهي پاي بوته ها و مبارزه با آفات و بيماريها مي باشد. آبياري : پس از كاشت، زمين را بايد هر 12 روز يكبار آبياري كرده اين عمل بايد تا موقع سبز شدن كه حدود 40 روز طول مي كشد ادامه يابد. در منطقه اردكان استان يزد بعد از سبز شدن به مدت چهل روز آبياري را قطع مي كنند تا ريشه روناس به عمق زمين رفته و طول ريشه كه مورد استفاده قرار مي گيرد. طويل شود و بعد از گذشت چهل روز مجدداً هر 12 روز يكبار آبياري را ادامه ميدهند. از ماه آذر تا فروردين ماهي يك بار آبياري كافي است. ولي در تابستان هر 12 روز يكبار آبياري در اين منطقه (اردكان) ضروري بنظر مي رسد. بهترين موقع آبياري روناس در شب يا صبح زود است كه هوا خنك است اين گياه طبيعتاً به آب شور نيز ناسازگار است. مبارزه با علفهاي هرز و سله شكني : در تابستان بايد عمليات سله شكني وجين و كنترل علفهاي هرز صورت گيرد. خاك دهي پاي بوته ها : در پائيز سال اول پاي بوته ها خاك مخلوط با كود حيواني مي دهند تا ريشه توسعه پيدا كرده و از سرماي زمستان محفوظ بماند. در تابستان سال دوم وقتي گياه به گل رفت قسمتهاي سبز ساقه و برگ را كف بركرده و بهِ مصرف تغذيه دام

مي رسانند در پائيز سال دوم نيز پاي بوته ها را مجدداً خاك همراه با كود حيواني مي دهند. در اواخر تابستان سال سوم يا چهارم روناس را كف بر كرده و ريشه ها را در مهر ماه برداشت مي كنند. مبارزه بيماريها و آفات : گياه روناس نسبت به امراض و آفات نسبتاً مقاوم بوده و در بعضي مواقع پوسيدگي ريشه و يا شته در روناس مشاهده گرديده است. براي جلوگيري از پوسيدگي ريشه بهتر است در كشت روناس تناوب زراعي رعايت گردد و در زميني كه اين گياه كاشته شده است براي مدت 5 تا 7 سال روناس كشت نگردد. ضمناً بهتر است يكسال قبل از كشت زمين به صورت آيش باقي بماند تا در تابستان آفتاب و نور كافي به زمين برسد توصيه شده كه در اراضي رسي خالص نيز اين محصول كشت نشود. جهت مبارزه با شته از سموم فسفره مناسب شته كش و براي جلوگيري از پوسيدگي ريشه نيز از سموم مختلف قارچ كش مي توان استفاده نمود.

برداشت

ريشه روناس را در پائيز سال سوم يا چهارم پس از كف بر كردن ساقه و برگهاي سبز با بيل هاي مخصوص روناس كني برداشت مي كنند. عرض اين بيلها حدود 12 سانتي متر و طول آن 50 سانتي متر مي باشد. ضمناً بهتر است روناس را در 3 يا 4 سالگي برداشت كرد زيرا ريشه ها به اصطلاح خوب رنگ انداخته و مي توان رنگ بيشتر و مرغوب تري استخراج نمود. براي برداشت ريشه توسط بيلهاي مخصوص زمين را شخم عميق زده تا ريشه ها از خاك بيرون آيند. سپس توسط كارگر ريشه را از سطح خاك جمع آوري مي كنند. در موقع برداشت ريشه هاي سالم و مرغوب را جهت كشت مجدد انتخاب مي كنند. خشك كردن ريشه : ريشه ها را بعد از برداشت به مدت 15 روز در هواي آزاد و در مقابل نور آفتاب قرار مي دهند تا رطوبت خود را از دست دهند سپس آنرا به آسيابهاي مخصوص روناس سائي مي فرستند تا بصورت پودر در آيد. عملكرد روناس : ميزان محصول ريشه تر روناس بين 15 تا 20 تن در هكتار است كه 10 تا 12 درصد آن رنگ است ميزان توليد محصول 3 تا 4 ساله بيشتر از دو ساله است بطور متوسط عملكرد روناس سه ساله بين 10 تا 15 تن ريشه خشك مي باشند مقدار توليد روناس دو ساله نصف محصول ريشه 3 و 4 ساله است لذا برداشت روناس دو ساله مقرون به صرفه نمي باشد. بذر گيري : در تابستان سال دوم روناس را براي بذرگيري بحال خود واگذار كرده تا به گل بنشيند و در موقع گل دادن هم هر 6 روز يك بار گياه را آبياري ميكنند. بعد از اينكه گل تشكيل گرديد در شهريور ماه بذرگيري مي كنند . ميزان بذر توليدي در هر هكتار بين 1 تا 3/1 تن مي باشد.

دامنه انتشار

نواحي غربي ايران، اراك ،اطراف دماوند تبريز، يزد خاست ، اردكان ، خوي

، دیلمان و ارومیه .

منابع :

روناس «داروئي» http://daneshnameh.roshd.ir
روناس Madder http://aftab.ir
روناس http://www.parsiteb.com
روناس http://fa.wikipedia.org
روناس (Rubia-tinctorum) http://www.rugart.org
گیاه روناس http://daneshnameh.roshd.ir
روناس Madder http://www.aghlam.com
روناس Madder http://www.money58.netfirms.com

# بلوط ، زيبا و مقوي

## مقدمه

كلمه بلوط را مي‌توان به صورت عمومي در مورد صدها گونه درخت از رده Quercus بكار برد. اين رده ، بومي نيمكره شمالي است كه شامل گونه‌هاي برگريز و هميشه سبز مي‌باشد كه از نواحي سردسير تا گرمسيري آسيا و آمريكا گسترش دارند. درخت بلوط ، درختي آشنا و تنومند است كه برگ‌هايش در زمستان مي‌ريزد و طول آن تا چهل متر مي‌رسد و شاخ و برگ‌هاي آن دورا دور تنه درخت را كه پوستي صاف و خاكستري رنگ دارد و با گذشت ساليان شكافهايي بر مي‌دارد، مي‌پوشانند. برگ‌هاي دوك مانند آن در هر طرف 3 تا 7 لوب دارند و گل‌هاي شاتوتي در كنار آنها ظاهر مي‌شوند. در فصل پاييز گل‌هاي بارور درخت ماده ، ميوه‌هاي بلوط به رنگ قهوه‌اي مايل به سبز را توليد مي‌كنند .

بلوطها درختاني هستند داراي شكل توپر ، حجيم و گسترده با تاجي گنبدي شكل و برگهاي موج‌دار در لبه و همچنين ميوه‌هايي ايجاد مي‌كنند كه درون يك محفظه فنجان مانند قرار دارند. بلوط يك بخش اساسي از نواحي روستايي ما در غرب كشور است كه به صورت درخت و درختچه وجود دارد. برگهاي كنگره‌دار بلوط ممكن است بيضي شكل يا كشيده و باريك باشند و يا در پاييز به ارغواني روشن بگرايند. اين درختان داراي تنه‌اي بزرگ و برگهايي كه براي تصفيه هوا و سايه افكني ارزش بسياري دارند و البته مناسب براي خاكهاي كم عمق نيستند.

درخت بلوط يا درخت مازو كه عمري طولاني حدود ??? سال (گاهي حتي تا ???? سال دارد) در ايران بيشتر در دردامنه رشته كوه زاگرس وجود دارد. استان‌هاي لرستان ،كهگيلويه و بويراحمد ، چهار محال و بختياري و ايلام داراي جنگل‌هايي از بلوط هستند كه در نوع خود از بي نظيرترين جنگل‌هاي جهان مي‌باشند. چوب اين درخت از مرغوبترين چوب‌هاست و ذغال آن نيز مرغوب است. اين موضوع يكي از دلايل بريدن بي رويه‌ي اين درختان مي‌باشد كه اين جنگل‌ها را تهديد مي‌كند .

بلوط درخت بومي در مناطق معتدله است . ارتفاع اين درخت در بعضي نواحي تا 50 متر و قطر تنه آن به 3 متر نيز مي رسد . برگهاي درخت بلوط پنجه اي و مانند انگشتان دست مي باشد . ميوه درخت بلوط كه به نام بلوط معروف است مانند فندق بوده و در پياله اي جاي مي گيرد .

تركيبات شيميايي بلوط:

در پوست و برگ درختان بلوط دارويي وجود دارد كه نامش تانن است كه از نظر شيميايي مشابهت نزديك با يكديگر دارند. پوست شاخه‌هاي جوان

گونه دارويي مذكور داراي ?? تا ?? درصد و در شاخه‌هاي مسن ? تا ?? درصد از نوعي تانن فيزيولوژيكي يعني اسيد كوئرسي تانيك محلول در آب و قندي به نام كوئر سيت، ?/? درصد اسيد گاليك، اسيد ماليك و يك ماده تلخ به نام كوئرسين، فلوروگلوسين، موسيلاژ و مواد پكتيكي، مواد رزيني و اكسالات كلسيم و نوعي ماده رنگي قرمز به نام قرمز بلوط و به مقدار كم كولا كاتشين است. ميوه بلوط داراي ? درصد ماده روغني، ?/?? درصد پروتئين، ? درصد از قندهاي مختلف، ??/? درصد آميدون ?/? درصد پنتوزان و معادل ? درصد از نوع تانن مي‌باشد. در گال)galle( كه بر روي برگ و جوانه‌هاي بلوط تحت اثر حشرات مخصوص ايجاد مي‌شود، نوعي تانن به نام اسيد گالوتيك يافت مي‌شود كه در برگ، ميوه و مخصوصا در گال درختان مخلوط بلوط و غيره وجود دارد.

خواص داروئي:

از قسمت‌هاي مختلف درختان بلوط استفاده‌هاي درماني به عمل مي‌آيد كه به شرح زير مي‌باشد: تانن اين ماده مهم گياهي در اعضاي درختان بلوط فراهم مي‌شود و خواص مختلفي دارد مانند رسوب دادن آلبومين به وجود آوردن پوشش محافظ براي بافت‌ها و جلوگيري از عفوني شدن، تاثير داشتن فرآورده‌هاي تانن در درمان سل و همچنين فراهم آوردن موجبات التيام زخم‌ها به علاوه مانند سدي از پيشرفت ميكروب‌ها جلوگيري مي‌نمايد. به كار بردن آنها از ترشح زياد مخاط‌ها ممانعت به عمل مي‌آورد. پكتين نيز از ديگر موادي است كه مانند تانن عمل انقباض را به وجود مي‌آورد و در گياهان فراوان يافت مي‌شود، پكتين هموگلوكزيدي است كه تحت اثر فرماني به نام پكتاز به صورت اسيد پكتيك تغيير شكل مي‌دهد اين ماده خاصيت بند آورنده خون با اثر قاطع است و دليلش اين است كه با مصرف آن انعقاد خون بالا مي‌رود. اعضاي مختلف درختان بلوط به علت داشتن تانن اثر قابض، بند آورنده خون و تقويت كننده عمل بعضي از اعضاي بدن را دارند. برگ درخت بلوط اثر محرك و قابض ولي به نحو ضعيفي را دارد، كه به صورت جوشانده‌هاي غليظ يا به صورت غرغره در معالجه ورم لوزتين و حنجره مورد استفاده قرار مي‌گيرد. پوست درخت بلوط به علت داشتن تانن فراوان كمتر در مصارف داخلي به كار مي‌رود. در مصرف داخلي براي مدت طولاني باعث خستگي معده و احساس درد در عضله قلب مي‌شود. علاوه بر تحريك دستگاه هضم، عوارض ديگري از قبيل درد معده و حالات تشنجي نيز ظاهر مي‌كند. پوست درخت بلوط پادزهر خوبي براي مسموميت‌هاي ناشي از فلزات است. ارزش درماني پوست بلوط در استعمال خارجي بيشتر از مصارف داخلي آن است.

جوشانده پوست بلوط به صورت حمام‌هاي موضعي، لوسيون، غرغره و شستشو به صورت‌هاي مختلف جهت درمان بيماري‌ها توصيه شده است.

از جوشانده مذكور به صورت حمام‌هاي موضعي در مواردي مانند: اولسرهاي سرطاني، التهاب غدد به علت انسداد مجاري آنها، خون مردگي، سودا، بيماري‌هاي پوستي مزمن ديگر مانند اگزما و واريس استفاده مي‌توان كرد.
در موارد خون آمدن از بيني مي‌توان به اين طريق عمل كرد؛ ابتدا ?? گرم پوست درخت بلوط و ? گرم زاج را در يك و نيم ليتر آب وارد كرد و سپس بر اثر جوشاندن حجم، آن را به يك ليتر تقليل داد و با پنبه آغشته به جوشانده مذكور، حفرات بيني را شستشو داده، با اين عمل خون به سهولت بند مي‌آيد. براي تهيه لوسيون‌ها جهت استعمال خارجي معمولا از جوشانده ??? گرم پوست درخت بلوط در يك ليتر استفاده مي‌شود. از مخلوط آرد ميوه درخت بلوط با آرد گندم در بعضي نواحي نان تهيه مي‌گردد.
ميوه درخت بلوط مصارف درماني بسياري دارد.
اگر ميوه بلوط را قطعه قطعه كرده و در يك استكان آب وارد كنيد و مصرف نماييد جهت رفع دل‌پيچه‌هاي ناشي از نفخ موثر است.
در دوران‌هاي قبل ميوه بلوط را بو مي‌دادند تا تانن آن با اين عمل كاهش يابد. سپس از آن در تهيه نوعي قهوه استفاده مي‌كردند. اين قهوه كه داراي دكسترين است جهت رفع اسهال و درمان آنزيم‌هاي داخل روده‌ها، سوء هضم درد معده، نزله‌هاي مزمن، كم‌خوني، نرمي استخوان، سياه‌سرفه و درمان سل در مراحل اوليه سستي و ضعف استخوان‌ها به كار مي‌رفته است.
مخلوط آرد ميوه بلوط بو داده با كاكائو بهترين دارو جهت رفع اسهال‌هاي ساده اطفال است. برجستگي‌هايي كه بر روي برگ يا جوانه انواع بلوط به وجود مي‌آيد داراي تانن فراواني است. گال به عنوان مقوي معده، قابض و رفع كننده خونروي‌ها به كار مي‌رود.
مقدار مصرف گرد آن ?/? تا يك گرم و چند دفعه در روز مخلوط در عسل و يا جوشانده ?? در هزار آن است.
ميوه بلوط داراي ? درصد پروتئين، ? درصد چربي، ?? تا ?? درصد هيدروكربن است و از بلوط شيره‌اي حاصل مي‌گردد كه در لفظ محلي استان ايلام آن را (شوكه) گويند.
شوكه براي ناراحتي‌هاي معده مفيد مي‌باشد، ?? گرم برگ بلوط را در نيم‌ليتر آب دم كرده و در هر ساعت يك قاشق چاي‌خوري تا يك استكان كوچك از آن مصرف شود، براي درمان سرفه عادي و تشنج بسيار مفيد است. پوست بلوط به سختي كنده مي‌شود. ابتدا پوست را با چاقو شكاف دهيد، بعد آن را در آب جوش بيندازيد و بعد از چند دقيقه آن را بيرون بياوريد، سپس پوست آن به راحتي كنده مي‌شود.

براي درمان انواع بيماري و ناراحتي‌هاي گلو مثل آنژين، ورم لوزه و گرفتگي صدا مي‌توان از اين جوشانده استفاده كرد. ابتدا ?? تا ?? گرم از پوست ساقه‌هاي جوان بلوط را كه خشك كرده‌ايد بكوبيد و به صورت پودر درآورده و در يك ليتر آب سرد به مدت ?? دقيقه بجوشانيد سپس آن را خشك كنيد و روزي ? بار آن را در دهان مزمزه كرده و بعد دور بريزيد. اين جوشانده براي ناراحتي هاي گلو، زرد زخم و اگزما بسيار مفيد است. توجه داشته باشيد كه پوست بلوط را در ظرف‌هاي فولادي بجوشانيد زيرا كه تانن موجود در بلوط آهن را مي‌خورد. پوست درخت بلوط، بواسير و زخم‌هايي را كه در اثر سرمازدگي و عرق ايجاد مي‌شوند از بين مي‌برد.
استفاده از مواد طبيعي به جاي مواد افزودني، اثر بهتر و سالمتري در بدن مي‌تواند بگذارد.
بلوط از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است .خواص ميوه بلوط ميوه بلوط از قديم الايام مورد مصرف بوده و از آن به عنوان غذا استفاده مي كرده اند . حتي اگر آنرا خشك و در كرده و با در گندم مخلوط مي كنند و از آن نان تهيه مي نمايند . مي توان بلوط را بوداده و سپس آنرا در كرده و از آن چائي تهيه كرد . مقدار مصرف آن يك قاشق چايخوري در يك ليوان آب جوش مي باشد . اين دم كرده را مي توان براي مورد زير بكار برد .
1. بواسير را برطرف مي كند .
2. اسهال ساده و اسهال خوني را رفع مي كند .
3. درد معده و گاز معده را برطرف مي كند .
4. براي رفع كم خوني موثر است .
5. نرمي استخوان را درمان مي كند .
6. براي تقويت عمومي بدن موثر است .
7. براي معالجه اسهال اطفال ،در بلوط را با كاكائو مخلوط كرده و دم كرده آنرا به اطفال مي دهند .
خواص درخت بلوط براي استفاده از پوست درخت بلوط مي توان آنرا دم كرده و با عسل مخلوط كنيد و يا اينكه يك قاشق در آنرا در يك ليوان آبجوش ريخته و به مدت 10 دقيقه دم كنيد .
1. خونريزيها را متوقف مي سازد .
2. درمان كننده بواسير خوني است .
3. خاصيت ضد عفوني درد .
4. ادرار را زياد مي كند .
5. ترشحات زنانه را از بين مي برد . مصارف خارجي پوست درخت بلوط براي استفاده خارجي از جوشانده پوست درخت استفاده مي شود . بدين منظور بايد 15 گرم پوست درخت را در يك ليتر آب جوش ريخته و بگذاريد به آرامي بجوشد تا حجم آن به دو سوم تقليل يابد .

از اين جوشانده مي توان بعنوان كمپرس استفاده كرد و يا آنرا در وان حمام ريخته ودر آن استراحت نمود .
1. خون مردگي را درمان مي كند .
2. اگزما را از بين مي برد.
3. براي درمان بيماريهاي پوستي در وان حمام كه در آن جوشانده پوست درخت بلوط را ريخته ايد به مدت يكربع ساعت استراحت كنيد .
4. اگر واريس ديد اين قسمتها را با جوشانده پوست بلوط كمپرس كنيد .
گز علفي در اثر نيش زدن حشره اي مخصوص به برگ و يا شاخه هاي درخت بلوط ماده اي به بيرون تراوش مي كند كه در اثر مجاورت با هوا سفت شده و به صورت دانه هايي به قطر 2 سانتيمتر بر روي ساقه و يا برگ ظاهر مي شود . براي استفاده از گز شاخه هاي درخت را تكان مي دهند تا دانه هاي گز به زمين بريزد . البته اين دانه ها مخلوط با برگ و پوسته درخت است كه بايد تميز شود . گز علفي از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است . براي استفاده طبي از گز علفي مي توان آنرا با عسل مخلوط كرد و يا جوشانده آنرا تهيه نمود .( 50 گرم در يك ليتر آب جوش )
خواص گز علفي.
1. قابض است .
2. خونريزيها را متوقف مي سازد .
3. مقوي معده است .
4. تقويت كننده دستگاه تنفسي است .
5. سينه را نرم و صدا را صاف مي كند .
6. سرفه ها را برطرف مي كند .
7. تنگي نفس را درمان مي كند.
8. براي معالجه بواسير گز علفي را با عسل مخلوط كرده و بر روي بواسير بگذاريد .
مضرات : مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .
ديگر دانستني ها در مورد بلوط و درخت آن
واريته‌ها
Quercus.robur درختي بلند ، داراي برگهايي با برندگي دندانه‌اي نوك تيز يا بريدگي عميق كنگره‌دار. اين درخت به علت رشد زياد براي فضاهاي كوچك و متوسط مناسب نمي‌باشد. داراي يك واريته ستون مانند است كه براي فضاهاي كوچك مناسب است. براي خاكهاي گچ‌دار Quercus.petraea كه خيلي شبيه بلوط معمولي است مناسب مي‌باشد. بلوط سريع‌الرشد تركي (Quercus.corris) داراي رشد سريع و جوانه‌هاي زمستانه با ريشك بلند است.
بلوط قرمز (Quercus.rubra) نيز به سرعت رشد مي‌كند و به صورت يك

درخت بزرگ تا ارتفاع 24 متر مي‌رسد و اگر در خاك اسيدي كاشته شود برگها در پايان فصل به ارغواني مي‌گرايند. بلوط دائم سبز (Quercus.ilex) بابرگهاي كشيده بدون دندانه كه مي‌توان آن را به صورت درختچه نيز تربيت نمود و از آن به عنوان پرچين استفاده كرد چون هرس شديد را به خوبي تحمل مي‌كند.

گونه‌هاي بومي

Quercus.castaneifera درجنگلهاي شمال ، Quercus.sessilifolia بلوط كوهي مخصوص نواحي مرتفع جنگل ، Quercus.macranthera بلوط آذري مخصوص نقاط بسيار بلند ، Quercus.atropatana گز و مازو ، بلوط جنگلي در نقاط نيمه مرطوب. Quercus.persica مازوي گزانگبين در نقاط خشك.

زيستگاه طبيعي

درخت بلوط در خاك پر رس مرطوب رشد مي‌كند، ولي خاك‌هاي شني را نيز تحمل مي‌نمايد. اين درخت در مناطق جنگلي و پست يافت مي‌شود. بلوط سفيد يك گياه بومي آمريكاي شمالي است كه از آن استفاده‌هاي دارويي مي‌شود.

هرس

هرس گونه‌هاي خزان كننده در آذر ماه و گونه‌هاي هميشه سبز در فروردين انجام مي‌گيرد.

تكثير

بوسيله كشت بذر بطور معمول انجام مي‌پذيرد. دو گروه بلوط موجود است: گروه بلوطهاي سياه (كه ميوه‌ها در سال دوم مي‌رسند) و گروه بلوطهاي سفيد (كه ميوه‌ها در همان سال اول مي‌رسند). بذر گروه بلوطهاي سفيد يا بدون دوره استراحت يا دوره استراحت كوتاه بوده و به جز چند اشتثناء به محض رسيدن در پاييز قابل كشت هستند. بذر گروه بلوطهاي سياه داراي دوره رشد جنيني بوده و نياز به استراتيفيه شدن (0 تا 2 درجه سانتيگراد) براي يك تا سه ماه دارند. ميوه‌ها اغلب مورد حمله سر خرطومي (مخصوصا در انبار) قرار مي‌گيرند. فرو بردن ميوه ها در آب°49 درجه سانتيگراد به مدت 30 دقيقه از ميزان خسارت آفت بسيار خواهد كاست.

در موقع كاشت ابتدا بذرها را درون ظرف آب فرو برده و آنهايي كه شناور مي‌مانند غير قابل كاشت هستند. جهت جلوگيري از رشد طولي ريشه به خاطر اينكه بتوان نهال بذري را به راحتي جابجا كرد بهتر است در زير محل بذركاري از صفحات سيمي مشبك مسي استفاده نمود. نوك ريشه اصلي به اين صفحه برخورد كرده و از رشد باز مي‌ماند. روشهاي مختلف پيوند با موفقيت بر روي بلوطها انجام مي‌پذيرد فقط پيوند بلوطهاي گروه سفيد

روي پايه‌هاي اين گروه و پيوند بلوطهاي گروه سياه بر روي پايه‌هاي اين گروه امكان پذير است. تكثير بلوط از راه قلمه يا خوابانيدن معمولا با عدم موفقيت همراه بوده است.

خواص چوب بلوط

چوب بلوط فشره و محكم است و نماد قدرت و استقامت مي‌باشد و از گذشته خيلي دور يكي از مهم‌ترين مصالح ساختماني در اروپاي شرقي بوده است. در گذشته علاوه بر مصرف انبوه الوار بلوط در ساختمان‌سازي ، از چوب بلوط براي ساختن كشتي‌هاي بازرگاني و جنگي استفاده گسترده مي‌شده است .

درخت بلوط در ميان مردم كشورهاي اسكانديناوي ، يونان و روم محل سكونت الهه باروري و نشان دهنده قدرت و باروري بوده است. روزگاري از تمام قسمت‌هاي درخت، استفاده‌هاي پزشكي به عمل مي‌آمده است.

در افسانه‌هاي عاميانه قرون وسطا آمده كه تماس يك ميخ با قسمت صدمه ديده‌ي بدن و سپس فرو كردن همان ميخ در درخت بلوط سبب مي‌شده است كه بيمار شفا يابد. زماني برگ‌هاي بلوط را بر روي زخم و بريدگي‌هاي بدن مي‌گذاشتند تا زخم التيام پيدا كند، اما امروزه گياه پزشكان تنها از پوست درخت بلوط استفاده دارويي مي‌كنند. خاصيت قابض‌كنندگي پوست بلوط ، عامل قطعي درمان اسهال‌هاي شديد مي‌باشد و خاصيت گندزدايي و ضد ميكروبي آن براي مداواي عفونت‌هاي گلو تجويز مي‌شود. چاي پوست بلوط يك تقويت‌كننده است و مخلوط پوست و ميوه‌ي درخت بلوط يك پادزهر را بوجود مي‌آورد. ميوه درخت بلوط معمولا برشته و آسياب مي‌شود و از آن قهوه تهيه مي‌نمايند .

منابع :


بلوط http://daneshnameh.roshd.ir

خواص درماني بلوط http://www.jadidtarin.com

بلوط http://fa.wikipedia.org

بلوط Oak Bark گز علفي (شيره بلوط) http://www.irteb.com

بلوط «داروئي» http://daneshnameh.roshd.ir

بلوط http://aftab.ir

# چاي ، محبوبترين نوشيدني جهان

## چاي چيست ؟

براساس يك داستان قديمي حدود پنجهزار سال قبل تعدادي برگ چاي دراثر وزش باد به درون يك فنجان آب داغ كه در دست "شن نونگ" امپراتور چين بود، افتاد و حاكم نتيجه اين حادثه را به عنوان يك تحول بزرگ براي آب ساده وبي طعم اعلام كرد. در پي آن مصرف چاي همه گير شد.

در تحقيقات امروزه مشخص شده چاي ممكن است در كاهش خطر برخي بيماريهاي مزمن عمده مثل سكته، حمله قلبي و بعضي سرطانها مفيد باشد، اين مطلب را دكتر جان وايسبرگر ، عضو بلند پايه موسسه بهداشت آمريكا، واقع در يك مركز تحقيقاتي در نيويورك اعلام ميكند.

نوشيدن چاي ميتواند از پوسيدگي دندانها جلوگيري كند؛ اينها اخبار بسيار خوبي براي مردم تمام دنياست چون چاي پس از آب پر مصرفترين نوشيدني در دنياست و روزانه يك ميليارد فنجان چاي در دنيا نوشيده ميشود.

گياه چاي به صورت بوته، درختچه يا درختي است با نام عملي THEA SINENSIS يا CAMELIA كه از خانوادهي چاي (THEACEAE) مي باشد. اين گياه در نقاطي از جهان از جمله هندوستان، چين، سريلانكا، ژاپن، ايران و نواحي ديگر پرورش مي يابد. چون در سه فصل از سال (بهار، تابستان و پاييز) برگ هاي آن برداشت مي شود، لذا در اكثر نقاط ، چاي به صورت بوته وجود دارد؛ ولي در صورتي كه هيچ گونه برداشتي از آن صورت نگيرد، كم كم مرتفع شده و به صورت درختچه يا درخت در مي آيد.

قسمت اصلي مورد استفادهي بوته ي چاي، برگ آن است كه به صورتهاي مختلف تبديل به انواع چاي مي شود.

با توجه به اين كه در ايران دو نمونه چاي سبز و چاي سياه وجود دارد و بسياري از افراد از ماهيت آنها اطلاع كاملي نداشته و خواص متعددي براي آنها قائل مي شوند، در اين مطلب انواع چاي موجود در ايران و جهان و خواص مربوط به آن را بيان مي كنيم.

لازم به ذكر است كه گياه چاي سبز و سياه يكي است، ولي در نوع عمل آوردن آنها تفاوت وجود دارد.

## موطن اصلي چاي و انتشار آن در ساير ممالك

درخت چاي كه اصل آن از چين است و اول به عنوان دارو مصرف مي‌شد ولي از قرن 6 ميلاد به بعد در چين به عنوان آشاميدني و براي رفع تشنگي و خستگي مورد استفاده قرار گرفته است. شناسايي چاي در اروپا تقريبا از اوايل قرن 17 شروع شد وبه تدريج در ممالك هلند ، آلمان ، فرانسه ،

انگلستان ، روسيه و بالاخره در 1690 در ممالك متحده آمريكايي شمالي مصرف آن رواج گرفت. از نظر كاشت و مصرف چاي چين اولين محلي است كه اين گياه در آنجا كاشته شده و به مصرف رسيده است و از اين كشور به ساير نقاط برده شده است.

مشخصات گياهشناسي درخت چاي

برگ درخت چاي كه از نظر اقتصادي و بهره برداري قسمت اصلي اين گياه را تشكيل مي‌دهد هميشه سبز است و داراي شكل كشيده نوك تيز بوده و كناره آن داراي دندانه‌هاي ريز است و برگها بطور متناوب اطراف شاخه قرار گرفته‌اند. موقعي كه برگها كوچك و جوان هستند پوشيده از كركهاي سفيد ولي برگهاي مسن صاف ، براق و بدون كرك مي‌باشند. گلهاي درخت چاي بطور خوشه‌اي و مجتمع و يا تك گل در بغل برگ ظاهر مي‌شوند و داراي 5 گلبرگ و 5 تا 7 كاسبرگ و تعداد زيادي پرچم هستند. تخمدان داراي 3 تا 4 حفره بوده كه دركدام از يك تا 4 دانه مشاهده مي‌شود ميوه چاي يك كپسول است.

انواع چاي

0- چاي سياه (BLACK TEA): روند توليد آن به اين نحو مي باشد كه برگهاي چاي را پس از برداشت آن در دما و رطوبت كنترل شده رها مي كنند تا اكسيد گردد. اكسيداسيون در چاي سبز قابل ملاحظه بوده و مدت آن ? هفته تا يك ماه بطول مي انجامد. سپس برگهاي چاي خشك مي گردند تا روندااكسيداسيون متوقف گردد. چاي سياه نسبت به انواع ديگر كافئين بيشتري دارد بهمين خاطر طعم آن قويتر مي باشد. اما بر خلاف چاي سبز، چاي سياه طعم خودرا پس از گذشت سالها از تاريخ توليد حفظ ميكند. اين نوع چاي متداولترين و پر مصرف ترين نوع چاي در دنيا ميباشد.

?-چاي سبز(GREEN TEA): روند اكسيداسيون در اين نوع چاي پس از حداقل اكسيد شدگي متوقف مي گردد. پس از چيدن برگ هاي چاي سريعا با بخار آب داغ آنزيمهاي اكسيد كننده موجود در برگهاي چاي را از ميان برده و سپس برگها را خشك مي كنند. در واقع در چاي سبز مرحله اكسيداسيون حذف مي گردد. اين نوع چاي طعم ملايم و گياه مانندي دارا بوده و بيشتر در چين و ژاپن

مصرف ميگردد.

?- چاي اولانگ(OOLONG): اولانگ به معني اژدهاي سبز مي باشد و مرحله اكسيداسيون آن ? تا ? روز بطول مي انجامد. اين چاي نيز در چين و ژاپن مصرف مي گردد.

?- چاي سفيد(WHITE TEA): در تهيه آن از برگهاي تازه روئيده (جوانه ها) چاي استفاده ميگردد كه اكيسد نيز نميگردند. بيشترين اثر ضد سرطاني را

اين نوع چاي به خود اختصاص داده است. اين چاي در چين مصرف ميگردد.
انواع ديگر چاي بر حسب تركيبات آن
چاي يخ (ICED TEA): معمولا به چاي اندكي ليمو ترش و شـيـره ذرت اضـافـه شــده و درون فنجان حاوي يخ ريخته شده و سرو مي گردد.
چاي كوهي (نام علمي Hypericum perforatum) گياهي است از تيره كلازياسه (Clusiaceae) كه معمولاً به صورت خودرو در ميان كشتزارهاي گندم و ذرت يافت مي شود و به مقدار زياد در آمريكا و اروپا پرورش مي يابد و در ايران در دامنه كوههاي البرز، چالوس، مازندران و نقاط غرب ايران و در مسير قله چين كلاغ به حد زيادي مي رويد.
نام‌هاي ديگر آن گل راعي، هزارچشم، علف چاي، هوفاريقون است.
گلهاي اين گياه به رنگ سفيد يا زرد است كه در بالاي ساقه به صورت مجتمع به چشم مي خورد كه اين گلها كمي معطر و داراي بوي مخصوصي است. چاي كوهي از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است و خواص درماني بسياري دارد اين گياه ضد كرم معده و روده است و گرفتگي صدا را باز مي كند. اين گياه براي درمان مرض كزاز بكار مي رود و اگر برگ آن را به صورت پودر روي زخمهاي عميق بپاشيد اين نوع زخمها را خوب مي كند. چاي كوهي درمان كننده بيماري مننژيت است؛ درد پشت و گردن و خشكي گردن را درمان مي كند و ضدافسردگي است. اين گياه اشتها را باز مي كند بنابراين مي توان آنرا به بچه ها و افراد مسن كه اشتها ندارند داد. كساني كه از داروهاي آسم و ضدسرماخوردگي و حساسيت استفاده مي كنند نمي توانند چاي كوهي مصرف كنند خاصيت اين گياه در درمان افسردگي به اثبات رسيده و مكانيزم اثر ضد افسردگي آن از طريق مهار آنزيمي است.ماده موثره اين گياه هايپريسين ميباشد كه فراورده هاي آن هم بر اساس همين ماده استاندارد سازي مي‌شوند و اثر ضد افسردگي گياه نيز مربوط به اين ماده ميباشد.در واقع اين ماده مهار كننده ي آنزيم mono amino oxidase Mao ميباشد كه كاملاً مانند داروي ترانيل سيپرومين ميباشد. از اين گياه دو فراورده دارويي در بازار ايران موجود ميباشد.قطره هايپيران و قرص پرفوران كه هر دو در درمان افسردگي كاربرد دارند. نكته قابل ذكر در مورد اين گياه و فراورده هاي آن تداخلات زياد آن ميباشد كه مصرف آن را محدود نموده است و دليلش هم مهار آنزيمي است.
سبك انگليسي(ENGLISH STYLE): در اين روش چاي همراه با خامه و ليمو ترش سرو ميگردد.
بوبا (BUBBLE TEA،BOBA): اين نوشيدني تشكيل گرديده از چاي يخ، شـيـر و گـوي هاي صمـغ مـانـنـدي كــه بـــه مروارید موسوم بوده و از گياه تاپوئيكا تهيه ميگردد.

چاي كيسه اي (TEA BAG): در چـاي كـيــســـه اي از
خاك چاي استفاده ميگـردد كـــه از نظر دوستاران چاي زياد
محبوب نميباشد.
در فرهنگهاي مختلف چاي را همراه با مواد گوناگوني مصرف ميكنند
مانند:هل، شكر، عسل، ليمو ترش، شير، مرباي ميوه ها و چاشني هاي
ديگر.
چگونه چاي را دم كنيم
چگونگي دم كردن چاي سياه: آب رابه درجه جوش رسانده (??? درجه
سانتي گراد) سپس روي چاي ميريزيم- زمان دم كشيدن نبايد كمتر از ??
ثانيه و طولاني تر از ? دقيقه گردد- زيرا پس ازآن تانين چاي بتدريج آزاد
شده و اثر محرك كافئين را خنثي و طعم چاي را نيز تلخ ميكند.
چگونگي دم كردن چاي سبز: دماي آي در اين حالت بايد ??-?? درجه
سانتي گراد باشد. معمولا هر چه كيفيت چاي سبز بالا تر باشد دماي آب نيز
ميباشد كمتر باشد. ترجيحا بهتر است قوري چاي پيش از دم كردن چاي از
قبل با قرار دادن قوري درون يك كاسه حاوي آب داغ، گرم گردد.
چگونگي دم كردن چاي اولانگ: همانند دم كردن چاي سبز ميباشد اما دماي
آب در اين نوع چاي ميبايد ???-?? درجه سانتي گراد باشد.
بـراي جـلوگيـري از پـخـــش شدن تفاله هاي چاي درون
قوري ميتوانيد از وسيله اي بنام اينفيوزر (TEA INFUSER) اســـتفاده
كنيد كه يك كره تو خالي مشبك است و چــاي را هنـگـام دم كردن درون
آن ريخـتــه و سپـــس درون قوري مي اندازيم.
تركيبات تشكيل دهنده چاي
?-كافئين.
?- تيوفيلين (THEOPHYLLINE): اين ماده ساختاري همچون كافئين دارد
كه هم در چاي سبز و هم سياه موجود ميباشد. اثرات آن در بدن عبارت
است از:
شل كردن عضلات نايژه هاي ريه، افزايش جريان خون كليه ها، افزايش
انقباض پذيري و كارايي عضلات قلب، افزايش ضربان قلب، كاهش فشار
خون و اثرات ضد التهابي.
?- تانين (TANNIN): يك پلي فنول تلخ مزه ميباشد. كه اثر آن در بدن آرام
بخشي سيستم عصبي مركزي انسان ميباشد. يك عيب تانن اين است كه
از جذب مواد معدني به ويژه آهن ممانعت ميكند.
?- تيانين (THEANINE): در چاي چندين آمينو اسيد وجود دارد اما بيشترين
ميزان اسيد آمينه چاي را تيانين تشكيل ميدهد. عمده طعم چاي به خاطر
وجود همين ماده است.
?- كاتچين(CATECHIN): اين ماده بسيار مفيد بوده و براي سلامتي بسيار

سودمند است. كاتچين در چاي سبز و سياه وجود داشته اما ميزان آن در چاي سبز بيشتر ميباشد. اثرات آن در بدن عبارتند از:
ضد سرطان ميباشد، كاهش دهنده كلسترول خون، يك آنتي بيوتيك و آنتي ويروس قوي، جلوگيري از افزايش يافتن فشار خون و جلوگيري از افزايش يافتن قند خون.
?- ويتامينهاي E,C,B COMPLEX: ويتامين اي يك آنتي اكسيدان قوي ميباشد كه براي بدن بسيار مفيد است. ويتامين سي كاهش دهنده استرس بوده و علايم سرماخوردگي را نيز تقليل ميدهد. ويتامين ب كمپلكس كمك ميكند به متابوليسم كربوهيدراتها.
?- فلوراید و فلووانوئید (FLAVONOID): فلوراید در استحكام دندان و فلووانوئيد از ايجاد بوي بد دهان پيشگيري كرده و همچنين ديواره عروق خوني را تحكيم ميكند.
?- همچنين چاي حاوي فيبر، كربوهيدرات، ليپيد و كاراتنوئيد نيز ميباشد.
چاي يك محرك است و يا يك آرام بخش؟
هر دو. چاي تا پيش از ? دقيقه از دم كشيدن اثر محرك دارد اما پس از اين مدت بتدريج از خاصيت محرك بودن آن كاسته شده و به خاصيت آرام بخشي آن افزوده ميگردد. پس از گذشت ? دقيقه از دم كشيدن چاي كاملا به يك آرام بخش مبدل ميگردد.هر دو نوع چاي سياه و سبز براي سلامتي انسان مفيد ميباشند اما چاي سبز بسبب آنكه عمل اكسيداسيون روي برگهاي آن صورت نگرفته خاصيتش از چاي سياه بيشتر است.
فواید چاي براي سلامتي بدن
?- پيشگيري، تسكين علايم و تسريع بهبودي سرماخوردگي و آنفولانزا.
?- پيشگيري از بوي بد دهان.
?- پيشگيري و كاهش اثرات ديابت نوع دوم.
?- كاهش علايم مواد حساسيت زا.
?- كاهش علايم عارضه پاركينسون.
?- گسترش عفونت ويروس HIV را در بدن كاهش ميدهد.
?- حفظ كننده تعادل مايعات بدن ميباشد.
?- رفع خستگي و استرس.
?- پيشگيري و التيام درد بيماري آرتروز.
??- پيشگيري از عارضه پوكي استخوان.
??- آسيبهايي كه سيگار به DNA وارد مي آورد را كاهش ميدهد.
??- كند كننده روند پيري.
??- جلوگيري از لخته شدن خون.
??- يك ضد ويروس و ضد باكتري.
??- افزايش متابوليسم و كمك به كاهش وزن.

??- افزايش كارايي سيستم ايمني بدن.
??- اثرات ضد التهابي دارد.
??- تصفيه خون و كنترل فشار خون و كلسترول .
??- پيشگيري از اختلالات پوستي .
ديگر فوايد چاي
يكي از دلايل اين كه دم كرده چاي در دوران گذشته در نجات زندگي افراد موثر بوده اين است كه آب جوشيده باكتريهاي بيماريزا رااز بين ميبرده. براساس نتايج يك تحقيق گسترده در هلند،خطر سكته مغزي براي مرداني كه روزانه چهار پنج فنجان چاي مينوشند 70 درصد كمتر است . يك تحقيق ديگر در سال 1993 اعلام كرد مصرف زياد چاي، حملات قلبي مهلك را كاهش ميدهد.
جان فولتس مدير مركز پيشگيري يك مدرسه پزشكي به اين نتيجه رسيدكه چاي از ايجاد لخته هاي خطر ناك خون كه منجر به حملات قلبي و سكته ميشود جلوگيري ميكند. ساير مطالعات نيز نشان ميدهد كه سطح چربي خون و فشار خون برخي مصرف كنندگان چاي پايين تر است. بيش از 20 تحقيق در مورد حيوانات نشان داد كه چاي ممكن است از بعضي سرطانها مثل دستگاه گوارش،دستگاه تنفس و پوست جلوگيري كند.
"وايسبرگر" كه پيشتر به نام وي اشاره شد اظهار ميكند كه نوشيدن چاي همراه با خوردن مقداري ميوه و سبزيها يك راه چاره ارزان و آسان براي كاهش خطر برخي سرطانها باشد. محققان دانشگاه حفاظت "كيس وسترن"در "كلويلند" دريافتند كه مصرف چاي تا 90 درصد از آفتاب سوختگي منجر به سرطان پوست جلوگيري ميكند.
حسن مختار"متخصص پوست كه يك مطالعه منتشر نشده را راهبري كرده، ميگويد: "در آينده چاي يكي از راههاي محافظت پوست در برابر آفتاب خواهد بود." دانشمندان تذكر ميدهند، اين كه چاي ممكن است در برابر برخي سرطانها محافظ باشد به دلايل گوناگون بودن عوامل بيماريهاست.
سر انجام اينكه چون چاي حاوي فلورايد است، ميتواند مقاومت دندانها را زياد و از پوسيدگي آنها جلوگيري كند.در مطالعات آزمايشگاهي محققان ژاپني پي بردند كه چاي با پيشگيري از تشكيل پلاك دنداني برخي باكتريهاي دنداني را كه ميتوانند باعث بيماري لثه شوند ،نابودمي كند.
مضرات نوشيدن چاي
نوشيدن چاي (از نوع چاي سياه ) پررنگ و غليظ ممكن است براي عده اي باعث تحريك اعصاب و تپش قلب شود . همچنين نوشيدن چاي پررنگ براي خانمها احتمال ابتلا به سرطان سينه را افزايش مي دهد .
يكي از شيميدان هاي معروف چيني مي گويد: " چيني ها هر روز حدود بيست فنجان چاي مي نوشند ، بدون آنكه ضرري متوجه آن ها باشد، زيرا

روشي را كه در جوشاندن و دم كردن چاي به كار مي برند سبب مي شود كه قسمت عمده اي از ( تانن ) مضر آن خارج شود. "

طريقه دم كردن چاي به روش چيني

( اين روش مخصوص دم كردن چاي سياه است.)

ابتدا سماور را ازآب صاف ( آب چشمه بهتر است ) پر كرده و بجوشانيد .

در مقابل هر فنجان چاي كه مايليد دم كنيد دو انگشت چاي ( مقدار چايي كه ميان انگشت شصت و سبابه قرار مي گيرد ) را در قوري ريخته و كمي آب جوش روي آن بريزيد .و مدت 2 دقيقه در كناري بگذاريد. پس از 2 دقيقه آب آن را خالي كنيد . زيرا آب داراي مقدار زيادي ( تانن ) است سپس قوري را از آب جوش پر كرده 3 تا 5 دقيقه آن را روي سماور بگذاريد تا دم بكشد.اين چاي مقدار زيادي از عناصر مضر خود را از دست داده است.

معطر كردن چاي

براي معطر كردن چاي مي توان به آن مقداري گل ياس، گل سرخ، گل بهار نارنج، نعنا، هل، ليمويخشك يا تازه، چند پر زعفران( بسته به علاقه و ذائقه ) را به صورت تركيبي يا به تنهايي اضافه كرد.

شفابخش و انرژي زاي قديمي

در بسياري فرهنگها در سراسر تاريخ ، چاي به عنوان يك معجون شفابخش تلقي شده است. بيش از هزارسال قبل راهبان بودايي به دلايل مذهبي چاي مينوشيدند ومعتقد بودندكه در زمان مديتيشن به بيدار ماندن آنها كمك ميكند.

راهبان بودايي همچنين معتقد بودند چاي داراي نيروهاي شفا بخش است و همراه با گسترش بوديسم ، چاي وتقاضا براي آن نيز افزايش يافت. يكي از بزرگان ژاپني قرن سيزدهم بنام "شوگون" در اثر پرخوري در آستانه مرگ قرار گرفته بود كه يك راهب به او رژيم چاي توصيه كرد و او بهبود پيدا كرد،همين كافي بود تا مردم ژاپن بيشتر به دم كردن چاي روي بياورند. هلنديان در قرن هفدهم چاي را از چين به اروپا اوردند.در اروپا چاي در مغازه هاي عطاري عرضه ميشد ".نيكلاس تولپ" پزشك هلندي در كتاب خود تحت عنوان مشاهدات پزشكي در سال 1641 اعلام كرد،با نوشيدن چاي از همه بيماريها در امان هستيد و عمرتان طولاني ميشود. در قرن 18 زماني كه " آن" ملكه انگليسي به عنوان نوشيدني صبحانه خود چاي را بجاي آبجو انگليسي انتخاب كرد ، مد بر مباحث پزشكي غلبه كرد .

دليل ديگر رواج چاي اجازه رفتن خانمها به چايخانه به جاي قهوه خانه بود و اين باعث شد چاي در بين زنها عموميت يابد. البته براي مدتي نوشيدن چاي در مستعمرات امريكا تحريم شد. زماني كه بريتانيايي ها بر خريداران چاي حتي براي اهداف درماني ،ماليات تحميل كردند،مستعمره نشينان در

برخي جوامع به اعتراض برخاستند، بعدها همين معترضان تند خو مخفيانه سوار كشتيهاي بريتانيايي شدند و 342 صندوق چاي را به "بوستون هاربور" بردند و با بهاي ارزانتري آن را فروختند.
اكسير
براي رسيدن به فوايد سلامتي بخش چاي روزانه چقدر بايد نوشيد؟ "وايسبرگر" ميگويد 4 يا 5 بار و سايرين ميگويند كمتر از آن هم كافي است. محققان مطمئن نيستند افزودن ليمو به چاي اثر آن را كاهش ميدهد يا خير. افزودن شكر ميتواند به دندانها آسيب بزند. پس بهتر است چاي رابدون افزودن چيزي به آن بنوشيد. وايسبرگر ميگويد: خوشبختانه چاي خنك نيز مانند چاي داغ مفيد است. اين مطالب در جايي مثل آمريكا كه از سا ل 1904 به بعد چاي خنك(ايس تي) مينوشند رضايت بخش است.
حال، حدود 80 درصد از چاي خود را خنك مينوشيم. اما هيچ تحقيقي براي فهميدن اينكه يك فنجان چاي ملايم ميتواند دل و جرئت انسان را بالا ببرد، لازم نيست. حكيم چيني "تين يي هنگ" معتقد بوده: " نوشيدن چاي براي فراموش كردن غوغاي دنيا است".
مطالعه اي تازه در ژاپن نشان مي دهد كه نوشيدن چاي سبز مي تواند خطر مرگ در اثر ابتلا به طيفي از بيماري ها را به ميزان قابل توجهي كاهش دهد.
محققان با بررسي اطلاعات پزشكي بيش از ?? هزار نفر دريافتند كه چاي سبز خطر مرگ در اثر بيماري قلبي را بيش از ?? درصد كاهش مي دهد.
اما متخصصان قلب در بريتانيا مي گويند كه اين فوايد ممكن است ناشي از رژيم غذايي ژاپني ها در كل باشد چرا كه غذاهايي كه مردم اين كشور عادت به مصرف آنها دارند از غذاهاي رايج در غرب سالم تر است.
نتايج اين تحقيق در نشريه انجمن پزشكي آمريكا چاپ شده است.
صرفنظر از آب، چاي پرمصرف ترين نوشيدني در جهان است و هرساله سه ميليارد كيلوگرم چاي در جهان توليد مي شود.
مطالعات انجام شده در آزمايشگاه ها و به روي حيوانات نشان داده است كه به خصوص چاي سبز (در مقايسه با چاي تيره) داراي فوايد زيادي براي سلامتي است.
بيشترين بهره براي زنان
در اين مطالعه كه در سال ???? آغاز شد محققان دانشگاه توهوكو فوايد احتمالي چاي سبز براي انسان را بررسي كردند.
آنها اطلاعات مربوط به ?? هزار و ??? فرد سالم ?? تا ?? ساله اهل شمال ژاپن، جايي كه چاي سبز مصرف زيادي دارد، را بررسي و تحليل كردند.
در حدود ?? درصد مردم اين منطقه چاي سبز مي نوشند به طوري كه

بيش از نيمي از آنها روزانه سه فنجان يا بيشتر از آن مصرف مي كنند.
اطلاعات مربوط به اين افراد براي مدت ?? سال (???? تا ????) دنبال شد. در پايان اين دوره ? هزار و ??? نفر از آنها به دلايل گوناگون درگذشته بودند.
پژوهشگران همچنين داده هاي جمع آوري شده در طول ? سال (???? تا ????) را بررسي كردند تا مرگ و مير در اثر علل مشخص را بررسي كنند.
در اين دوره هفت ساله، ??? نفر از بيماري قلب و ???? نفر در اثر سرطان درگذشتند.
در طول مطالعه ?? ساله، نرخ مرگ در اثر كليه عوامل، براي كساني كه روزانه ? فنجان يا بيشتر چاي سبز نوشيده بودند در مقايسه با كساني كه يك فنجان يا كمتر نوشيده بودند ?? درصد كمتر بود.
مطالعه ? ساله براي كشف علل خاص مرگ و مير نيز نشان داد كه خطر مرگ در اثر بيماري قلبي براي گروهي كه ? فنجان يا بيشتر چاي سبز مي نوشند، ?? درصد كمتر بود.
ولي هيچ رابطه قابل توجهي ميان مصرف چاي سبز و مرگ در اثر سرطان مشاهده نشد.
در سراسر اين مطالعه فوايد چاي سبز ظاهرا براي زنان بيشتر بود.
زناني كه روزانه پنج فنجان يا بيشتر چاي سبز مي نوشيدند - در مقايسه با كساني كه يك فنجان يا كمتر مصرف مي كردند - ?? درصد كمتر با خطر مرگ در اثر بيماري قلبي روبرو بودند.
اما اين مطالعه رابطه اي ميان مصرف چاي سياه يا اولانگ و كاهش خطر مرگ در اثر بيماري قلبي نيافت.
"آمار پايين بيماري"
دكتر شينيچي كورياما، كه اين مطالعه تحت سرپرستي او انجام شد، گفت: "مهمترين يافته اين است كه چاي سبز ممكن است عمر افراد را از طريق كاهش خطر بيماري قلبي افزايش دهد."
اما الن ميسون، پرستار قلب در بنياد قلب بريتانيا، گفت كه رژيم غذايي ژاپني ها در مجموع خيلي سالم است و اين يافته ها ممكن است در مورد كساني كه به سبك غربي غذا مي خورند صادق نباشد.
وي گفت: "آمار بيماري قلبي در ژاپن هم اكنون يكي از كمترين ها در جهان است و تصور مي شود رژيم غذايي ژاپني ها نقشي عمده در پايين نگاه داشتن آن بازي مي كند."
وي با اشاره به اينكه چربي اشباع شده در غذاهاي رايج در بريتانيا بيشتر از ژاپن است، ابراز ترديد كرد كه نوشيدن همان مقدار چاي سبز در بريتانيا تاثيري عمده بر نرخ ابتلا به بيماري قلبي داشته باشد.
قدمت استفاده از چاي به بيش از ????? سال قبل ميرسد. شواهد

گياهشناسي نشان مي‌دهند كه هند، چين، برمه و تايلند خاستگاه چاي مي‌باشند. به نظر ميرسد كلمه انگليسي Tea از كلمه مالاكائي "teh" يا كلمه چيني "t’e" گرفته شده باشد. اصطلاح چيني "Ch’a" منشاء نامگذاري چاي در ساير زبانها مي‌باشد. هلندي‌ها و پرتغالي‌ها كه اولين وارد كننده‌هاي اصلي چاي بودند احتمالاً اين نام‌ها را به كشورهاي اروپايي و خاورميانه معرفي نمودند. چاي داراي بهترين كيفيت از جوانه‌هاي تازه شامل دو يا سه برگ اول بعلاوه شكوفه‌هاي در حال رشد بدست مي‌آيد چاي با كيفيت پائين كه در تهيه چاي فوري و brick tea به كار مي‌رود از برگ‌هاي پائين ساقه حاصل مي‌شود.
از چاي سبز در طب سنتي هند به عنوان نشاط‌آور ضعيف، محرك مدر و قابض و در طب سنتي چين بعنوان قابض، تقويت كننده قلب، محرك سيستم عصبي مركزي و مدر استفاده شده است. ساير كاربردهاي سنتي آن در درمان نفخ، تنظيم درجه حرارت بدن، تسريع هضم و بهبود روندهاي تفكر بوده است.
نتايج مطالعات باليني
بيماريهاي قلبي- عروقي: بين محتوي فلاونوئيد رژيم غذايي و كاهش خطر بيماري قلبي ارتباط مثبت قوي وجود دارد. موادي مانند چاي، پياز و سيب حاوي فلاونوئيد هستند. همچنين مصرف كنندگان چاي سياه فشار خون سيستولي كمتري دارند.
اختلال عملكرد مغزي : خاصيت ضد اكسيداسيون پلي فنولهاي چاي سبز ممكن است در اختلالات مغزي يك اثر محافظتي داشته باشد.
اختلالات چربي: چاي معمولاً موجب كاهش چربيهاي خون مي‌شود اما در همه مطالعات نتايج يكساني حاصل نشده است.
اختلالات كليوي: پلي فنولهاي موجود در چاي سبز عملكرد كليه را در بيماران مبتلا به نارسايي مزمن كليه بهبود مي‌بخشند.
سرطان: در ژاپن خوردن حداقل ?? فنجان چاي در روز با كاهش خطر سرطان معده همراه بوده است. همچنين مطالعات مختلفي در ارتباط با تأثير مثبت چاي در پيشگيري از سرطان لوزالمعده، روده بزرگ، ريه و رحم انجام شده است.
پوسيدگي دندان: عصاره برگ چاي سبز داراي اثرات ضد ميكروبي است و از ايجاد پلاك و پوسيدگي دندان جلوگيري مي‌كند.
كاهش وزن: پلي فنولهاي چاي سبز فعاليت آميلاز بزاق(آنزيم تجزيه كننده قندها) را مهار مي‌كند. جالب است بدانيد كه چاي بدون داشتن عوارض خطرناك داروهاي كاهنده وزن ميتواند موجب كاهش وزن، اندازه دور كمر و تري گليسريد خون مبتلايان به چاقي شود.
موارد منع مصرف:

اعتقاد بر آنست که قبل و بعد از دريافت فرآورده‌هاي آهن و در شيرخواران نبايد از چاي سبز يا تركيبات پلي فنول آن استفاده نمود.
شواهد موجود حاكي از آنست كه مقادير بيش از ??? ميلي ليتر در روز با سوخت و ساز آهن تداخل نموده و موجب كم خوني مي‌شود. شواهدي مبني بر منع مصرف در حاملگي وجود ندارد با اينحال بايد با پزشك مشورت نمود. مصرف چاي سبز در دوران شيردهي توصيه نمي‌شود.
تداخلات دارويي:
افزايش اثر متي سيلين و بنزيل پني سيلين، تشديد اثر آسپيرين و ساير داروهاي
ضد انعقاد مانند وارفارين (ويتامين K موجود در چاي سبز ميتواند بر ضد اثرات وارفارين عمل نمايد).
عوارض:
مصرف بيش از حد كافئين كه در چاي سبز و بعضي از عصاره هاي آن وجود دارد در بعضي از افراد باعث علائمي مانند عصبانيت، بيخوابي و بيقراري مي‌شود.
توجهات ويژه:
چاي داراي مقادير كم سديم و مقدار زيادي پتاسيم است و از آنجا كه بيماران مبتلا به بيماري كليوي مرحله پاياني بايستي مصرف پتاسيم خود را محدود نمايند، بايستي به اين مسئله توجه نمايند. علاوه بر اين انواع چاي ممكن است موجب تحريك بروز آسم در افراد حساس شوند.
دانشمندان يكي ديگر از فايده هاي بالقوه سودمند چاي را كشف كرده اند و مي گويند كه ممكن است در مقابل بيماري پاركينسون از انسان محافظت كند.آنها يك ماده شيميايي ضداكسيداسيون (antioxidant) در چاي سبز كشف كرده اند كه از انسان در مقابل چندين نوع بيماري محافظت مي كند.متخصصان مصرف چاي سبز را به كاهش خطر ابتلا به سرطان سينه، لوزالمعده، روده، مري و ريه در انسان مربوط مي دانند.اين گياه حاوي ماده قدرتمند و ضداكسيداسيون "پلي فنول" است. ثابت شده است اين ماده در مقابل بيماري قلبي از بدن محافظت مي كند.
پژوهشهاي پيشين درباره حيوانات نشان داده بود كه عصاره چاي سبز مي تواند داراي خواص محافظتي در مقابل پاركينسون باشد، اما ساز و كار اصلي عامل محافظت روشن نشده بود.
با اين حال، دانشمندان آمريكايي در نشست سالانه "آكادمي عصب شناسي آمريكا" گفتند كه در درك عملكرد اين ساز و كار كه در آن "پلي فنول" با بيماري پاركينسون مقابله مي كند، پيشرفت هايي حاصل كرده اند.
اين بيماري با از بين رفتن سلول هاي مغزي توليد كننده "دوپامين" كه

حركات بدن را كنترل مي كند، همراه است.
محققان در "كالج پزشكي بيلور" در شهر هوستون دريافتند كه مواد ضداكسيداسيون موجود در چاي به مبارزه با راديكال هاي آزاد كمك مي كنند.
راديكال هاي آزاد به سلول هاي مغزي آسيب مي رساند و مي تواند در مواردي به پاركينسون منجر شود.
با اين حال اين پژوهش تنها درباره موش انجام شده است و هرچند داراي نتايج مثبت بوده است، اما دانشمندان مي گويد اكنون بايد پلي فنول را روي انسان آزمايش كرد.
كارشناسان مي گويند موفقيت آزمايش در موش ها مي تواند به آن معني باشد كه آن دسته از بيماران مبتلا به پاركينسون كه چاي سبز مي نوشند يا از كپسول پلي فنول استفاده مي كنند، احتمالا كمتر از سايرين از پيشرفت بيماري رنج مي برند.
يك سخنگوي انجمن بيماري پاركينسون در بريتانيا گفت كه در صورت اثبات تاثير چاي سبز در جلوگيري از پاركينسون در انسان، "بايد ميزان مصرف مورد نياز آن مشخص شود."
نكاتي مهم هنگام مصرف چاي
آيا خوردن چاي بعد از صرف غذا باعث از بين بردن آهن آن مي شود؟ و آيا بايد مدت زماني بعد از صرف غذا چاي خورد؟
از نظر علمي چاي داراي تركيباتي به نام تانن است كه مزه‌ي تلخ چاي را ايجاد مي كند. تانن‌ها با آهن ايجاد رسوب مي نمايند و اين رسوب به دليل درشتي ملكول و سنگيني، غير قابل جذب است. لذا در صورتي كه غذاي مصرفي داراي آهن بوده و بلافاصله بعد از آن چاي پُررنگ به مقدار زياد مصرف شود، از جذب آهن آن جلوگيري مي كند و بهتر است از چاي كم رنگ به ميزان كم و با اندكي زمان پس از صرف غذا، به خوردن آن مبادرت كرد.
ميزان مصرف چاي
چاي جزو گياهان خوراكي طبقه بندي شده است كه مصرف متعادل آن داراي عارضه‌ي جانبي نيست، ولي به دليل داشتن كافئين كه مي تواند تا 4 درصد وزن چاي را تشكيل دهد، مصرف بيش از حد آن مي تواند عوارضي را به دنبال داشته باشد. اين عوارض اكثراً مربوط به كافئين بوده و به دليل متغير بودن درصد كافئين در انواع چاي نمي توان عدد خاصي را براي حداكثر ميزان مصرف چاي در دنيا ذكر كرد. مثلاً گزارشي در مورد خانمي كه روزانه 65 گرم چاي (چاي خشك) را به مدت 5 سال مصرف نموده و دچار عوارض كبدي شده است وجود دارد. البته اين ميزان مصرف، بيش از ده برابر مصرف چاي در افراد ايراني است.

به‌طور كلي مصرف چاي در حد متعادل داراي عوارض جانبي نبوده و مي تواند فوايد بسياري را بر بدن اعمال كند.
چاي سبز باعث كاهش خطر ابتلا به سرطان مي شود.
اين آزمايش توسط كالج سلامت عمومي دانشگاه آريزونا و مركز سرطان آريزونا انجام گرفت. محققين اثر مصرف چهار خوراك 18 اونسي در روز از چاي سبز بدون كافئين؟ چاي سياه بدون كافئين؟ يا آب را براي مدت چهار ماه، روي 143 سيگاري قهار آزمايش كردند. نتيجه مطالعات نشان داد ميزان OHdG-8 كه نشان دهنده خسارت به DNA است؟ به ميزان تكان دهنده 31 درصد كاهش پيدا كرد. البته براي دو گروه ديگر نتيجه اين نبود.
اكسيده شدن DNA در كنار بيماريهاي قلبي عروقي از جمله عوامل ايجاد سرطان است. پلي فنل هاي چاي نه تنها آنتي اكسيدان هاي قوي هستند، بلكه همچنين بارورکننده فاز 2 آنزيم هاي سم زدا كه نتيجه اش از بين بردن بيش از پيش آسيب هاي وارده به DAN كه باعث كاهش خطر ابتلا به سرطان است، مي‌شود.
مسول اين آزمايش: ايمان حكيم دكتر و پروفسور مركز مطالعات سرطان در آريزونا و مدير گروه دانشگاه سلامت عمومي در دانشگاه آريزونا. بيماران مورد مطالعه مخصوصا سيگاري انتخاب شده بودند تا برسي فاكتورهاي سرطان زا در آنها راحت‌تر باشد.
محققين همچنين معتقدند كه فرآيند جداسازي كافئين از چاي؟ بيشتر چاي سياه را تحت تاثير قرار ميدهد تا چاي سبز را. به همين خاطر اكثر مواد موثره چاي سياه در اين آزمايش در فرآيند خارج سازي كافئين از دست رفته است.
تركيب شيميايي برگ چاي
مواد متشكله برگ چاي عبارتند از مواد سلولزي ، مواد صمغي ، دكسترين ، پكتين ، مواد چربي ، مواد مومي ، نشاسته ، قند ، اسيد گاليك ، اسيد اگزاليك ، كورستين ، مواد پروتئيني ، الياف ، مواد معدني ، تانن ، كافئين يا تئين ، تركيبات معطر و بالاخره دياستاز.
آب و هواي مطلوب چاي
درخت چاي جزء گياهان مناطق گرمسير مرطوب مي‌باشد يعني در نواحي كه معمولا مقدار گرما هيچگاه به صفر درجه نمي‌رسد و نزولات آسماني نيز ساليانه در حدود 1800 تا 2000 ميليمتر است. اين گياه تا اندازه‌اي مقاوم به سرما بوده و بدين ترتيب اگر سرما با برف همراه باشد بطوري كه برف بوته‌ها را بپوشاند تا 5درجه سرما را تحمل مي‌كند.
تنها عامل محدود كننده سطح كاشت چاي علاوه بر نوع خاك ، رطوبت هوا و مقدار بارندگي ساليانه محل كاشت مي‌باشد. رطوبت زياد مورد نياز بوته

چاي بيشتر در رطوبت هوا مي‌باشد تا رطوبت در خاك. از اين نظر زمين بايد نم باشد. اراضي سنگين و باتلاقي براي كاشت و دادن محصول به هيچ عنوان خوب نيست. رطوبت زايد در اطراف ريشه باعث پوسيدن آن شده و گياه را از بين مي‌برد.

خاك مطلوب چاي

بوته چاي گياهي است فرار از آهك بنابراين از نظر واكنش شيميايي چاي را بايد در خاكهاي ترش (اسيدي) كاشت. حد اسيديته خاك براي اين محصول در حدود 5.5 است و هر گاه PH از اين مقدار تجاوز كرد و يا كمتر شد بايد با وسايل مناسب ميزان اسيد خاك را به 5.5 رساند. هر گاه اسيدي خاك زيادتر از اين مقدار شد با دادن كودهاي قليايي و يا مخلوط كردن آهك به مقدار مناسب ميزان اسيدي خاك را اصلاح مي‌كنند.

هر گاه PH بيشتر از اين مقدار شد با مخلوط كردن مقداري گرد گوگرد كه ممكن است تا 600 كيلو در هكتار برسد اسيدي خاك را به حد لازم زياد مي‌كنند. مناسب‌ترين خاك براي كاشت چاي اراضي شني و رسي فاقد آهك يا هر ماده قليايي ديگر مي‌باشد كه مقدار زيادي مواد هوموس دارا باشد.

كود مورد استفاده

كودهاي ازته نشين بيش از هر نوع كود ديگر مورد استفاده قرار مي‌گيرد علاوه بر كودهاي ازته ، كليه املاح ازت و فسفر و پتاس نيز براي تقويت گياه لازم مي‌باشد و يكي ديگر از كودهايي كه از نظر قيمت نسبتا ارزان است و از نظر اصلاح خواص فيزيكي و شيميايي زمين نيز مورد توجه مي‌باشند كود سبز است. كود سبز علاوه بر اينكه توليد هوموس كرده و مقدار قابل توجهي ازت به زمين مي‌دهد همچنين در فصل تابستان كه تابش و حرارت آفتاب زياد است برگ بوته‌هاي چاي را از سوختن در مقابل آفتاب حفظ مي‌كند.

ازدياد درخت چاي

ازدياد نهال چاي به چند طريق انجام مي‌گيرد يكي بوسيله توليد مثل جنسي يعني با كاشت بذر چاي در خزانه و ديگري بوسيله غير جنسي كه عبارت است از ازدياد بوسيله قلمه و خواباندن شاخه و در بعضي موارد استثناي ازدياد بوسيله پيوند.

چاي در ايران

چاي منطقه خاورميانهپيشينه؟ مصرف چاي در ايران به سده هفدهم ميلادي مي‌رسد. جهانگردان از چايخانه‌هايي گفته‌اند كه بزرگان و توانگران در آن جا جمع شده و چاي مي‌نوشيدند.

محمد علي معروف به كاشف السلطنه چايكار، متولد ???? خورشيدي در تربت حيدريه، كه از دارالفنون و سپس از سوربن فرانسهِ فارغ‌التحصيل

شده بود، با عنوان ژنرال كنسول ايران در سال ???? خ. مأمور خدمت در هند شد. وي به عنوان سفير ايران در هندوستان در روزگار مظفر الدين شاه قاجار اولين فرد ايراني است كه با همت والاي خود و در نقش يك بازرگان به فراگيري شيوه؟ كاشت و مصرف در ايران و جهان پرداخت.وي با تلاش زياد و نبوق خود توانست نژادهاي خوب و مقوي چاي را كشف نموده و با زاد و ولد آنها نام خود را ماندگار نمايد.همچنين او شهر لاهيجان را به دليل وجود هواي مناسب براي كشت چاي انتخاب كرد. اين شهر امروز به عنوان مركز كشت چاي در ايران درآمده است. مقبره ي كاشف‌السلطنه در لاهيجان امروز به صورت گنجينه ي تاريخ چاي ايران در لاهيجان درآمده است. سهم ايران ? تا ?/? درصد از مصرف كل چاي جهان است.

در چند سال اخير صنعت چاي ايران دوره تلخي را پشت سر گذاشته كه به گواه دست اندركاران، در تاريخ صدساله صنعت چاي ايران بي سابقه‌است.

فرآوري و طبقه بندي

انواع چاي براساس نوع فرآوري خود قابل تمايز هستند. برگهاي بوته گياه چاي، اگربه سرعت پس از چيده شدن، خشك نشوند، پلاسيده و اكسيداسيون ميشوند.اين فرآيند مشابه با تبديل جو به مالت است، كه درآن نشاسته به انواع شكر تبديل مي‌شود؛ برگهاي آن به سرعت تيره مي‌شوند، و سبزينه آن تخريب شده و مواد جوهرمازو درآن آزاد مي‌شود. گام بعدي در فرآوري، متوقف ساختن روند اكسيداسيون درمرحله‌اي ازپيش تعيين شده و از طريق زدودن آب برگها با حرارت دادن آنها مي‌باشد.

اصطلاح «تخمير»(احتمالاًبه وسيله پرورش دهنده گان انگور، تاك) براي تشريح اين فرآيند بكاربرده شده، و حتي درمواردي كه هيچگونه تخمير واقعي (يعني اين فرآيند با مخمر انجام نگرفته و اتانول هم توليد نشود) صورت نگرفته باشد، استعمال شده‌است.اما، بدون كنترل دقيق رطوبت و دما، قارچ‌ها بروي سطح چاي رشد مي‌كنند. قارچها سبب تخميرواقعي در چاي مي‌شوند كه سبب آلودگي چاي با مواد سمي و سرطان زا گشته، كه درنتيجه آن چاي را بايد دور ريخت.

ازلحاظ سنتي، چاي براساس درجه و دوره تخميرشدن (اكسيداسيون) برگها، به گروه‌هاي زير طبقه بندي مي‌شود: ؛ چاي سفيد: برگهاي تازه (جوانه‌ها) كه تحت عمل اكسيداسيون قرار نگرفته اند؛ شكوفه‌هاي چاي را براي جلوگيري از تشكيل سبزينه (كلروفيل) ازنورخورشيد مي‌توان دورنگهداشت. چاي سفيد نسبت به ديگر انواع چاي در مقادير كمتري توليد مي‌شود و مي‌تواند از همان نوع چاي كه با روشهاي ديگر توليد شده ازلحاظ قيمت نسبتاً گرانتر تمام شود. اين نوع چاي دركشورهاي ديگر به

غيراز چين، كمتر شناخته شده‌است، اگرچه اين شناخت با عرضه چاي سفيد به شكل كيسه‌اي، و نيز چاي سفيد سرد و فوري، بيشتر شده‌است. ؛ چاي سبز: فرآيند اكسيداسيون پس از گذشت زمان اندكي از طريق حرارت؛ يا با بخار، كه يك روش سنتي ژاپني است؛ يا به وسيله بو دادن آن در تابه‌هاي داغ، به عنوان يك روش سنتي چيني متوقف مي‌شود. برگهاي چاي را مي‌توان به شكل برگهاي جداگانه يا تبديل شده به حبه كه براي توليد چاي باروتي استفاده مي‌شود، براي خشك كردن كنارگذاشت. فرآيند اخير، زمان بر بوده و به عنوان نمونه تنها براي چاي‌هاي سياه pekoe با كيفيت بالا استفاده مي‌شود. چاي يك يا دو روز پس از چيدن، فرآوري مي‌شود. ؛ چاي اولانگ ((Oollong: عمل اكسيداسيون در حدفاصل بين استانداردهاي زماني مربوط به چاي سبز و چاي سياه متوقف مي‌شود. فرآيند اكسيداسيون دو تا سه روز به طول خواهد انجاميد. ؛ چاي سياه|چاي قرمز: مي‌گذارند برگهاي چاي بطور كامل اكسيده شود. چاي سياه در بيشتر نقاط جنوب آسيا (هند، سريلانكا، بنگلادش، پاكستان و غيره)، و نيز درقرن اخير دربسياري ازكشورهاي آفريقائي از جمله كنيا، بروندي، روآندا، مالاوي و زيمبابوه متداول بوده‌است. ترجمه لغت به لغت عبارت «چاي قرمز» را درزبان چيني، مي‌توان براي عاشقان چاي بكار برد. چيني‌ها آن را «چاي سرخ» مي‌نامند زيرا رنگ مايع دم كرده آن سرخ است. غربيها هم آن را «چاي سياه» مي‌گويند چون برگهاي چايي كه معمولاً دم مي‌كنند به رنگ مشكي است. اما چاي قرمز به Rooibos نيز اشاره مي‌كند، كه يك ماده دم كردني گياهي tisane رايج درآفريقاي جنوبي محسوب مي‌شود. فرآيند اكسيداسيون از حدود دو هفته تا يك ماه طول خواهد كشيد. چاي سياه در طبقه بندي ديگر به عنوان چاي«ناب» ((orthodox يا "CTC" (خرد، پخش و به هم پيچيده، روش توليدي كه درسال????ابداع شده‌است) مطرح مي‌شود. چاي‌هاي سياه غير مخلوط نيز از طريق مكان، زمان و فصل (اول، دوم، يا پاييز) توليد خود شناخته مي‌شوند. چاي‌هاي ناب و CTC طبق كيفيت برگ پس از توليد و براساس سيستم Orange Pekoe نيز درجه بندي مي‌شوند. ؛ پوئر((Pu-erh:(در فلات كانتون چين به عنوان پولي(polee) نيز خوانده مي‌شود)، دو نوع از اين چاي وجود دارد، «خام» و «رسيده». نوع خام يا سبز آن را مي‌توان بلافاصله مصرف نمود يا گذاشت تا رسيده تر شود. طي فرآيند رسيدن گياه چاي، چاي متحمل عمليات تخمير ثانويه و ميكروبي (باكتريايي) مي‌شود. پوئر رسيده از از برگ سبز چاي ساخته مي‌شود كه بطور مصنوعي اكسيده مي‌شود تا به طعم فرآيند رسيدن طبيعي خود نزديك شود. اين عمل تحت فرآيند مشابهي كنترل مي‌شود تا آنها را با هم درآميخته نمايد كه درآن هم رطوبت و هم دماي چاي بطور دقيقي تحت نظارت قرار مي‌گيرد. هردو نوع چاي پوئر معمولاً به

اشكال مختلفي متراكم مي‌شوند ازجمله قالبي، قرص مانند، كاسه‌اي شكل يا قارچ مانند. درحالي كه بيشتر انواع چاي درهمان سال اول توليد خود، مصرف مي‌شوند، اما چاي پوئر را براي بهبود طعم آن مي‌توان دِيرتر مصرف كرد و نوع خامش را بين ?? تا?? سال و نمونه رسيده اش را بين?? تا ??سال نگهداري نمود، اگرچه كارشناسان و طرفداران آن درمورد دوره زماني بهينه توقف فرآيند رسيده شدن چاي با هم اختلاف دارند. بيشتر اوقات، پوئر رابراي مدت ?دقيقه درآب جوش خيس مي‌كنند. علاوه براين، برخي از ساكنان تبت از پوئر را با كره گاو كوهاندار تبتي((Yak، شكر و نمك مِي جوشانند و چاي كره گاوي كه بسيار مقوي هم هست را تهيه مي‌كنند. چاي‌هايي كه همچون پوئر و ليوبائوLiu bao بر روي آنها اكسيدآسيون ثانويه واقع مي‌شود، در چين به عنوان چاي سياه شناخته مي‌شوند. اين را نبايد با اصطلاح انگليسي چاي سياه اشتباه گرفت كه درچين به آن چاي قرمز مي‌گويند. ؛ چاي زرد: يا تحت نام چاي باكيفيت در]] دربار سلطنتي [[استفاده شود، و يا چاي مخصوصي مشابه با چاي سبز، اين نوع چاي مرحله كند تري از خشك را سپري مي‌كند. ؛ كوكيچا (Kukicha): همچنين چاي زمستان نيز ناميده مي‌شود، كوكيچا از شاخه‌هاي كوچك و برگهاي كهنه و هرس شده گياه چاي طي فصل زمستانه و با برشته سازي برشته سازي خشك، عمل مي‌آيد. اين ماده به عنوان يك غذاي سالم در ژاپن و نيز در رژيمهاي افزايش طول عمر بطور رايجي مصرف مي‌شود. ؛ ژنمايكا(Genmaicha): درزبان ژاپني به معناي چاي برنج قهوه‌اي رنگ است، آن چاي سبزي است كه با برنج خشك قهوه‌اي برشته شده (برخي اوقات برنج بوداده) تركيب مي‌شود، و در ژاپن بسيارمتدام بوده اما درچين هم مصرف مي‌شود. ؛ چاي گل (عطري): چاي‌هايي كه با گلها فرآوري يا دم مي‌شوند؛و هرنوع گلي هم براي گونه خاصي ازچاي همچون چاي سبز يا سرخ، استفاده مي‌شود. معروفترين چاي عطري، چاي ياسمن (هيوآنگ پين در فلات كانتون، هوآچا كه نوعي درخت گل در ماندارين چين است) يا چاي سبز يا اولانگ معطر (يا دم شده) با گلهاي ياسمن است. گلهاي رز، سدر، ليچي (Lychee)، گل Osmanthus، وگل داوودي نيز جزو گلهاي رايج مورد استفاده در اين نوع چاي هستند.

منابع :


چاي http://daneshnameh.roshd.ir
چاي كوهي http://fa.wikipedia.org
انواع چاي و خواص آن‌ها http://ylym.wordpress.com
خواص و انواع چاي http://aftab.ir
چاي http://www.senmerv.com
فواید چاي سیاه http://weblog.azemat.com

چاي http://fa.wikipedia.org
انواع چاي http://www.parsiteb.com

روغن زيتون پرمايه

روغن زيتون را در آوندي مسين اما مس قبرسي بريزند و بر آتش بگذارند كه آنقدر بجوشد تا مانند عسل پرمايه گردد كار افشره فليزهره را مي كند و از آن بهتر است .
سر :اگر آن را با آبغوره بپزند تا ببندد و بر دندان كرم خورده بگذارند آن را بر مي كند .
چشم : گاهي با داروهاي تركيبي چشم بكار مي رود .
اندام هاي راننده :تا كهنه تر باشد براي اندام هاي دروني بهتر است . وارد كردن به نفع معده و زخم زهدان است .
مفاصل :روغن زيتون غليظ شده نو كه نپخته باشد ، سائيده اش را بر نقرس بريزند مفيد است و درد مفاصل را از بين مي برد .

آهن

سه نوع آهن هست شاپورگان ،برماهن و فولاد .
خاصيت :زنگ آهن گيرنده است و خورنده .چرك آهن از چرك هر آلياژي خشكاننده تر مي باشد .
ورم و جوش :زنگ آهن با آب انگور كهنه را بر جمره و ساير جوش ها بمالند مفيد است .
مفاصل :زنگ آهن با آب انگور كهنه را بر نقرس بمالند مفيد است .
سر :آهن را در سركه بسيار تند بجوشانند آن سركه در مداواي ريم و چرك هميشگي گوش بسيار مفيد است .
چشم :زنگ آهن در مداواي زبر شدن پلك و ناخنه مفيد است .
اندام هاي غذا :آهن سرخ شده را در آب فرو كنند و آن آب را با آب انگور كهنه مخلوط نمايند در علاج آماس طحال ، سستي و ناتواني معده بسيار سودمند است .
سونش آهن مواد آبكي را اسهال مي دهد ليكن در اين باره سونش مس از آن مؤثرتر است .زنگ آهن گيرنده است (قبض ).
اگر آن را بردارند خونريزي زهدان را بند مي آورد .زنگ آهن بواسير را خشك مي كند .آهن سرخ شده را در آب انگور كهنه فرو كنند آن آب انگور اسهال مزمن را بند مي آورد ،سستي مقعد و خونريزي زنانه را علاج مي كند و شهوت انگيز هم هست .

## خواص دارويي رازيانه

رازيانه با نام علمي Foeniculum vulgare Mill گياهي چند ساله است كه به دو صورت وحشي و زراعي در ايران ديده مي شود. به طور كلي تمام قسمت هاي گياه خاصيت درماني دارد، اما بيشترين قسمت مورد استفاده آن بذر است كه حاوي روغن اسانس فرار است و مهمترين تركيب شيميايي آن آنتول است كه بيشترين خواص اين گياه مربوط به اين تركيب است. از طرفي ديگر مزه شيرين رازيانه مربوط به وجود آنتول و استراگول در آن مي باشد.
از دم كرده ميوه براي درمان دل درد در كودكان استفاده مي شود. مواد موثره اين گياه سبب افزايش ترشح شير در مادران مي شود.
اسانس رازيانه در صنايع داروسازي، نوشابه سازي، صنايع غذايي، آرايشي و بهداشتي مورد استعمال فراوان دارد.
رازيانه Foeniculum vulgare گياهي است ديپلوئيد n2=22 و از مهمترين و قديمتيرين گياهان دارويي ايران، منشاء آن مديترانه و متعلق به خانواده چتريان (Apiaceae) مي باشد. ظاهر كلي رازيانه مخصوصا از نوع برگ بي شباهت با شويد نيست ولي بوي مطبوع و معطر و ساقه مرتفع و ريشه ضخيم گياه به سهولت آن را از شويد متمايز مي سازد. گل هاي آن زرد رنگ و مجتمع به صورت چتر مركب است. قسمت مورد استفاده رازيانه، ريشه، برگ و ميوه آن است ولي معمولا كليه قسمت ها مورد استفاده قرار مي گيرد.
در افسانه هاي قديمي آمده است كه مارها در زمان پوست اندازي چشمان خود را با ماليدن به رازيانه قوي مي نمايند، از اين روي بود كه مردم براي رازيانه اثر تقويت كننده نيروي بينايي قائل بودند و حتي هنوز هم كه قرن ها از آن روزگار مي گذرد، مردم به آن معتقد هستند. جالينوس حكيم از مصرف آن در تهيه غذاها صحبت نموده است و در قرن پنجم براي آن اثر مسكن سرفه قائل بودند. اسانس رازيانه حاوي آنتول، استراگول، متيل اوژنول، فلاندرن، آلفاپينن، فنچون و ... مي باشد. آنتول موجود در اسانس رازيانه اثر فعال كننده مراكز عصبي مغزي را دارد. طعم ميوه رازيانه معطر، كم و بيش با بوي ملايم و به حالت تازه ناپسند است.
جدول زير تاثير عناصر غذايي در عملكرد ميوه و مقدار اسانس ميوه رازيانه را نشان مي دهد.
عناصر غذايي (كيلوگرم در هكتار)
عملكرد ميوه
% اسانس

(در وزن خشك گياه)
ازت
اكسيدفسفر
اكسيدپتاس
تن در هكتار
درصد
---
---
---
206/1
100
27/4
40
80
40
206/1
132
42/4
40
80
40
909/1
158
26/4
40
120
40
202/2
160
26/4
60
120
40
71/1
135
01/4

استخراج اسانس رازيانه
جهت استخراج اسانس ابتدا 100 گرم از بذر گياه آسياب شده سپس به مدت 4 ساعت با استفاده از روش تقطير با آب اسانس گيري و درصد آن تعيين گرديد. سپس بايد در شرايط دور از نور نگه داري شود. مقدار اسانس بذر بين 01/2 تا 01/6 درصد گزارش شده است كه بسته به شرايط اقليمي متفاوت است. اسانس حاصل از ميوه رازيانه مايعي سيال و بي رنگ يا به رنگ زرد كمرنگ است و واكنشي خنثي در مقابل تورنسل دارد (6). وزن مخصوص اسانس رازيانه در دماي 15 درجه سانتي گراد بين 95% تا 98% (بر حسب محل رويش گياه) متفاوت مي باشد و به مقدار بسيار كم در آب محلول است. بو و طعم آن ملايم و معطر است. بر اثر كهنگي و به مرور زمان رنگ قهوه اي پيدا مي كند به همين دليل بايد در ظروف كاملا در بسته، در محل خنك و هم چنين دور از نور و روشنايي نگه داري شود.
خواص و كاربرد دارويي رازيانه:
طبع رازيانه گرم و خشك است. تخم آن گرمتر از برگ آن و ريشه آن گرمتر از ساير اعضاي آن است (7).
در طب سنتي رازيانه به عنوان ضد نفخ، مدر، دفع كننده سنگ هاي كليه و مجاري ادراري ، افزايش دهنده شير مادران مورد استفاده قرار مي گيرد (9).
در چين از جوشانده تهيه شده از گياه به عنوان ضد قي و آشفتگي استفاده مي شود و براي فتق و براي ازدياد بينايي چشم مفيد است (14). براي ازدياد ترشح شير مفيد است به طوريكه دم كرده 10-4 كيلوگرم تخم رازيانه در 4-3 فنجان آب جوش مي تواند خيلي موثر باشد. براي رفع اسم و سرفه چند گرم تخم را در يك فنجان آب جوش ريخته به مدت 15 دقيقه دم مي كنند و بعد از اضافه كردن عسل به آن، آن را مي خورند. دم كرده بذر رازيانه با زيره سبز براي رفع اسهال و تقويت معده با عسل و سكنجبين براي تب هاي كهنه مفيد است. از دم كرده تخم آن براي تحليل بادها، درد پهلو و لگن خاصره، رفع بلغم ترش، رفع اسهال مزمن، استفاده مي كنند (7).
ريشه رازيانه ديورتيك است. اثر مدر قوي دارد. اوره و اسيد اوريك را دفع مي كند. به علاوه اشتها آور است. ريشه به علت مدر بودن در موارد كمي دفع ادرار، سنگ كليه، نفريت و بيماري¬هايي نظير آن مصرف مي شود زمان جمع آوري ريشه بايد در اواخر پاييز باشد. (8).
تنتور رازيانه براي مشكلات گوارشي مصرف مي شود، مي توان ان را با ملين¬هايي نظير ريواس يا سنا براي رفع قولنج نيز تركيب كنيد (15). دم كرده ريشه رازيانه (تازه آن موثر از خشك آن است) به اندازه يك قاشق

سوپ خوري براي يك ليوان آب كوچك براي مدر مفيد است مدت دم كردن بايد 15 دقيقه باشد (7).
در فرانسه براي رفع سنگ مثانه يك مشت كاكل ذرت را در يك ليتر آب جوشانده، سپس دو قاشق چاي خوري تخم رازيانه ريخته و دم مي كنند. بعد از دم كردن مي گذارند تا سرد شود و 2-3 فنجان از اين دم كرده در روز مي خورند آثار مفيدي دارد (7).
از برگ خام و تازه آن به عنوان چاشني براي غذا و سبزي استفاده مي كنند. البته زمان جمع آوري براي برگ ها بايد قبل از گلدهي باشد. (4).
عصاره روغني حاصل از دانه را براي ناراحتي هاي گوارشي تجويز مي كنند. به عنوان خلط آور ملايم براي سرفه ها و ناراحتي هاي تنفسي هم مفيد است (15).
ساير موارد استفاده :
رازيانه به عنوان يك عامل طعم دهنده در مخلوطهاي چاي و فراورده هاي غذايي نيز به كار مي رود. روغن رازيانه را مي توان به عنوان يك جز آنتي سپتيك در خمير دندان ها، دهان شويه ها، به عنوان يك تركيب در فراورده هاي پوستي چون ضد چين و چروك (an tincurinkle) و ضد پيري، فراورده هاي سلوليت، صابونها، پاك كننده ها، كرم ها، لوسيونها و مواد خوشبو كننده به كار برد (4).
فرآورده ها
ميوه رازيانه به صورت جوشانده ، شربت (همراه با عسل) ، عصاره مايع، اسانس و قرص براي مصارف داخلي به كار مي رود. از جوشانده و عصاره يا اسانس براي مصارف موضعي هم استفاده مي شود.
برخي از فراورده هاي حاوي رازيانه در ايران عبارتند از: قطره آنتي ميگرن، قطره آوي پكت، قطره توسيون ، شربت تيميان ، پودر جنرال تونيك، قرص جويدني مكيدني رازين، گرانول رگليس معطر، قرص سنامين 5/7 ، قطره سنكل ، قطره و كپسول شير افزا، قطره فنلين، پودر كارمين، محلول خوراكي كارواي ميكسچر، پودر كار مينا تيف، محلول خوراكي گريپ واتر، قرص جويدني، مكيدني مفتازين، لوسيون تقويت مو، سنيره و برخي از بخورها(9).
موارد مصرف برخي داروها
- جنرال تونيك: مجموعه اي از ميوه و ريشه چند گياه دارويي است كه جهت تقويت عمومي بدن، افزايش اشتها و ترميم قوا در دوران نقاهت بيماري ها استفاده ميشود. همچنين به عنوان مكمل غذايي كودكان، سالمندان و زنان باردار و شيرده كاربرد دارد. در تهيه اين دارو از عصاره رازيانه استفاده مي شود (16).
- قرص روكشدار ژارسنامين 5/7: در درمان يبوست هاي غير انسدادي و

يبوست هاي مزمن به عنوان ملين و با مقادير معين به عنوان مسهل تجويز مي¬گردد.
آثار فارماكولوژي و مكانيسم اثر: اثر ملين داروهاي محتوي آنتراكنيون براي سالهاي زيادي است كه به خوبي شناخته شده است . به نظر مي رسد كه گليكوزيدهاي آنتراكنيون در دستگاه گوارش جذب شده و آگليكون آزاده شده در حين متابوليسم و ترشح به روده بزرگ منجر به تحريك و افزايش حركات پرسيتالتيك روده مي شود. سنوزيدهاي A و B و متابوليت هاي طبيعي آنها سيندين A و B بخصوص روي روده بزرگ اثر كرده و تخليه روده را تسهيل مي سازد.
عوارض جانبي: مصرف بيش از حد از ميزان دستور ممكن است باعث دل پيچه شود.
مقدار مصرف: بزرگسالان به عنوان ملين 2-1 قرص و به عنوان مسهل شبها 4-2 قرص
كوكان 12-8 ساله نصف مقادير فوق
كودكان كمتر از 6 سال مصرف شربت سنا توصيه مي گردد.
توجه: مصرف در زنان حامله و شيرده توصيه نمي شود.
- قطره و كپسول شير افزا: جهت افزايش ترشح شير در مادران شيرده استفاده مي شود كه عصاره رازيانه در آن به مقدار 15 ميلي ليتر استفاده شده است.
- قرص شيكوريدين اين قرص يك مقوي اشتها آور، افزايش دهنده ترشح صفرا و دفع آن، نيرو بخش ، ترميم كننده كمبودهاي تغذيه اي و تامين كننده املاح معدني لازم مي باشد، اين مواد سوخت و ساز مواد قندي را در بدن تقويت و اشتها را افزايش مي دهد.
- ماسك هاي صورت: اين ماسك ها در تهيه آن ها از چندين گياه استفاده مي شود. داراي خاصيت ضد عفوني كننده، قابض، مرطوب كننده، نرم كننده، تقويت كننده (Tonic) است و موجب ضد عفوني شدن پوست و تغذيه سلولهاي آن مي گردد.
- قرص مكيدني رازين: جهت درمان التهابات گلو در سرماخوردگي و سرفه مورد استفاده قرر مي گيرد كه در فرمول آن رازيانه نقش بسزايي دارد.
- روغن و اسانس رازيانه همراه با قطره آويشن، اكاليپتوس وروغن رازيانه در 25 ميلي ليتر روغن آفتاب گردان يا روغن بادام براي رفع شكايت سينه مفيد است (15).
هشدارها و موارد احتياط:
در اختلالات كبدي بايستي از مصرف دوزهاي بسيار زياد روغن رازيانه اجتناب نمود. افراد ديابتي بايستي در مورد وجود قند در شربت رازيانه و عسل محتوي رازيانه آگاه گردند(9).

رازيانه يك محرك انقباض رحم است. در دوران بارداري از مصرف زياد پرهيز نمائيد. (15)

عوارض حساسيتي:

واكنش هاي حساسيتي در پوست و دستگاه تنفس گزارش شده است. با توجه به مصرف رازيانه، اين گياه بايد تنها پتانسيل حساسيت زاي بسيار محدودي داشته باشد. درصدي از بيماران حساس به كرفس نسبت به رازيانه هم واكنش هاي حساسيتي نشان مي دهند. سندرم كرفس – هويج – برنجاسف به خوبي در اروپا شناخته شده است. براي مثال افراد حساس به هويج ممكن است نسبت به ساير گياهان يا چاشني هاي غذايي خانواده چتريان (Umbelliferae) نيز واكنش هاي حساسيتي داشته باشند (9).

فعاليت استروژنيك و اثرات وابسته به آن

رازيانه فعاليت استروژني دارد و جريان شير را زياد مي ند.

امروزه از رازيانه نيز استفاده مي كنند براي افزايش شير بزها به طوريكه از باقيمانده تفاله بعد از تقطير به عنوان مكمل در جيره غذايي دام در جهت افزايش توليد شير استفاده مي¬شود (4).

موش هاي شيرده كه با رازيانه تغذيه شدند نوزادادي به دنيا آوردند كه در مقايسه با گروه كنترل به طور قابل توجهي مقادير زيادتري از غذاي حاوي رازيانه مي خورند. اين موضوع نشان داد كه طعم (و حداقل برخي ازاجزاي شيميايي) رازيانه وارد شير مادر مي شود(9).

قاعدگي دردناك اوليه

به منظور مقايسه اثر اسانس رازيانه شيرين با مفناميك اسيد در دوران قاعدگي دردناك اويه، 30 خانم 15 تا 24 ساله مبتلا به ديسمنور، اوليه، متوسط تا شديد در 3 دوره قاعدگي مورد بررسي قرار گرفتند. در دوره اول هيچ دارويي تجويز نشد (دوره كنترل)، در دوره دوم بيماران تحت درمان با مفناميك اسيد (250 ميلي گرم در هر 6 ساعت) و در دوره سوم تحت درمان با اسانس رازيانه 2% (25 قطره هر 4 ساعت) قرار گرفتند. نتايج اين مطالعه نشان داده كه در مقايسه با دوره كنترل، هر دو دارو به صورت موثري درد قاعدگي را برطرف نمودند. زمان متوسط شروع اثر براي مفناميك اسيد 06/46 5/67 دقيقه براي رازيانه 9/48 75 دقيقه بود كه از نظر آماري معني دار نبود (P=57/0) .

درروزهاي دوم و سوم قاعدگي مفناميك اسيد اثر قوي تري نسبت به رازيانه داشت. با اين حال در ساير روزهاي قاعدگي بين دو دارو اختلاف معني داري گزارش نشد. اما، 5 مورد از بيماران به علت بوي رازينه از مطالعه خارج شدند و يك مورد نيز افزايش خفيف مقدار خونريزي ماهيانه ناشي از مصرف رازيانه گزارش گرديد. محققين نتيجه گرفتند مي توان از رازيانه به عنوان يك داروي گياهي ايمن (Safe) و موثر براي قاعدگي

دردناك اوليه استفاده نمود (9).
تداخلات دارويي:
در انسان تداخل بين روغن رازيانه و ساير داروها قابل انتظار نيست. كاربرد پوستي دم كرده رازيانه در انسان موجب تشديد التهاب ناشي از روغن موستارد، اشعه ماوراء بنفش يا تزريق زير جلدي توبركومين مي شود (9).
منابع و ماخذ
1- مظفريان، ولي الله. 1375. فرهنگ نام هاي گياهان ايران. موسسه فرهنگ معاصر.
2- قهرمان، احمد. 1373 . كورموفيت هاي ايران. نشر دانشگاهي . ص 764.
3- اميد بيگي، رضا. 1379. رهيافت هاي توليد و فراوري گياهان دارويي(2). ققنوس. صص 78-70
4- مداح . مهردخت. 1379. پايان نامه كارشناسي ارشد. بررسي تاثير پرتوهاي فرابنفش بر روي ويژگي هاي ترشحي و تكويني اندام هاي رويشي و زايشي و مقدار نوع اسانس گياه رازيانه .
5- ميرزا، مهدي. سفيدكن، فاطمه . احمدي، لطيف. 1375. اسانس هاي طبيعي. موسسه تحقيقات جنگلها و مراتع.
6- سفيدكن، فاطمه. 1380. تحقيقات گياهان دارويي و معطر ايران (10). موسسه تحقيقات جنگلها و مراتع.
7- مير حيدر، حسين. 1380. معارف گياهي. دفتر نشر فرهنگ اسلامي
8- بيگدلي، محسن. 1384 . كشت و اهلي كردن 5 گونه گياهي كوچك سفيد . زيره سبز- كاسني- رازيانه و اسفرزه در استان تهران.
9- بخردي، رضا. 1383 . گياه درماني نوين. مترجم . صص 73-61
10- جايمند، كامكار. رضايي، محمد باقر. 1380 . تحقيقات گياهان دارويي و معطر ايران (9). موسسه تحقيقات جنگل ها و مراتع ص 27 .
11- رجحان، محمد صادق . 1381. درمان به وسيله گياهان دارويي. موسسه تحقيقات جنگلها و مراتع.
12- فلاحتگرليش، آريا. 1382 . گياهان دارويي. لاهيجي. صص 153-151.
13- شريفي عاشور آبادي، ابراهيم. گزارش نهايي طرح تحقيقات بررسي كودهاي آلي و شيميايي بر عملكرد كمي و كيفي رازيانه.
14- آيينه چي، يعقوب. مفردات پزشكي و گياهان دارويي ايران. دانشگاه تهران. ص 328.
15. Penelope ody Mnimh, The herb society’s complete medicinal herbal, Do rling limited, Lodon, 1993.
منبع:سايت طوبي

نسخه هاي شفا بخش آفتابگردان

اندامهاي مورد استفاده آفتابگردان برگ و دانه ي آن است.برگهاي آفتابگردان ازبذر كاشته شده هفت روزه به دست مي آيند كه در عمق 2/5 سانتي متري خاك كاشته مي شوند.از نظر مواد غذايي بسيار فني هستند و داراي كلروفيل و ويتامين هاي A،B1،B2،B3يا نياسين و ويتامين C و موادهاي معدني كلسيم ـ منيزيم ـ پتاسيم و مواد آلي پروتئين است.عصاره ي اين گياه كيسه ي صفرا،كبد،گردش خون،لنفها و قلب را تقويت مي كند و به خاطر داشتن كلسيم خاصيت نرم كنندگي و پاك كنندگي دستگاه گوارش را دارد.جهت آب گرفتن بهتر است از برگهاي تازه سبز تيره رنگ استفاده شود.برگ آفتابگردان را نيز مي توان از مزارع تهيه نمود.
منبع:خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

نسخه هاي شفابخش هندوانه

هندوانه داراي طبيعتي سرد است و عطشهاي مفرط را فرو مي نشاند و از نظر خواص داروئي كم كننده ي حرارت بدن است.يرقان را از بين مي برد. براي سرفه هاي رطوبتي مفيد است.گلو درد ها و التهابهاي كليوي و كبدي و تبهاي گرم مزاج را فرو مي نشاند.آب هندوانه در رفع سوزشهاي ادرار و زردي يا قرمزي ادرار و سوزشهاي دهان و دست و پا و پهلو درد و مرض قند و نفخ و باد معده و روده وسنگ كليه و خارش بدن مؤثر است.هندوانه و پوست آن ويتامين A فراوان و پتاسيم دارد.هندوانه مقدار كمتري از ويتامين ها و مواد معدني و كلروفيل را دارا است.اگر هندوانه را همراه با پوست و دانه هايش آب بگيريم مقدار بيشتري مواد معدني و ويتامين و كلروفيل از آن به دست مي آوريم.تا اينكه فقط قسمت قرمز دروني مصرف كنيم و بدين طريقازشدت شيريني غليظ آن كاسته مي شود.
آب هندوانه پاك كننده ي بسيار خوب كليه ها و كيسه صفرا مي باشد.هندوانه ادرار را زياد مي كند و باعث دفع سنگ كليه ومايعات اضافي از بدن مي گردد.آب هندوانه همچنين با مقدار زيادي از آنزيمها همراه است.آب هندوانه را در تمام طول روز و همه روزه در بين غذاها و يا قبل از خواب مي توان مصرف نمود.حتي مي توان آب هندوانه را در يخچال منجمد كرد و مدتها جهت مصرف نگه داري نمود.آب هندوانه بدن افراد لاغر و خشك مزاج را مرطوب مي سازد.قند هندوانه موسوم به ساكارين است.درآب آن اسيد آمينه اي بنام سيترول وجود دارد.مغز دانه هندوانه داراي اسيدهاي چرب اشباع نشده مانند اسيد اولئيك و اسيد لينولئيك وغيره مي باشد.كه علاوه بر مصرف غذايي موارد استفاده ي داروئي نيز دارد.مصرف زياد هندوانه براي افراد سرد مزاج مضر است، به معده و طحال آنها آسيب وارد مي سازد و درد مفاصل ايجاد مي كند.
منبع:خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

نسخه هاي شفابخش هويج

آب هويج سلطان آب ميوه هاست و مقدار بسيار زيادي ويتامين D،E،K،A،B و مواد معدني كلسيم،فسفر،آهن، پتاسيم، سديم و غيره دارد.
مواد قلياييِ كلسيم و منيزيم موجود در آب هويج ديواره ي روده ها را نرم و دندانها و استخوانها را محكم مي سازد.پوست و مو و ناخنها را از پروتئينها و مواد معدني سازنده ي آنها غني مي سازد.و به دفع ادرار كمك مي كند.اما مهمترين خاصيت آن پاك كنندگي كبد است.آب هويج باعث تقويت چشمها مي شود و براي امراضي مانند كم خوني، ديابت و چربي خون بسيار مفيد است و فعاليت روده ها را تنظيم مي كند.ضد انگل و آرامبخش و نرم كننده و افزايش دهنده شير مادران مي باشد.آب هويج رنگ چهره را باز مي كند،رفع اسهال مي نمايد.و براي روماتيسم و تبهاي روده اي،كم اشتهايي، زخم معده و جلوگيري از پيري پوست مفيد است.ماده بتاگاروتن موجود در هويج محافظ سلولهاي بدن بوده باعث تقويت سيستم مصون ساز بدن مي شود و بدن را در مقابل بروز بيماري هاي مختلف مقاوم مي كند.هويج موجب دفع سموم از بدن مي شود و ضد سرطان است.مالش آب هويج به صورت از چين و چروك آن جلوگيري مي كند. خوردن آب هويج باعث تقويت ديدها مي شود و براي اشخاصي كه تنگي نفس دارند مفيد است.مشكلات دستگاه گوارش را مرتفع، چاقي و لاغري را برطرف و وزن بدن را متعادل مي سازد.آب هويج در رشد كودك موثر است.
مخلوط آب هويج با آب اسفناج بسيار مقوي است.مصرف منظم آب هويج به دفع صفراهاي كهنه و چربيها از كبد كمك مي كند.هنگامي كه چربي پايين مي رود كلسترول بدن نيز پايين مي آيد.مصرف آب هويج بايد محدود باشد چونكه حاوي مقدار زيادي ويتامين A است و مصرف زياد ويتامين A ايجاد مسموميت و عفونت كبد مي كند.مصرف زياد به مدت طولاني باعث گرايش رنگ چهره به زردي است.مقدار مصرف ايده آل حدود پنج الي شش ليوان در هفته است آب هويج را به خاطر داشتن طعم و بوي مطبوع مي توان با عصاره هاي ديگر گياهان مخلوط نموده و مصرف نمود.
هر كيلو هويج 500-350 گرم آب مي دهد.
منبع:منبع:خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

نسخه هاي شفا بخش هلو

هلو از تيره گل سرخ است.ميوه هلو نيز مورد علاقه ي همگان مي باشد.در آب گيري آب غليظي مي دهد كه مي بايست با آب معمولي رقيق شود.
هلو مقدارفراواني ويتامين A دارد.همچنين حاوي ويتامينهاي C،B2،B1 نياسين و مواد معدني شامل كلسيم،آهن،فسفر،پتاسيم و سديم مي باشد.
هلو روده ها را شستشو مي دهد،سبب تحريك حركتهاي موجي شكل روده ي بزرگ مي گردد. عمل دفع را آسان و يبوست را برطرف مي سازد.آب هلو به طور موفقيت آميزي در رفع مشكلات زمان بارداري زنان مثل كسالت صبحگاهي و ديگر موارد كمك فراوان مي كند.جهت آبگيري هلوهاي كمي سفت و تيره رنگ بهتر هستند.از انتخاب هلوهاي سبز اگرچه بعد از چند روز نرم مي شوند مي بايست صرفنظر نمود.هلوهاي سبز به اندازه ي هلوهاي زرده تيره يا نارنجي يا بنفش شيرين نيستند.البته هلوهاي رسيده سردرختي با رنگ تيره بهتر هستند.طبيعت ميوه هلو سرد است و براي افراد گرم مزاج بخصوص آنانكه طبيعت گرم و خشك دارند مفيد است.ترشح و دفع صفرا را در افراد صفراوي آسان مي سازد.هلو درتقليل حرارت كبد و كليه مؤثر است.از برگ هلو مي توان عصاره تهيه نمود.عصاره ي هلو كرم كش است و انگلهاي روده را از ميان مي برد.هلو اختلالات خون را مرتفع مي سازد و سوء هاضمه را برطرف مي كند.
منبع: خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

## نسخه هاي شفا بخش گيلاس

آب گيلاس بسيار مقوي و منبع سرشاري از ويتامين هاي A،B1،B2،C و اسيد فوليك و نياسين است و داراي كلسيم،كبالت،فلورين،آهن،منيزيم،فسفر و پتاسيم است.آب گيلاس حالت قلبايي دارد و اسيد خون را پايين مي آورد. دليل اين امرتأثيرات آب گيلاس در درمان اختلالات پروستات نيز نقش دارد.جهت مصرف گيلاسهاي خيلي تيره رنگ و سفت بهتر از گيلاسهاي نرم و رسيده است.گيلاس هاي له شده بهتر است حذف شوند.

منبع: خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

نسخه هاي شفا بخش تمشك

مفيدترين قسمت تمشك ميوه آن است.ميوه تمشك سرشار از ويتامين C،قند،جوهر ليمو و اسيدهاي سيب است به همين جهت طعم ترش مطبوعي دارد و به علت داشتن املاح زياد خون را قليايي مي كند و ترشي خون را از بين مي برد. ميوه آن بسيار خشك و ضد رطوبت بدن است و راه ورود ميكروبها را به عروق مي بندد.حالت رقيق بودن خون را رفع مي سازد. تمشك ملين و اشتها آور است، ادرار را زياد مي كند، مسكن و پاك كننده كيسه صفرا است.بهترين داروي روماتيسم و گرفتگي شرايين است و درد معده را تسكين مي دهد.قند موجود در تمشك براي مبتلايان به مرض قند مفيد است و خوردن آن تنفس را آسان مي كند.آب تمشك براي مبتلايان به تب و آبله مرغان و سرخك بسيار مفيد است.غرغره جوشانده ي آن براي درد گلو و آنزين نافع است.آب تمشك براي رفع يرقان و التهاب صفرا و كبد سود بخش است.
جويدن برگ تمشك جهت ورم لثه ها و رفع بي حسي آنها مفيد است.جوشهاي دهان را از بين مي برد و بوي بد دهان را برطرف مي كند.نوشيدن آب برگ و ساقه ي تمشك اگر تازه باشند جهت تقويت معده و خونريزي معده و بند آمدن اسهال و معالجه بواسير سودمند است گل ميوه ي تمشك اسهال را بند مي آورد.نوشيدن آن ريشه اين ميوه علاوه بربند آوردن اسهال، سنگ كليه و مثانه را خرد مي كند.آب ميوه ي تمشك جهت زخمهاي آبدار و چركي مفيد است و آنها را خشك مي كند.گل آن نيز همين خاصيت را دارد.نوشيدن آب برگ و ميوه و ساقه ي تمشك مو را سياه مي كند و استفاده مكرر از آن مانع سفيد شدن مو مي گردد.اين خاصيت به علت وجود منگنز فراوان در تمشك است. منگنزعامل سياهي موي بدن انسان است.برگهاي و ساقه هاي جوان تمشك را مي توان جمع آوري نموده و آب گرفته و مصرف نمود.
منبع: خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

نسخه هاي شفابخش پياز دياستاز

پيازخام داراي ويتامين ث فراوان و ويتامين هاي A،B و املاح معدني از قبيل گوگرد،آهن،فسفر،پتاسيم،سديم،يد،سيليس،كلسيم،سيترات،صمغ و موم است. فسفرقدرت تفكر را بالا مي برد.گوگرد موجود در پياز جهت ضدعفوني كردن خون،ششها برطرف كردن آسم،ورم گلو،برونشيت و گريپ موثر است.پيازداراي يد است.و دردرمان گواتر،آبسه و جوشهاي زير پوست زير پوست تأثير فروان دارد.سيليس موجود در پياز در نگهداري استخوانها و رگها ضروري است.پيازحاوي مقداري هورمون و دياستاز است كه موجب تقويت غده اشكي و گوارشي و غدد جنسي مي شود.و داراي آنتي بيوتيك است كه خون و بيماري تنفسي را ضد عفوني مي كند.پياز از بيماريهاي قندي، كليوي،مثانه، ورم ساقها،پروستات و رماتيسم مفصلي جلوگيري مي كند و دررفع سرماخوردگي خفيف و ميگرن مؤثر است.همچنين از لخته شدن خون در رگها و سكته هاي مغزي و قلبي جلوگيري مي كند و مشكلات تأخير در دوران قاعدگي را برطرف مي سازد.آب پياز محرك عمومي بدن و مقوي قلب و اعصاب و ضد ديفتري است.پياز داراي مقدار كمي فسفات و انسولين گياهي موسوم به گلوكولينين،قند ساكاروز و مقداري تركيبات پلي فنولي، آليسين و اسانس فرّاربه نام سولفوردااليل مي باشد.سولفور داليل محرك چشم است و موجب ريزش اشك مي شود.اين اسانس براثر حرارت از بين مي رود.آب پياز داراي خواص ديگري نيز هست ازجمله دفع انگلهاي روده اي، تعادل اعمال غدد تحريك دستگاه گوارش و اشتها آوري،كاستن قند و فشارخون و ناراحتي هاي نفخ شكم،درمان اسكوربوت، نرم كردن سينه و دفع خلط، رشد موها، هضم غذاي سنگين، رفع خستگي ها، درمان الكليسم آب آوردن شكم، جلوگيري از سرطان كبد، دفع ادرار، رفع سرفه هاي خشك، رفع يبوست، رفع ناراحتي گوش،رفع بيحالي و خستگي هاي فكري،رفع چاقي و درمان ناتواني جنسي،درمواردي مصرف زياد پياز و آب پياز توصيه نمي شود از جمله كساني كه معده و روده ضعيف يا ناراحتي هاي پوستي كبدي و يا سابقه خونريزي دارند و يا مبتلايان به كوليت و افرادي كه زياد آروغ مي زنند.لايه هاي نازك دروني پياز دير هضم هستند. پياز اسيديته ي شيره معده را زياد مي كند و براي كساني كه سوء هاضمه دارند مضر است.پياز را نيز مي توان همراه با برگ آن آب گرفت و با آب سبزيجات ديگر مخلوط و مصرف نمود. آب پياز سريعاً مي بايست مصرف شود چون فاسد مي گردد.

منبع:خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

## نسخه هاي شفابخش پسته

مغزميوه اين گياه داراي طبيعتي گرم و خشك بوده و از نظر مواد غذايي تقريباً غني و انرژي زياد توليد مي كند ضمناً مقوي قواي تناسلي بوده و زياد كننده ماده مني، مقوي بدن ـ مقوي ذهن برطرف كننده ي برودت و ضعف و دردهاي كبدي كه منشاء رطوبتي دارند.مقوي قلب و برطرف كننده بعضي از خفقانهاي قلبي كه منشاء رطوبتي دارند.مقوي معده و فربه كننده بدن مي باشد.افراديكه در سنين بالاتر از چهل سال رو به چاقي مي روند در خوردن آن مجاز نيستند افراديكه راست روده آنان به رخاء مبتلا شده و مقعد آنان بيرون مي يابد مي توانند پوست سفيد و چوبي ميوه پسته را با مقداري برگ مورد و جفت در آب بجوشانند و پس از نيم گرم شده در آن بنشينند رخاء راست روده برطرف شده و مقعد بالا كشيده مي شود.مرباي پوست پسته چنانچه با شكرني و زعفران درست شده باشد مقوي اعصاب و برطرف كننده رطوبات و معالج لاغري بدن خواهد بود.
منبع:خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

نسخه هاي شفا بخش به

درخت به گياهي است به صورت درختچه ميوه آن خوراكي و داراي طبيعت معتدل نوع شيرين و خوب رسيده آن مفرح و مقوي قلب و اعصاب و نشاط آور و مد ربول و داراي چند نوع ويتامين مانند ويتامين(A)و(C)و مقداري مواد قندي و اسيدهاي آلي و مواد كاني مي باشد چنانچه ميوه شيرين و رسيده به را آب گرفته و اين عصاره را با شكر ني حرارت داده به قوام آورند و مقداري گلاب و زعفران به آن بيفزايند.اين شربت مفرح و مقوي خوبي بوده و هيجانات روحي را نقصان مي دهد و مدربول نيز مي باشد.اما خوردن ميوه نارس به خصوص خام آن بسيار دير هضم و قابض بوده و خوردن آن صلاح نيست.
منبع:خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

## نسخه هاي شفا بخش انجير

جهت درمان لاغري و چاق شدن بايستي 40 روز هر روز صبح مقداري انجير را با كمي باديان رومي ميل نموده تا سستي و ضعف بدن رفع و شخص لاغر،چاق گردد.
جهت نروييدن موها كافي است پس از كندن موها با جيوه و سرنج و زاج را نرم ساييده در آب انجير حل كرده بمالند يا خاكستر گياه كبر را درشيره انجير بپزند و بمالند.
چنانچه خردل را له كرده و با چند عدد انجير له شده خمير نماييد و فتيله كرده و در گوش بگذاريد جهت رفع خارش خوب است.
جهت رفع لك و كك و مك و برص كافي است چند عدد انجير تازه را له كرده و با كمي بوده ارمني مخلوط كنيد و برپوست بماليد و اين عمل را چندين بار تكرار كنيد اگر مقداري برگ شنبليله را در يك قابلمه ريخته و چند عدد انجير تازه را به آن افزوده و به قدري بجوشانيد تا پخته شود و آب آنرا صاف نماييد و روزي يك قاشق مرباخوري از آنرا ميل كنيد رفع خشونت سينه مي كند و عفونتهاي ريوي و تنفسي شما را به خوبي درمان مي كند.
اگرچند عدد انجير را درتنور يا فربگذاريد به قدري كه سوخته شود و سپس آنرا نرم ساييده و به وسيله مسواك تريا با انگشتي تميز به دندانها بكشيد در سفيد كردن دندانهاي شما بي مانند بوده و در قطع خونريزي لثه نيز مفيد است.
جهت درمان سردردهايي كه معمولاً پس از بيدار شدن از خوابهاي عميق به وجود مي آيد مقداري خاكستر چوب درخت انجير را در سركه حل كنيد و بر پيشاني و سر بماليد.
برگ انجير به دليل داشتن درصد بالايي گوگرد در آن جهت تقويت پياز مو و رفع ريزش مو دارويي مناسب است.به همين منظور كافي است روزانه سر را با آب جوشانده 20 گرم انجير را در يك ليتر آب چندين مرتبه شستشو دهيد.
اگرمقداري از شيره درخت انجير را به پنبه زده و بر بن دندان بماليد يا در حفره دندان كرم خورده بگذاريد در تسكين فوري درد دندان مؤثر بوده و آن را به خوبي برطرف مي كند.
منبع: خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

## نسخه هاي شفا بخش سير

خوردن پخته ي سير با زيره و برگ درخت صنوبر پودر شده جهت رفع سستي و ضعف لثه و تقويت بن دندان مفيد است.
مالیدن آب پخته برگ و ساقه سیربا عسل بر روي جراحات چرکین و آبدار سبب باز شدن و سرباز کردن چرك و عفونت آنها گردیده و در بهبودي مؤثر است.اگر حدود 2 مثقال سير را كوبيده و له كرده آنرا در مقداري آب جوش و پخته و پس ازخيس خوردن به مدت يك شبانه روز آن را ميل نماييد رفع مسموميت مي كند.
چنانچه تخم سيررا جوشانده و آب آنرا صاف نموده و چند روز دهان را با آب آن شستشو دهيد،جوش و افت دهان را برطرف ساخته و فضاي دهان را ضدعفوني مي كند.
جهت رفع خرد شدن و درمان شكستگي مو 5 عدد سير را با 10 گرم گل گندم جوشانده كمي سركه اضافه نماييد و روزانه سر را با آن بشوييد.
منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

## نسخه هاي شفابخش توت فرنگي

عصاره ي توت فرنگي بسيار خوش طعم و مقوي است.
طبيعتي سرد دارد و داراي گلوكز،لوولز،سلولز و املاح معدني مانند سيليس ،آهن ،كلسيم،فسفر،برم،منيزيم،يد،سديم،پتاسيم،نمك و مواد پروتئيني و قلايايي بيكربنات دوسود، و اسيدهاي سيتريك و مواد چرب و مقدار زيادي ويتامينC و كمي ويتامين A،B12 و مقداري روغن در دانه هاي آن است. توت فرنگي يكي ازميوه هاي استثنائي است كه داراي ماده ي مسكنه است و اين ماده آلي ساليسلات است، كه ماده اساسي آرام بخش درد است و مانند آسپرين عمل مي كند.توت فرنگي تصفيه كننده ي خون و بافتها و عضلات است. توت فرنگي روان كننده است و عمل دفع را آسان مي سازد.اين ميوه در بهار به عمل مي آيد و مصرف آن در اين فصل سموم و آلودگيهاي رسوب شده در بدن درطول فصل زمستان را دفع مي كند.ميوه توت فرنگي مقوي و اشتها آور است و بدن را تقويت و مايعات بدن را حفظ مي كند.عطش،تب،التهاب،ديابت،مشكل كم خوني،يبوست،بسياري از دردها،ضعف اعصاب،جوشهاي صورت و آكنه را برطرف مي كند.عصاره ي ريشه ي توت فرنگي اسهال را برطرف و سنگ مثانه و كليه را دفع مي كند.در درمان تنگي نفس،بواسير،ورم كبد موثر و مفيد است.توت فرنگي ادرار را زياد مي كند و مشكلات مربوط به سوزشهاي ادرار را مرتفع مي سازد.رژيم آب توت فرنگي فشارخون را تنظيم و قواي عمومي بدن را تقويت مي نمايد و لكه هاي صورت را برطرف مي سازد.جهت مصرف بهتر است كه توت فرنگي هاي تازه و فصلي و شيرين كه در اطراف توليد مي شوند مصرف نمود ميوه ها بايد عاري از هر نوع سموم آفت كش و غيره باشد.
منبع:خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

نسخه هاي شفا بخش انار

اگر انارشيرين را سوراخ كرده،آن را از روغن بادام شيرين پركرده وسوراخ آن را با خميرگرفته و كنار آتش درتنوريا فربگذاريد و چندين مرتبه حركت داده تا روغن جذب انار شود و سپس آن را صاف كرده و در شيشه اي بريزيد و هر بار كه دچاردرد و خشكي سينه و سرفه هاي خشكي شديد مقداري از آن را بمكيد اثر قابل توجهي در درمان بيماريهاي مذكور دارد.
جهت رفع شوره سركافي است 20 گرم پوست انارا با 15 گرم پوست بيد و 15 گرم پوست پرتقال خشك شده مخلوط كرده و نيم كوب نماييد و به اندازه لازم آنها راجوشانده و آب آنها را با روغن كرچك مخلوط كرده بر سر بماليد.
چنانچه انارترش و شيرين را به طوركامل همراه با پوست و شحم آن خوب پخته و له نماييد و آن را برپوست بماليد جهت درمان جرب و خارش پوست مفيد است.
چكاندن روغني كه دستور تهيه آن در زير شرح داده شده در گوش جهت تسكين درد گوش مفيد است.
دستور تهيه:
مقداري روغن گل سرخ يا روغن بادام تلخ را در انار سوراخ شده بريزيد و در كنارآتش در تنور يا فربگذاريد تا روغن جذب انار شود،سپس روغن را صاف نماييد و چند قطره آن را در گوش بچكانيد.
چنانچه آب انار را گرفته و با آب جوشانده و عناب،زرشك و آلوچه خشك مخلوط كرده و ميل نماييد دررفع نفخ معده و صدا كردن آن مؤثر است.
انار(به خصوص انار ترش)به دليل داشتن درصد بالاي پلدتيرين كرم هاي معده و روده را نابود كرده و آنها را به خوبي دفع مي كند.5 گرم از پودر شده انار كه تمام آن را خشك كرده باشند را با كمي آب گرم مخلوط كرده ميل نماييد.
جهت سفيد كردن دندانها،رفع جرم آنها و بدبويي دهان و خوشبو كردن آن كافي است 7 مثقال گل انار را با 1/5 مثقال نشادر،2 مثقال مويز كوهي، 1 مثقال مازو،7 مثقال پونه سوخته و 7 مثقال نمك و عسل سوخته را مخلوط كنيد و بكوبيد وبه دندانها بكشيد.
اناراز جمله ميوه هاي پرخاصيت است.انار داراي مقدار فراواني ويتامين هاي B2،B1،C و مواد قندي،اسيدهاي آلي،پتاسيم،منيزيم و كلسيم است.وجود پتاسيم و منيزيم در شستشوي خون مؤثر است.چون فعاليت سلولهاي كبد را زياد مي كنند و دررفع گرفتگي كبد و دفع اوره و كلسترول و سموم از بدن و همچنين درحفظ تعادل مايعات بدن به خصوص خون آب

انار نقش مهمي دارد.آب انار ضد سرما خوردگي است و بهتر است قبل از غذا ميل شود تا اشتها را باز كند،املاح آب انار چون با مواد آلي تركيب شده است زود جذب شده و دربيماري راشيتيسم و كم خوني و ضعف اعصاب و تقويت عمومي بدن بسيار مؤثر است.خاصيت ديگري كه براي انار در روايات بيان شده رفع سنگيني معده و گرفتگي قلب و حالات بد روحي است.اسيد تارتاريك كه به اندازه ي كافي در انارموجود است ترشحات لوزالمعده را زياد مي كند،قندهاي اضافي را مي سوزاند و دياستازهاي مربوط به كار هضم را زياد مي كند. انارچون مي تواند معده ها و روده ها را پاك كند جدار روده را براي دفاع و دور نمودن ويروسها آماده مي كند.بنابراين سموم به خون و قلب نمي ريزد و قلب رونق و حيات تازه اي مي يابد و بدين وسيله سلولهاي كبد را فعال مي سازد و اوره و كلسترول و سموم ديگر دفع مي گردند و در مايعات خون تعادل به وجود مي آيد.آب انار كبد و معده و روده ها و خون را اصلاح مي كند و از اينرو بوي بد دهان از ميان مي رود به خصوص كه انار به واسطه ي داشتن اسيدهاي مخصوص زردي دندان را كه ايجاد بوي بد مي كند برطرف كرده و با اصلاح خون در رفع حالات بد روحي موثر است.در رواياتي آمده است كه براي آنكه زبان كودك زودتر باز شود و خوب صحبت كند آب انار مي دهند. انار به خاطرداشتن طبيعت سرد براي مداواي ورمهاي گرم داخلي مانند ورم كبد، و كليه و ورم ساير اعضاء داخلي مصرف مي شود.در زنان باردار از گرگرفتگي جلوگيري مي كند.ميگرن را برطرف مي سازد و گاهي در اثر زياده روي دربعضي اغذيه يا ادويه هاي تند خروج ادرار با سوزش همراه مي شود و يا ممكن است خون آلوده شود كه درهر دو حالت بايد آب با آب انار يا رب انارمداوا گردند.انار صفرا را روان و ترشح و دفع آن را آسان مي كند.جوشانده ي پوست ريشه ي و ساقه انار در دفع انواع كرمهاي روده اي به خصوص كرم كدو و يا اسكاريس بسيار كار ساز است.آب انار براي افراديكه دراثرزخم با ديگر ناراحتي هاي معده استفراغ شديد و مداوم مي كنند و هر چه مي خورند بالا مي آورند مفيد است.

منبع:خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

نسخه هاي شفا بخش انگور

انگور داراي مواد غذايي فراواني است كه عمدتاً شكر طبيعي است.
آب انگور تازه داراي مقدار زيادي ويتامين C،B2،B1،A و مقدار فراواني مواد معدني شامل كلسيم،كلر،مس فلوئور،آهن،منيزيم ،منگنز،فسفر، پتاسيم،سيليكان و سلفور مي باشد.آب انگور منبع بسيار خوب اسيد تار تاريك و شكرهاي طبيعي انرژي زا و محرك سوخت و ساز بدن است.دربعضي مواقع سوخت و ساز بالا ضروري است زيرا مواد زائد و غذاي اضافي در بدن دفع مي شوند و چون آب انگور سوخت وساز بدن را بالا مي برد جهت كاستن وزن اضافي بدن سودمند است.مواد معدني فراوان آب انگور موجب تميزي و ازدياد خون مي شود و كبد را جهت تصفيه نمودن خون تحريك مي كند.آب انگورملين،مدّر،صفرابر و انرژي زاست.انگور ميوه اي است كه هضم آن براي بدن بسيار ساده است:زيرا قند انگور بدون تغيير وارد خون مي شود و بدن براي هضم آن مشكلي ندارد .در صورتي كه ساير مواد قندي و نشاسته اي اينطور نيستند .ترشي آب انگورعبور غذا را از معده به روده ها آسان مي كند و در اثر ورود قند انگور به خون مواد مولد نيرو به وجود مي آيد كه موجب تحرك بدن مي گردد.انگور از اعمالي مانند ترش كردن،سوء هاضمه،خونريزي، پيدا شدن سنگ در كبد و مثانه،مسموميت مزمن جيوه و سرب و بعضي امراض جلدي و ريوي جلوگيري مي كند.آب انگور پاك كننده بقاياي تغذيه نادرست از معده و روده هاست.اثر درماني انگور روي روماتيسم، امراض شرياني و وريدي، نقرس،فشار خون و زياد شدن اوره خون بسيار مفيد است.آب انگور از نظر خواص به شير مادر بسيار نزديك است كساني كه خواهان سلامتي بيشتر هستند بايد از خوردن آب انگور غافل نشوند انگور ترشي خون را از بين مي برد و ازاين نظرهركيلوي آن معادل 6 گرم جوش شيرين است.انگور 2 برابر گوشت در بدن انرژي توليد مي كند هر كيلوي آن معادل يك ليترشير خاصيت ضد سمي دارد.انگور صفرا را رقيق مي كند، و كلسترول اضافي خون را از بين مي برد و كم و زياد بودن وزن بدن را اصلاح مي كند.
انگوراثر مستقيم بر روان آدمي دارد و غم و اندوه را ازبين مي برد.انگور پتاسيم دارد.اين فلز در بدن موجب نشاط مي شود و تپش قلب را معالجه مي كند انگور همچنين داراي فسفات هاي زيادي است كه غذاي مغز و سلسله اعصاب است.انگور زهرابه هاي ميكروبي را از بين مي برد و دافع يبوست است.يبوست سبب مي شود سموم موجود در فضولات مجدداً

جذب گردند و مسمومیت ایجاد شود.
منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

## نسخه هاي شفابخش آلوي خشك

اين ميوه براي روده هاي كم كار مفيد است.و يبوست را به نحوي برطرف مي كند.براي گرفتن آب آلوي خشك مقداري از آن را گرفت و آنها را به مدت 10 تا 15 ساعت در آب داغ خيسيده شود و هسته آنها را جدا نماييد و سپس با همان آب آنها را در مخلوط كن بريزيد و بعد به مايع به دست آمده اگر غليظ است آب اضافه كنيد.آب آلو خشك بسيار مغذي و منبع خوب ويتامين A و مس و آهن است.اسيد بنزوئيك و اسيد كوئيتيك موجود در آب آلو خشك مليتهاي خوبي هستند.جهت مصرف آلو خشكهاي بزرگ و هسته شيرين را انتخاب كنيد.هرپانزده عدد آلو خشك خيسانده به همراه آب مخلوط آن 700 ـ 500 گرم شربت مي دهد.
منبع: خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

## نسخه هاي شفا بخش كدو

چنانچه آب كدو همراه با گوشت بدون چربي ميل نماييد علاوه بر درمان نارسايي كبد دررفع سرفه هاي گرم و خشك و رفع تبهاي گرم نيز مفيد است.اگر مقداري آب كدو را با شير زن زائو مخلوط كرده و بر سريا پيشاني نوزاد و كودك بماليد دررفع بي خوابي كودكان كه مزاج طبيعتي گرم دارند مفيد است.
اگرمقداري آب كدو تازه را با كمي روغن گل سرخ يا روغن بادام تلخ مخلوط كرده و يا به تنهايي درگوش بچكانيد درد گوش كه به علت گرمي باشد را تسكين مي دهد.
اگرمقداري ازپوست خشك كدو را نرم ساييده و بر جراحت بپاشند خون آنرا بند آورده و درالتيام و بهبودي زخمها به ويژه زخمهاي گرم و زخم آكنه سريع الاثر است.
جهت رفع درد پا و كمر و تسكين درد مفاصل روغن مغز تخم كدو را با روغن بادام تلخ،پيه مرغ و مغزساق قلم گاو مخلوط كرده و بر محل درد بماليد.اگر مقداري از پوست كدوي خشك شده را نرم ساييده و با روغن گل سرخ تازه مخلوط كرده و برمحل سوختگي بماليد موجب تسكين درد و سوزش آن و بهبود سوختگي مي گردد.
ماليدن مخلوط پودر پوست كدو با سركه علاوه بر رفع لك و تيرگي پوست جهت درمان لكه هاي سفيد روي پوست مفيد است.
چنانچه مقداري تخم كدو را چرخ كرده و آنرا ميل نماييد يا روغن تخم كدو را ميل كرده و بعد از آن مقداري نارگيل را در شير جوشانده به قدري كه پخته شود وآنرا صاف نموده و ميل كنيد به عنوان چاق كننده قوي در درمان لاغري مجّرب است.
منبع: خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

نسخه هاي شفا بخش گريپ فروت

گونه هاي صورتي و قرمز گريپ فروت شيرين تر و اسيد آنها كمتر است.گريپ فروت حاوي مقدار فراواني ويتامين A،فسفر،پتاسيم و همچنين مقدار كمي ويتامين Bكمپلكس،C، و ويتامين PP،K،E، بيوتين،اينوسيتول و نوعي اسانس روغني است.اين ميوه همچنين مقداري آهن و چربي و پروتئين دارد.در قسمت سفيد و گوشتي زيرپوست ميوه ماده اي به نام بيوفلاونويد وجود دارد كه به بدن درجذب و استفاده و حفظ ويتامين C كمك بسيار مي كند.اين مواد قابليت نفوذ پذيري و مقاومت ديواره رگهاي مويي را بالا مي برد به اين خاطر اگر درمداواي كوفتگي و ضربه خوردگي به شخص، آب مركبات نيز داده شود سريعتربهبودي مي يابد.گريپ فروت همچنين داراي مواد معدني فرواني است.عصاره گريپ فروت و عموماً آب مركبات جهت دفع سرماخوردگي مفيد هستند.آب گريپ فروت را بايد به اندازه مناسب مصرف نمود و همان طوركه در مطالب قبل گفته شد آب مركبات اگر بيش از حد مصرف شوند بدن را با كمبود كلسيم مواجه خواهند كرد.استخوانها نرم و دندانها پوك مي شوند.اگر درطول هرهفته بيش از 700-600 گرم آب مركبات مصرف مي كنيد برفعاليت فيزيكي خود بيافزاييد تا اسيد اضافه در بدن سوخته شود.مقدارمصرف آب مركبات و بسياري از ميوه جات بايد با سن و مقدار فعاليت شخص متناسب باشد.آب مركبات و بسياري از ميوه جات و سبزيها را نمي توان منجمد كرد و دوباره مصرف نمود زيرا بسياري از خواص آنها از دست مي روند.جهت مصرف بهتر است گريپ فروت هاي سنگين با پوست نازك انتخاب شوند زيرا طعم و بوي بهتري دارند.براي آب گيري بعد از جدا كردن پوست و دانه مقداري از قسمت سفيد گوشتي پوست بر ميوه مي بايست باقي بماند زيرا حاوي ماده بيوفلاوينويد و ويتامين C است.

منبع: خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

## نسخه هاي شفا بخش گلابي

درباره گلابي روايات بسياري نقل شده است.از قبيل اينكه گلابي شادي آفرين و ضد غم و غصه است.گلابي معده را شستشو مي دهد.قلب را روشن مي سازد،ناراحتيهاي داخلي را تسكين مي دهد وغيره...در هرحال گلابي داراي ويتامينهاي C،B2،B1،A اسيدفوليك، نياسين،ويتامين K و مواد معدني سديم،پتاسيم،كلسيم،فسفر،كلر،آهن،منگنز، منيزيم،سولفور،مس و مواد ديگري مثل ويتامينها، منيزيم،منگنز،مس،گوگرد و كلر مي باشد.اصولاً كليه ميوه جات كمپوت شده بسياري از مواد خود را از دست داده اند.گلابي اعصاب را تسكين مي دهد و اين خاصيت به خاطرارسنيك آن است كه براي درمان رعشه به كار مي رود.گلابي داراي تانن مي باشد و از اين رو براي امراض سينه بسيار عالي است.گلابي تقويت كننده ي جسم است و براي امراضي كه قواي بدن را كاهش مي دهند مانند:كم خوني و ضعفهاي عمومي و سل بسيار موثر و مفيد است.گلابي خون را تصفيه و اعمال غدد بدن را تقويت مي كند.همچنين موجب تحرك روده هاي كند كار مي شود.آب گلابي خيلي غليظ و شيرين است.آب گلابي را مي توان با آب و آب ليمو و يا آب سيب مخلوط كرده و نوشيدني ايده آلي تهيه نمود.آب گلابي ادرار را زياد مي كند و ملين خيلي خوب است.جهت آب گيري گلابيهاي سفت و سبز تيره رنگ و يا زرد تيره را انتخاب نمائيد و به مدت چند روز رها كنيد تا اينكه به مقدار خيلي جزئي نرم شود و سپس ساقه ي چوبي آن را حذف كنيد.

منبع:خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

## نسخه هاي شفا بخش گردو

اگر 50 گرم گردو را با 50 گرم انجيرمخلوط كرده و آنرا له كنيد و چندين وعده ميل نماييد به عنوان مسهل و كاركن معده عمل مي كند و سبب لينت و اعتدال مزاج مي گردد.
چنانچه مقداري از گردو كه همراه با پوست ضخيم و سبز روي آن است را مدتي در تنور گذارند به قدري كه مغز داخل آن نسوزد و سپس آنرا بيرون آورند و مغز آن را ميل نمايند در رفع سرفه مفيد است.
كشيدن سرمه طبي گردو به چشم خواص درماني زيادي در درمان بيماريهاي چشم دارد از جمله خارش چشم را برطرف ساخته و آبريزش آنرا قطع مي كند.
استفاده از ضماد گردوي تازه علاوه بر درمان سردرد شقيقه در رفع كليه دردهايي كه منشأ سردي داشته باشند نيز مفيد است.
چنانچه پوست مياني گردو را نرم ساييده و مسواك را تر كرده و روي پودر گذاشته و به دندانها بكشند موجب سفيد شدن دندانها مي شود.
اگرمقداري پوست سبز گردو را با كمي زنگ آهن مخلوط كرده و نرم بكوبيد و آنرا درسركه بجوشانيد خضايي پررنگ و قوي به دست مي آيد كه ضماد آن براي تقويت پياز موي سر مفيد است.
ماليدن جوشانده پوست رنده شده گردو برروي پوست صورت زردي صورت را برطرف كرده و موجب سرخ شدن رنگ رخسار مي شود.
خوردن مغز گردو جهت برطرف كردن دل دردي كه منشأ سردي ورطوبت داشته باشد مفيد است.چنانچه هرروز مقداري برگ گردو را در يك ليتر آب جوشانده و آب آن را صاف نموده و در 2 وعده ي صبح و عصر ميل نماييد موجب كاهش قند خون شده و در درمان ديابت بكار مي رود.
منبع:خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

نسخه هاي شفا بخش عناب

عناب ميوه درختي است با اندازه درخت زيتون و درخت كنار و برگ آن كمي بلندتر و ضخيم تر پوست و چوب درخت سرخرنگ و خالدار و نوع خوبش آن است كه ميوه اش درشت و خوب رسيده باشد.طبيعت آن سرد است توليد كننده خون صاف و لطيف و سالم ـ مسكن التهاب و تشنگي و مسكن درد و ورم كبد و كليه ها و مثانه ــ معالج ناراحتي هاي حاد ريه و سرفه و آسم.عناب را هم به تنهايي مصرف مي كنند و هم همراه داروهاي ديگر.در معالجه اسهال تعداد 5 تا 10 عدد عناب خشك را همراه با دانه اش خوب سائيده و پودر حاصل را مي خورند.دربيماري حصبه آب طبخ شده عناب را همراه با عرق كاسني يا با سكنجبين مي خورند و اگر بيمار سرفه هم داشته باشد بايد به جاي سكنجبين از عرق نيلوفر استفاده نمايند.مقدار خوراك عناب كه گوشت ميوه را مصرف و هسته آن را دور بريزند 20 ـ 30 عدد است و معمولاً عناب را با سپستان مي خورند تا باعث سردي معده نگردد افرادي كه پوست بدنشان خارش دارد و يا جوشهاي صفراوي مي زند مي توانند آب طبخ شده عناب را با مقداري عرق كاسني و يا با عرق نيلوفر به مدت چند روز و هر دفعه حدود سي عدد عناب و يك استكان عرق كاسني يا عرق نيلوفررا ناشتا نيم ساعت قبل ازصبحانه ميل نمايند.

منبع: خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

نسخه هاي شفا بخش شلغم

برگ شلغم مقداربسياري زياد كلسيم با خود همراه دارد.مقدار كلسيم در آب برگ شلغم خام حتي بيشترازكلسيم موجود در شير است ريشه ي شلغم حاوي پتاسيم به مقدار فراوان است.برگ و ريشه ي شلغم حاوي ويتامين A و ويتامين Bوcاست و مقداربيشتر ويتامين B2 و ويتامين PP مي باشد.رنگ شلغم متمايل به سبز است و داراي مواد ديگر نيز مي باشد.مواد ازته،هيدروكربنه،آهن،كلسيم،فسفر،سلولز و گوگرد.عصاره ي شلغم خام داراي آهن بصورت فسفاتها و كلرور مي باشد.كل مواد معدني شلغم 0/85گرم در صد گرم است.و اين مقدار 36 كالري حرارت ايجاد مي كند.سلولز شلغم خام نسبتاً كم و 1/5 گرم دركيلو است.مواد سفيده اي شلغم تقويت كننده ي اعصاب،مغز و مقوه ي حافظه مي باشد درشلغم مقدار كمي ارسنيك و روبيديم وجود دارد.روبيديم تأثيرات مثبت عناصر موجود در مواد غذايي راچند برابر مي نمايد.شلغم به علت داشتن ارسنيك از بروز بيماري جذام كه عامل آن فقر مواد غذايي است جلوگيري مي كند.عصاره ي شلغم خام داراي يك تركيب ميكروب كشي مي باشد كه بسياري از ميكروبها و ويروسها را از بين مي برد و به همين دليل شلغم زكام و سرماخوردگي را معالجه مي كند و ازابتلاي به آن نيز جلوگيري مي كند.آب شلغم ملين،مهيج قواي جنسي و مقوي معده است.عصاره ي شلغم خلط آور و درمان كننده سرفه هاي خشك است كه سينه و شكم را نرم مي كند و براي مداواي درد سينه و لوزه و گرفتگي ادرار و رفع رطوبت بدن،آسم و آنژين و تنگي نفس تجويز مي شود.شلغم، روماتيسم و نقوس،آرترين خستگيهاي عمومي و ورم شانه را از بين مي برد، قوه بينايي را زياد مي كند و از شب كوري جلوگيري مي كند،قواي جنسي را تقويت نموده،و حل كننده ي اسيد اوريك و نرم كننده ي بافتهاي بدن است، چاقي را از بين مي برد و ادرار را زياد مي كند و به سبب داشتن گوگرد فراوان سنگهاي كليه و مثانه را از بين مي برد.شلغم به علت دارا بودن كلسيم فراوان درتقويت اعصاب نقش بسزائي دارد.فردي كه اعصاب قوي داشته باشد بر غم و اندوه چيره مي گردد.چنانچه غم و اندوه در بعضي افراد زمينه مبتلا شدن به سل را بوجود مي آورد شلغم اسيد خون را خنثي مي كند و استخوانها،دندانها،موها و ناخنها را تقويت مي كند.چون شلغم داراي كلسيم زياد است جهت جذب آن به بدن منيزيم نيز لازم است و منيزيم در يونجه ي جعفري،كلم،اسفناج وجود دارد كه از اينرو بهتر است آب شلغم را با آب يكي از سبزيجات نامبرده مخلوط و مصرف نموده.
منبع: خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

نسخه هاي شفا بخش سنجد

گياهي است از تيره سنجد اندازه آن به قدر درخت عناب است و در نواحي سرد مي رويد.آرد آن قابض و قطع كننده اسهال به خصوص اسهالهاي صفراوي و گرم مزاج مي باشد و كم كننده ادرار بوده و براي افرادي كه ادرار فراوان مي كنند مفيد است.مشروط برآنكه از برودت مزاج آنان نباشند.و براي بچه هايي كه شب ادراري دارند مفيد است از آرد سنجد نان مخصوص درست مي كنند كه براي بعضي بيماران مصرف مي شود.گل سنجد داراي عطر خوشبوئي است و از فاصله تقريباً دور بوي آن به مشام مي رسد عطر آن مفرح بوده و براي مرداني كه مزاجهاي گرم و تر دارند و به خصوص براي زنان و دختران جوان بوي آن محرك قواي جنسي مي باشد و بالعكس براي مردان تقريباً مضعف قواي جنسي است از گل سنجد عرق سنجد تهيه مي كنند كه علاوه بر خواص مذكور فوق ازاين عرق براي تقويت طويل كردن موي سرزنان استفاده مي گردد كه بصورت خوراكي و ضمادي به هردو طريق استفاده مي شود.
منبع: خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

نسخه هاي شفا بخش خيار

طبيعت خيارسرد و مرطوب است و در فصل گرم جهت خنك شدن بدن نيز مصرف مي شود.خيارسرشار ازاملاح منگنز،كربنات كلسيم، موسيلاژ، ويتامينهاي A،B،C است.اين ميوه با تمام ميوه ها يك تفاوت دارد و آن اين است كه نارس آن گواراتر از رسيده ي آن است.البته ميوه رسيده و كال آن هردو مفيد و داراي خواص مخصوص به خود هستند.ريختن چند قطره آب آن در بيني و بوئيدن آن جهت گرفتگي و بي حوصلگي و كم خوابي مفيد است. آشاميدن آب خيار جهت بهبودي تبهاي شديد،تسكين التهاب و حرارت، صفراي خون،التهاب معده و رفع تشنگي،پاك كردن كبد،زياد شدن ادرار،دفع سنگهاي كليه ومثانه و برطرف ساختن يرقان سودمند است.يك ليوان آب خيار با سي گرم نبات مسهل خوب و گوارايي است و صفرا و سودا را به خوبي از معده خارج مي كند.
اگرمقداري ميخك را در آب خيار خيسانده و پس از 24 ساعت آن را صاف كرده و با عسل نوشيده شود كسالت شخص برطرف مي شود و رنگ چهره را باز مي كند و كبد پاك مي شود و در شخص حالت طراوت به وجود مي آيد.خيار براي يرقان داروي خوبي است و مصرف آن سه روز متوالي اثر بخش است.معده ي بعضي افراد قدرت هضم خيار را ندارد و پس از خوردن آن مبتلا به گاز معده،نفخ و پيچش معده مي شوند.اين گروه مي بايستي خيار را با پوست آب بگيرند و با آب ليمو يا ماست و يا عسل ميل كنند.
مبتلايان به مرض قند بهتر است مقدار زيادي آب خيار استفاده كنند.خيار طبيعتاً ادرار را زياد مي كند.براي كساني كه در موقع ادرار احساس سوزش مي كنند و يا افرادي كه به بند آمدن ادرار مبتلا هستند خيار بهترين دارو است.
خيارحاوي پتاسيم است كه عنصر جواني است و انعطاف پذيري عضلات و خاصيت ارتجاعي سلولها را زياد مي كند و پوست چهره را با طراوت، شاداب،نرم و جوان مي كند.متخصصين پوست اين مطلب را مي دانند و از خاصيت خيار درامر لطافت پوست استفاده كرده و در سالنهاي آرايش آب خيار و مشتقات آن را در جهت زيبايي پوست صورت بكار مي برند.خيار همچنين منبع خوب سيليكان و سلفور و عناصر ديگر است كهموها را زيبا و سالم نگاه مي دارد.خيار در حالت پوست نگرفته در هركيلو حدود پانصد و پنجاه ميليگرم ويتامين A دارد.بهتر است بدانيم كه خيار پوست گرفته فاقد ويتامين A است.و ويتامين A در خيار فقط در پوست آن مجتمع

است.درحالي كه اغلب مردم خيار را پوست گرفته مي خورند.
منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

## نسخه هاي شفابخش زرشك

آب زرشك داراي ويتامين C فراوان و املاح است.طبيعت زرشك تا حدي سرد و خشك است.گياه زرشك داراي آلكالوئيدي است به نام بربرين كه تلخ مزه است.اين ماده درريشه ي گياه زرشك نيز وجود دارد.درجوانه ها و ريشه هاي زرشك نوعي قند و مواد زرين،موسيلاژو مواد پكتيك و در پوست ريشه گياه آلكالوئيدي بنام اوكسياكانتين ويربامين و پالماتين و درميوه آن مواد قندي،اسيد ماليك،مواد پكتيك و صمغ وجود دارد.آب ميوه زرشك ضد اسهال،صفرا،ضدتبهاي عفوني،تبهاي صفراوي،ضدنقرس،رماتيسم و تيفوئيد است.آب زرشك خون را تصفيه و ضدعفوني مي كند.عمل دستگاه گوارش را منظم نموده،قلنج كليه و كبد را از بين مي برد و مانع ورم طحال و بيماري بواسير مي شود و خونريزيهاي قاعدگي را منظم مي نمايد.خوردن آب زرشك حالت تهوع،استفراغ،صفرا،كبد،سوء هاضمه و سنگ كليه را از ميان مي برد.آب زرشك درمخلوط با مقدارمساوي آب سيب و كمي آب ليمو و شكر براي بهبودي جهت مسموميت توسط نيش مارو افعي مؤثر است وجهت نارسائيهاي قلبي و تپش قلب و بي اشتهايي مفيد است.غرغره كردن آب زرشك آنزين و گلو درد و آسم را برطرف مي سازد و دهان را ضدعفوني و زخمهاي گلويي را مرتفع مي سازد.افراد سرد مزاج بهتر است آب زرشك را كم مصرف كنند.براي تهيه آب زرشك،زرشك خشك را به مدت 24 ساعت در آب بخيساند و سپس با همان آب در مخلوط كن بريزيد و بهم بزنيد.

منبع: خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

## نسخه هاي شفا بخش بالنگ

چنانچه پوست خشك شده بالنگ را سوزانده و پودر خاكستر آنرا با سركه خمير كنيد و برمحل برص بماليد لكه هاي برص برروي پوست را از بين برده و آن را به خوبي درمان مي كند.
جهت برطرف ساختن ضعف و سستي لثه ها و محكم شدن بن دندانها كافي است مقداري از تخم بالنگ كه قبلاً پوست كنده ايد را نرم ساييده و بر لثه ها بماليد.
اگر روغن تخم بالنگ پوست گرفته شده را بر محل بواسير بماليد يا مقداري از آن را در طول روز ميل نماييد در درمان بواسير و رفع درد و التيام زخم آن موثر است.
استفاده از ضماد پخته بالنگ جهت تسكين درد مفاصل،درمان نقرس و تحليل ورمها بسيار مفيد است.
طرزتهيه:
1 عدد بالنگ كامل كه پوست آن را نگرفته باشند را درمقداري سركه يا الكل به قدري بجوشانيد كه بالنگ پخته شود پس آنرا صاف نماييد و بر محل درد مفاصل و ورمها بماليد و ببنديد.
منبع: خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

عسل زود جذب خون مي شود.از ايجاد عفونت در معده و روده جلوگيري مي نمايد.عسل در خون سازي مؤثر است.برطرف كننده يبوست و مسكني است كه براي كساني كه ديرخواب مي روند اثر بسيار خوبي مي گذارد. براي دفع خستگي و فشردگي عضلات اثر خوبي دارد و براي كنترل انقباض عضلات سودمند است.عسل را اگر زن آبستن بخورد بچه اش داراي شبكه عصبي قوي خواهد گرديد.عسل بر ميزان كلسيم خون مي افزايد.براي كساني كه دستگاه گوارشي ضعيفي دارند و نياز به مصرف مواد قند دارند نافع است به خصوص در كساني كه به نفخ شكم دچارند ،چون ايجاد نفخ نمي كند توصيه مي شود.عسل به علت اين كه زود وارد سوخت و ساز مي شود مي تواند به فوريت انرژي رسانده و ترميم قوي كند .عسل براي كليه ها زحمتي ايجاد نمي كند و در شب ادراري كودكان مؤثر است كه قبل از خواب اندكي به آنها خورانده شود.عسل در رفع سرفه و سوختگي ها مؤثر است و در سالخوردگان نيروي قابل توجهي به وجود مي آورد.عسل در تقويت قلب موثر است و در امراض ريوي كمك كننده ي خوبي است.در خونريزيها و حتي هموفيلي مؤثر است عسل آواز را صاف مي كند به خصوص اگر با گلسيرين و آب ليمو ترش خورده شود و براي كساني كه مي گويند هيچ وقت بدنمان گرم نمي شود مؤثر است.عسل در درمان زخم معده و اثني عشر عامل مؤثري شناخته شده حتي بسياري از پزشكان براي جلوگيري از ايجاد زخمها نامبرده خوردنش را مؤثر مي دانند.

منبع:خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

نسخه هاي شفا بخش سيب

سيب داراي ويتامينهاي Aو B1و B2و D6و Cبيوتن،اسيد فوليك، اسيد پنتوتنيك و مواد معدني كلر،مس،آهن،كلسيم،منيزيم،منگنز،فسفر،پتاسيم،سيليكان،سديم،سولفورو همچنين پروتئين و چربي،سلولز و اسيدهاي آمينه آزاد و آنزيمها است.سيب به دليل دارا بودن مواد فراوان جهت سلامتي پوست و مو و ناخنها نافع است،پوست سيب مقدار زيادي ويتامين A دارد و بايد سيب با پوست و دانه ها آب گرفته شود.ويتامين C موجود در سيب از سرماخوردگي و آنفلوانزا جلوگيري مي كند.عفونتهاي روده اي را از ميان مي برد و سيستمهاي دفاعي و ايمني بدن را در برابر مسموميت هاي ميكروبي تقويت مي كند و در سيب ماده پكتين وجود دارد كه ژلاتيني است و سموم داخل روده هاي را حل نموده ، روده ها را تحريك مي كند و موجب حركات موجي شكل روده ها مي گردد و حركت غذا در مجاري گوارشي راحتر انجام مي پذيرد.پكتين و اسيد ماليك در سيب يبوست و اسهال را برطرف مي كند و حالت طبيعي مزاج را حفظ مي كند،آب سيب، هضم كننده ي خوب غذا،تقويت كننده معده ،ملين و ضد رماتيسم و نقرس ،آرترين ،سنگهاي ادراري ،ميگرن،زخم معده و ضعف و بي حالي است.
سيب به علت داشتن مواد قليايي (اسيد اوريك)را حل مي كند و ترشحات غذد بزاق و معده را مساعد و متعادل مي سازد.همچنين به علت داشتن فسفر اعصاب و مغز را تقويت و ادرار را زياد و سنگ كليه را دفع مي كند.سيب بيماريهاي پوستي،اگزما،بي خوابي،چاقي و ترشح برنشها را درمان مي كند. دهان را ضد عفوني مي نمايد و براي اشخاصي كه تحرك ندارند بسيار مفيد است.بايد توجه داشت موادي در سيب و آب سيب تازه موجود است در كمپوت و آب سيب پاكتي وجود ندارد.سيب مقوي قلب، نشاط آور و تقويت كننده اعصاب و قواي روحي و رواني است.چنانچه آب سيب شيرين و رسيده را با چند دانه حل و مقداري گلاب و زعفران جوشيده به آن اضافه كنند شربتي مقوي به دست مي آيد كه براي تقويت عمومي بدن و رفع خفقان قلب و ضعف اعصاب بسيار مفيد مي باشد.توصيه شده است افرادي كه تب و سرماخوردگي مزمن دارند به مدت 2 تا 3 روز رژيم سيب يا آب سيب بگيرند. سيب براي امراض حصبه اي،اسهال و اسهال خوني و ورم معده و همچنين براي مبارزه با تهوع و استفراغ بسيار سودمند است.آب سيب ترش براي افرادي كه عطش مفرط دارند بسيار مفيد است.به علاوه آب سيب ترش براي اسهالهاي صفراوي نيز مفيد بوده و باعث قطع آنها مي گردد.

سيب به علت دارا بودن ويتامين هاي AوBوCبراي تقويت چشم،مخاطها،پوست و مو و ناخنها موثر است و ترس و اضطراب را دور مي سازد.آب سيب به همراه آب هويج يا مقداري آب چغندر تركيب بسيار خوب و شيريني مي دهد كه خونساز مي باشد.لازم به ذكر است سيب هاي سفت كيفيت بهتري دارند و بيشتر آب مي دهند.
منبع:خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

## نسخه هاي شفابخش زيتون

چنانچه ميوه رسيده زيتون را در آب نمك مدتي گذاشته و سپس با مغز گردو ميل كنند مقوي دستگاه گوارش بوده و اشتها آور است.ميوه نارس آن جهت مداواي سوختگي مصرف مي شود.بخورميوه رسيده زيتون جهت چند نوع از امراض شش ها نافع مي باشد.جويدن برگ درخت بوي بد دهان را زايل مي كند.دربعضي از اسهال ها كه عفوني نباشد چنانچه برگ خشك شده زيتون را پودر كرده با آرد جو مخلوط و با آب آميخته در زير ناف بمالند اسهال را قطع مي كند.براي جلوگيري از پيشرفت كرم خوردگي دندان و تسكين درد آن مردم شمال ميوه زيتون را با آبغوره مي جوشانند تا مانند عسل گردد و آنرا مضمضه مي كنند تا حدودي درد دندان كرم خورده را قطع و از پيشرفت كرم خوردگي جلوگيري مي كند.ميوه پخته شده زيتون جهت معالجه نقرس و مفاصل مفيد مي باشد.بخور برگ آن رطوبات دماغي را از بيني خارج نموده و براي زكامهاي رطوبي نافع مي باشد.روغن ميوه اين درخت مصرف غذائي و درماني داشته يكي از بهترين مسهل ها و ميلن ها مي باشد.و خوردن اين روغن همراه غذا بخصوص در فصول سرد سال بسيار مفيد است.

منبع:خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

نسخه هاي شفا بخش پرتقال

پرتقال فوق العاده مقوي و داراي عطر و طعم مطبوع و دلپذيري است.آب پرتقال شامل منابع سرشارويتامينهاي K،E،B6،B2،B1،بيوتين،اسيد فوليك،اينوسيتول،بيوفلاونويدو يازده اسيد آمينه است.پرتقال حاوي مقدار فراواني از مواد معدني شامل كلسيم ، كلر ـ مس ـ فلورين ـ آهن ـ منگنز - منيزيم ـ فسفر ـ پتاسيم -سيليكان و روي است.آب پرتقال در اروپا و آمريكا به دليل خواص فراوان به مقدار زياد مصرف مي شود.متأسفانه بسياري از آب پرتقال ها به صورتهاي آماده در انواع بسته بندي،بطري و يا منجمد توليد و در بازار جهاني به فروش مي رسند.بسياري از اين آب ميوه هاي تجاري با شكر معمولي آميخته شده اند و همانطور كه در قبل اشاره شد اين نوع آب ميوه جات جهت مصرف توصيه نمي شوند.همانند گريپ فروت و ليموي ترش، اين ميوه نيزخاصيت پاك كنندگي مجاري گوارشي را دارد.و ديواره ي رگهاي مويي را تقويت مي كند ازاينرو قلب و ريه ها از اين خاصيت بهره مي برند.با نوشيدن سه الي چهار ليوان آب پرتقال در هفته به طور منظم خون از حالت اسيدي به قليايي بر مي گردد و آن عده نيز بيماران آسمي كه روزانه مقداري كورتون مصرف مي نمايند براي جلوگيري از عوارض ناشي از آن مثل چروك دور چشم و وصورت بهتر است آب پرتقال مصرف كنند چون مقداري پتاسيم دارد و در رفع اين مشكل موثر است.

منبع:خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

نسخه هاي شفا بخش توت

ميوه اين گياه داراي مزاجي سرد و خشك و قابض است.مدر صفرا ـ رادع و از بين برنده ورمهاي گرم حلق و حنجره و مانع ريختن مواد حاراز سر و ايجاد ورم حلق و زبان و ساير اعضاء بدن مي باشد ميوه آنرا هم به صورت تازه مصرف مي كنند و هم خشك كرده و به صورت پودر در آورده و اين پودر را جهت بيماريهاي حلق و زبان و زخمهاي بد دهان كه از حرارت باشند مصرف مي كنند.
منبع:خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

## نسخه هاي شفا بخش خربزه

خربزه و طالبي از ميوه هاي تابستاني هستند و طعم و بوي مطبوع دارند.انواع آنها داراي خواص مشابه منابع سرشاري از ويتامين هاي B،A كمپلكس، PP،Cمواد از ته،مواد هيدروكربنه، مواد چرب و راديو اكتيو مي باشند آب خربزه و طالبي حاوي انواع ويتامين ها، مواد معدني،آنزيمها و بسياري از شكرهاي طبيعي مي باشند.طبيعت آنها معتدل اما خنك كننده و داروي هاضمه هستند و براي پوست و اعصاب مفيدند.قند خربزه گلوكز و لوولز است كه فوراً جذب مي شوند لذا نيرو فعاليت سلولها را افزايش مي دهند و خستگي را برطرف مي سازند.خربزه و طالبي،اسيد اوريك و سموم خون و سنگ كليه را دفع مي كنند و به عنوان دارو و جهت رماتيسم و نقرس و ضعف كبد مصرف مي شوند.خربزه و طالبي داراي مواد يد دار نيز مي باشند و مقدار زيادي مواد معدني مثل پتاسيم،منگنز،فسفر،كلسيم و ماده پكتين در بردارند،كلسيم موجب تقويت عضلات و استخوان بندي و فسفر موجب تقويت سلولهاي مغزي و فعاليت اعصاب داراي خاصيت قليايي است و PH خون را بالا مي برد. اگر خربزه اي زياد شيرين را ناشتا به مدت چند روز مصرف كنند سبب حرارت كبد و كليه ها شده و ايجاد تب مي كند.خربزه با داشتن طعم و اسانسهاي مطبوع محرك خوبي براي دستگاه گوارش و اعصاب و روان مي باشد.و چون داراي آنزيمهاي فراوان است عمل هضم را سرعت مي دهد.
سلولزهاي خربزه مواد زائد را از روده ها دفع مي كند و رنگ رخسار را جلا مي دهد.خربزه و طالبي رطوبت بدن،يرقان،ورم و درد چشم و امراض سودايي را برطرف مي سازند اما براي افرادي كه به امراض ديابت،ورم روده و سوء هاضمه دچار هستند مضر مي باشد.پوست خربزه و طالبي داراي خواص فوق مي باشد از اينرو ميوه را مي توان با پوست آب گرفت.آب خربزه و طالبي را بهتر است با مقداري سركه يا آبليمو و يا آب انار توام نمود و ميل كرد.
منبع:خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

نسخه هاي شفا بخش بلوط

چنانچه مقداري برگ درخت بلوط تازه را كوبيده و له شده آنرا بر جراحات و زخمها ضماد نمايند از پيشرفت و وسعت جراحت و زخم جلوگيري كرده و در درمان و التيام آنها اثري فوري دارد.
اگر مقداري برگ خشك شده درخت بلوط را سوزانده و آنرا نرم ساييده و بر روي زخمهاي بدخيم و كهنه نظيرخوره و جذام بپاشند موجب بهبود و التيام اينگونه زخمها مي شود.
چنانچه مقداري پوست نازك روي دانه ي بلوط كه به جفت معروف است را نرم ساييده و با مقداري آب ميل كنيد در بهبود زخمهاي معده و روده بي نظير و موجب التيام زخمها و جراحات داخلي مي گردد.
خوردن روزانه چند عدد شاه بلوط پودر شده كه با شربت به و شربت سيب مخلوط شده باشد علاوه بر چاق شدن و تقويت قوه باه به عنوان پادزهري موثر جهت رفع اثرات زهرو سموم نيز مصرف آن تجويز و توصيه مي شود.
چنانچه مقداري از پوست درخت بلوط را پخته و شب موقع خواب آنرا بر سر ببندند و صبح آنرا باز كرده و سر را با گل سرشوي بشويند ازريزش موها جلوگيري كرده و ريشه ي مو را محكم مي گرداند و موجب سياه شدن مو نيز مي گردد.
منبع:خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

## نسخه هاي شفا بخش بادام تلخ

اگرمقداري مغربادام تلخ را له كرده و با كمي سركه كهنه مخلوط نماييد و به محل جوشهاي خشك صورت بماليد علاوه بررفع آنها در درمان ساير امراض پوستي نظير جرب و خارش پوست نيز مؤثر است.ماليدن روغن بادام تلخ به پوست هم مفيد است.
جهت رفع سردردهاي كهنه چند بادام تلخ را بكوبيد و آنرا با سركه خمير كنيد و بر پيشاني و سر ضماد نماييد در صورت نبود بادام تلخ و سركه مي توانيد چند قطره روغن بادام تلخ را در بيني بچكانيد.
ريشه ي درخت بادام تلخ داراي طبيعتي گرم و خشك است.چنانچه كسي مقداري از آن را نرم كوبيده و با روغن سرخه و سركه خمير نمايد و بر محل لك و پيس پوست بمالد در رفع اينگونه لك ها و درمان بيماري برص موثر است.
چنانچه چند قطره از روغن بادام تلخ را در گوش كسي كه به گوش درد دچار گشته بچكاند درد گوش راساكت كرده و در رفع سنگيني و برطرف كردن صداي گوش نيزمجرب است.
چنانچه 2 مثقال پوست فندق را سوزانده و با 1 مثقال از رنده شده پياز عنصل مخلوط كرده و با نصف استكان روغن بادام تلخ بياميزد و هرروز بمالد در تقويت پياز مو و جلوگيري ازريزش مو بسيار مفيد است.
منبع:خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

نسخه هاي شفا بخش غوره

غوره انگورفخري و عسكري از ساير غوره ها بهتر و مرغوب تر هستند. طبيعت غوره سرد است و به علت داشتن اسيدهاي آلي نظير اسيد اسكوربيك و اسيد تارتاريك و اسيدهاي آلي ديگر هم به صورت غذا و هم به عنوان دارو مصرف مي شود.از دانه غوره و يا از پودر خشك شده آن نيز استفاده مي شود.غوره ضد صفرا و غلبه خون بوده،ترشح و دفع صفرا را آسان مي كند و ازغلبه خون در افراد مبتلا به اين ناراحتي جلوگيري مي نمايد.در اثر داشتن اسيد تارتاريك براي مداواي پادردهايي كه جزء روماتيسم گرم مزاج مي باشند مفيد است و توليد گرماي زياد را در كبد نقصان مي دهد.آب غوره عطش را كم مي كند.افرادي كه به زخم معده و زيادي اسيد معده مبتلا هستند و يا ششهاي آنها ناراحت است خوردن آب غوره براي آنها جايز نيست، غوره همانند انگور داراي ويتامينهاي A،B1،B2،C و مقدار فراواني كاني مي باشد.آب غوره تصفيه كننده بسيار خوب خون مي باشد.

منبع:خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

نسخه هاي شفابخش قهوه

طبيعت آن سرد و خشك است.قهوه داراي ماده اي است محرك و تا حدودي مقوي قلب به نام كافئين كه همراه با آن مواد آلي و كاني ديگر و مقداري ويتامين موجود است.قهوه براي افرادي كه خواب زيادتر از حالت طبيعي دارند مفيد بوده و خواب آنان را متعادل مي كنند.محرك اعصاب بوده و خستگي را برطرف مي سازد.ماده اي است قابض و خشك كننده رطوبات زيادي امعاء و از اين لحاظ مي تواند در قطع بعضي اسهالها مفيد باشد.مدربول بوده و ادرار را زياد مي كند لكن زياده روي و مداومت در خوردن قهوه مضار فراوان دارد كه چند نمونه را يادآور مي شويم ايجاد سردردهاي مزمن مي كند - افرادي كه قلب ضعيف دارند زياده روي در خوردن قهوه آنان را به خفقان مبتلا مي سازد در دستگاه گوارش ايجاد نفخ مي كند مصرف مقدار زياد آن ايجاد قولنج مي كند ـ بدن را آماده براي ابتلاي به بيماري كابوس و ماليخوليا مي كند ريه ها را خشك و خشن مي سازد ـ قدرت جنسي را كاهش مي دهد و به خصوص براي افرادي كه داراي طبيعت سرد و خشك هستند و در افرادي كه داراي يبوست هستند زيانش بيشتر است بعضي از مردم قديم گفته اند:

آن سيه رو كه نام او قهوه است
مانع النوع و قاطع الشهوه است

لكن درافرادي كه داراي مزاج گرم و تر هستند چندان مضر نيست و گاهي ديده شده افرادي كه در اثرغلبه خون و شدت حرارت به بيخوابي مبتلا شده اند براي آنان خواب آور خواهد بود و چنانچه قهوه را با شير و نبات و يا با گلاب و زنجبيل ميل نمايند از مضارآن جلوگيري به عمل مي آيد و منافع آن بر مضارش غالب مي شود.

منبع:خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

## نسخه هاي شفا بخش ليمو

ليمو از ميوه هاي با ارزش است و استفاده هاي گوناگون دارد.ليمو ترش به دليل داشتن اسيد سيتريك زياد قوي و ويتامين C پاك كننده ي قوي به حساب مي آيد.بهتراست آب ليمو ترش را ابتدا رقيق كرده و بعد ميل نموده.مصرف يك ليوان شربت آب ليمو قبل از صرف صبحانه هر دو روز يك بار كمك زيادي به شستشوي معده و روده كوچك مي نمايد.ليموي ترش داراي ويتامين هاي B،A و مقدار فراواني ويتامين C است.آب ليمو ترش ضد اسيد اوريك است، خون را رقيق مي سازد.دستگاه هاضمه و دفع ادرار را ضد عفوني مي كند، براي جوشهاي پوستي،دمل،آكنه و بيماري هاي پوستي بسيار نافع است.روماتيسم و نقرس و سنگ كليه را درمان مي كند،عطش تشنگي را فرو مي نشاند.خوردن آب ليمو وزن بدن را كاهش مي دهد و درمان خوبي براي چاقي است .كساني كه عرق نمي كنند و يا كم عرق مي كنند بايد صبح قبل از خوردن صبحانه آب ليمو و عسل ميل كنند.آب ليمو اسهال را برطرف مي سازد. ليموي تازه داراي ويتامين P و راديو اكتيو است و باعث تميز شدن رگها مي شود و به همين دليل از پيري و كهولت جلوگيري مي كند.ليمو ترش خون را رقيق و نور چشم را زياد مي كند براي درمان زخم هاي گلوئي مقداري آب ليموي خالص را هر دو ساعت يكبار مستقيم در گلو بچكانيد.
خاصيت ميكروب زدائي آب ليمو ظرف چند ساعت باعث نرم شدن گلو مي شود و زخم گلو و گلو درد را برطرف مي سازد.و ديفتري را نيز از ميان مي برد.اگر احساس مي كنيد كه در حال سرماخوردن هستيد چند ليوان شربت آب ليمو در طول آن روز بنوشيد.به عنوان تقويت كننده ي پوست، آب ليمو را بعد از شستشوي بدن با صابون به پوست بماليد .آب ليمو باعث سهولت در تنفس مي شود.ماليدن آن برروي پوست سر از طاسي جلوگيري و موهاي سر را تقويت مي كند.درهنگام تهوع اگر كمي آب ليمو ميل شود حالت تهوع برطرف مي گردد.آب ليمو ترش تازه يكي از اركان رژيم غذايي با آب ليمو است و دفع سموم از بدن،كليه ها و كبد كمك شاياني مي كند.بهتر است در انواع سالادها به جاي سركه از آب ليمو استفاده شود.دانه ليمو كرم كش است.آبليموي تازه تب روده ها را برطرف مي سازد، از ترش كردن بعد از غذا جلوگيري مي كند،ذات الريه و تبخال را از ميان مي برد و براي درمان سرماخوردگي و گلو درد بسيار مؤثر است.جهت دفع سموم از بدن مثل سم ناشي از نيش خوردگي توسط حشرات و خزندگان بسيار مؤثر است.آب ليمو تسكين دهنده دردهاي شكمي و كليه هاست و صفرا را درمان مي كند، واريس و اگزما و

تيفوس و سرخك و آبله مرغان و مخملك را معالجه مي كند.
بيماريهاي مربوط به مغز و اعصاب با آب ليمو درمان مي شود.طبيعت ليمو سرد است و به خصوص براي افرادي كه مزاج گرم و خشك دارند مفيد است.كساني كه ناراحتي هاي گوارشي دارند و نمي توانند ليموي ترش بخورند مي توانند ليموي ترش مصرف نمايند.آب ليمو ترش را مي توان به عنوان يك ضد اكسيداسيون به كار برد.درمخلوط با غذا و يا سالادها خاصيت نگهدارندگي دارد و از فاسد شدن سريع مواد غذايي جلوگيري مي كند.آب ليمو شيرين از نظرخواص و مواد غذايي و تأثيرات مشابه ليموترش است اما چون اسيدي نيست بمانند ليمو ترش پاك كننده نيست ولي بخش اعظم خواص آن را دارا است.ليمو ترش در بهبود بعضي از بيماريهاي ويروسي اثر قابل توجهي دارد.گلبولهاي سفيد بدن را تقويت مي نمايد.ضمناً ملين مزاج مي باشد صفراي اضافي بدن را دفع مي كند و در بهبود بيماري خروسك كه همان لارنزيت حاد و يا ورم مخاط حنجره مي باشد نيز اثر قابل توجهي دارد.
منبع:خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

## نسخه هاي شفا بخش آناناس

طعم آناناس شيرين و كمي ترش و بسيار لذيذ است.آناناس رسيده پوستش طلايي رنگ و بسيار معطر است.آناناس تازه سرشار از ويتامين C،كلر،پتاسيم و ديگر ويتامينها و مواد معدني است.همچنين حاوي آنزيم بروملين است.اين آنزيم استفاده هاي زيادي در بدن دارد وتأثيراتش شبيه به پيسين است.اول اينكه به بدن درخنثي نمودن يا متعادل نمودن حالات خيلي اسيدي يا خيلي قليايي مايعات دروني كمك مي كند.
دوم اينكه لوزالمعده را جهت ترشحات هورموني تحريك مي كند.دليل اين امر آن است كه ازآناناس در توليد تجاري يعني هورمونها استفاده مي شود.
آناناس به طور موثر در درمان زخمهاي گلويي به سبب داشتن ويتامين C و آنزيمها و اسيدها مؤثر است و معده را تقويت مي كند.جهت مصرف آناناس هاي به رنگ طلايي كه كمي نرم هستند و بوي آن حالت شيرين بودن را دارد انتخاب شوند.آناناس تشنگي هاي شديد را مرتفع مي سازد.
منبع: خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

## نسخه هاي شفابخش ماست

ماست بهترين دوا براي رفع اسهال و براي ورم روده مفيد است.مخمرهاي موجود در ماست،باكتري هاي روده را از بين برده و از عفونت جلوگيري مي كند.
ماست مغذي،سهل الهضم و مفيد است.براي اطفال پس از شيرغذايي مناسب تر از ماست نيست.چون ماست خواب آور است، براي افرادي كه دچار بي خوابي مي شوند مفيد است اگر ماست تنها را دوست نداريد آن را با شيره ي خرما و يا شيره ي انگور ميل كنند تا با اين وسيله هم سردي آن را دفع كرده و هم مطبوعترش ساخته باشيد.يكي از محاسن ماست آن است كه نمي توان آن رابه مقدار زياد خورده.همين خاصيت موجب مي شود از زيانهاي مختصري كه ممكن است داشته باشد مصون بمانيم.
منبع: خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

نسخه هاي شفا بخش موز

موزارزش غذايي فراوان دارد و كالري زيادي ايجاد مي كند.موز ميوه اي است تقريباً ديرهضم و افراد داراي دستگاه گوارش كند كار بايد كمتر و بتدريج بخورند اما مخلوط آن با شيرمشكل هضم را ندارد و بسيار مقوي است. موز تقريباً تمام ويتامينها و مواد معدني و ساير مواد غذايي را دارااست.ميوه اي است خونساز و براي افراد كم خون مناسب است، بدن را نيز فربه و قوي مي گرداند، ملين سينه بوده و سرفه هاي خشك را مداوا مي كند،اسهال را مي بندد،قدرت جنسي را زياد مي كند، لاغري غير طبيعي را از بين مي برد.مغز ساقه درخت موز خوراكي و مغذي است و كنجيال نام دارد و هنگاميكه درخت چندان ميوه نمي دهد مغزساقه را درآورده،مي پزند و مي خورند.
منبع: خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

## نسخه هاي شفابخش نارگيل

درخت نارگيل درختي است زيبا با ارتفاع حدود چهل متر برگهاي آن مانند برگ درخت خرما در بالاي درخت قرار دارند برگهاي بزرگ و به طول چهار تا پنج مترند و در تمام مدت سال در بالاي درخت ميوه وجود دارد.
ميوه آن از نوع سفت است وزن آن تا چند كيلوگرم مي رسد.درون بر ميوه قبل از رسيدن كامل محتوي مايعي شيري رنگ و شيرين و مطبوع است اين گاه در نواحي گرم و مرطوب زمين مي روييد نارگيل را به زبان عربي جوز هندي گويند.درخت نارگيل هرچقدر بدريا شود نزديكتر باشد و آب شور بيشتر به پاي آن برسد ميوه آن لذيذ تر و شيرين تر و چرب تر مي شود.اين درخت حدود صد سال ميوه مي دهد.ميوه آن خوشه خوشه است حدود ده تا پانزده نارگيل دارد و همينطور كه ذكر شد ميوه داراي سه پوسته است كه مغز در درون اين سه پوسته مي باشد و مغز تازه آن سفيد و شيرين و لطيف و چرب است و پوست سوم آن نيز خوراكي است و تازه و نارس آن داراي مقدري مايع است كه اين مايع داراي مواد غذايي است.روغني كه از ميوه نارگيل گرفته مي شود بورد و كوكو نام دارد.طبيعت آن گرم است و مقوي بدن بوده و جسم را فربه مي كند و حرارات غريزي بدن را زياد مي گرداند و مواد سرد و مرطوب و بلغمي و سوداوي را از بدن دفع مي نمايد از اين جهت است كه مي تواند معالج استرخاء و فلج و جنون و ماليخوليا بوده و خوشبوكننده دهان و تنفس مي باشد و ضعف كبد را برطرف نموده و كليه ها را قوي و قدرت تناسلي را زياد و درد مثانه را كه از سردي مزاج آن باشد ساكت مي كند افرادي كه به كم خوني مبتلا هستند و يا مقداري خون را از دست داده اند مي توانند مغز نارگيل و يا از شير داخل پوسته ها بخورند يا پوست سوم آن را پودر كرده و با مقداري شكر و مختصري زعفران ميل نمايند.هم خون بدن را زياد مي كند و هم لاغري را از بين مي برد اما پوست سوم آن كه بيشتر از محل پرورش ساير نقاط فرستاده مي شود قدري دير هضم است و زياده روي در مصرف آن قدري صدا را خشن و سينه را زبر مي كند و جهت جلوگيري از اين حالت همراه با آن غذاهاي سرد مزاج و يا ميوه هاي ترش مزه مصرف مي شود.
منبع: خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

## نسخه هاي شفا بخش پاپايا (خربزه درختي)

اين ميوه گرمسيري بسيار مقوي است درون آن تو خالي و دانه هاي گرد سياه دارد.ازنظر شكل،رنگ تقريباً شبيه كدوي حلوايي است.پاپايا در بسياري از كشورهاي جهان افريقاي،امريكايي و بعضي كشورهاي آسيايي مثل هند،مالزي، سيلان و ...توليد مي شود.قسمت بيروني پوست خربزه درختي وقتي كه رسيده باشد زرد يا نارنجي است و قسمت گوشتي آن نرم وشيرين است.فقط قسمت گوشتي آن آب گرفته مي شود و پوست و دانه ي آن دور ريخته مي گردد.پاپايا به جهت داشتن دو ماده فراوان مشهور است اين دو ماده پايين و آنزيمها هستند.پايين هضم كننده ي بسيار قوي پروتئين است.پاپايا وقتي رسيده باشد داراي مقدارزيادي شكرهاي طبيعي است كه انرژي توليد مي كند.عصاره ي پاپايا خون سازي را تقويت مي كند،توانايي انعقاد خون را بالا مي برد.ملين بسيارخوبي است، اشتها را تحريك نموده و كليه ها،كبد،روده ها را شستشو مي دهد.جهت آب گيري خربزه هاي به رنگ طلايي تيره با نارنجي يا زرد كه زياد نرم نشده باشد انتخاب شود.

منبع:خواص ميوه ها و گياهان در درمان بيماريها

## گردو از تشكيل سنگ كليه جلوگيري مي كند

گردو به علت داشتن مس به جذب آهن در بدن كمك و در درمان بيماري هاي ريوي مؤثر است. گردو خون ساز و تصفيه كننده خون است و مي توان از آن در درمان بيماري هاي ريوي، جلوگيري از تشكيل سنگ كليه و سنگ كيسه صفرا استفاده كرد. مرباي گردو و عسل، براي افراد لاغر بسيار مفيد بوده و آپانديس را تقويت مي كند. چنانچه گردو با انجير و موز خورده شود، مقوي حواس و مغز است.
دم كرده برگ درخت گردو، براي درمان ورم مفاصل و بيماري سل مفيد است. جوشانده برگ درخت گردو درمان كننده سردرد، سرمازدگي و بيماري هاي پوستي است. گردوي تازه به رنگ سفيد با پوست زرد روشن است. مغز گردو را در ظرف سربسته در داخل فريزر نگهداري كنيد تا كهنه نشود. گردو با داشتن مواد مغذي زياد، غذاي بسيار خوبي است ولي نبايد در خوردن آن زياده روي كرد، زيرا باعث ورم لوزه و زخم دهان مي شود.
شايان ذكر است، مغز گردو لطيف و در طولاني مدت كهنه شده و رنگ آن زرد يا قهوه اي و طعم آن تند مي شود كه باعث مسموميت شده و نبايد از آن استفاده كرد.
منبع: مجله دنياي سلامت شماره 27

## کرم ضدافتادگي پوست آناناس

روش تهيه:
آب آناناس و ليمو را با هم مخلوط کنيد، سپس روغن جوانه گندم را به آن اضافه کنيد و مخلوط را با اوسرين ترکيب کنيد. آب آناناس حاوي ترکيباتي است که از افتادگي پوست کاسته و باعث صاف شدن آن مي شود. اضافه شدن ويتامين هاي موجود در جوانه گندم باعث تغذيه مناسب پوست و تعويق پير شدن آن مي شود. جراحات و صدمات پوستي ناشي از آلودگي آب و هوا با به کارگيري اين کرم به آساني برطرف مي شود.
مواد لازم:
آب تازه آناناس (طبيعي) 20 سي سي
آب ليمو ترش تازه 20 سي سي
روغن جوانه گندم يا بادام شيرين 40 سي سي
اوسرين 100 گرم .
منبع:مجله دنياي سلامت شماره 27

## چاي ليمو، زنجبيل و سنبل الطيب

مواد لازم براي 4 نفر
سنبل الطيب خشك شده 1 قاشق چاي خوري
ريشه زنجبيل تازه، پوست گرفته و رنده شده 1 قاشق چاي خوري
آب جوشيده 5 / 2 پيمانه
ليموترش يك دوم عدد
عسل 3-2 قاشق چاي خوري
انرژي كل: 50 كيلوكالري
روش تهيه:
سنبل الطيب و زنجبيل را در قوري بريزيد. آب را به آن اضافه نماييد و بگذاريد براي 3 دقيقه دم بكشد. آنگاه آب ليموترش را بگيريد و به همراه عسل به آن اضافه كنيد. اكنون چاي را از صافي رد نماييد.
توجه: اين نوشيدني براي آرامش انسان مفيد است.
منبع: ماهنامه دنياي سلامت شماره 33

# كاربرد طبي گياهان

نويسنده: فريد نوبخت
در شماره پيش، به بيان ويژگي ها و اثرات برخي گياهان شناخته شده همانند آنجليكا، ريحان، برگ بو و. . . پرداختيم.
در اين شماره، به بررسي خواص تعدادي ديگر از گياهان و ادويه جات مي پردازيم.
ادويه ها:
امروزه، ادويه هاي نقاط مختلف جهان در بيشتر سوپر ماركت ها و فروشگاه هاي مواد غذايي به سهولت يافت مي شوند.
ادويه ها معمولا هم از نظر طعم و هم از لحاظ خاصيت، از گياهان مربوطه ي خود قوي ترند، چرا كه عمدتا از دانه ها يا بخش هاي ديگري از گياه كه حاوي غلظت بيشتري از ماده ي موثره ي آن گياه هستند، گرفته مي شوند.
خواص نوشيدني هاي تهيه شده از گياهان و ادويه ها معمولا پس از نوشيدن يك فنجان از آنها بروز نمي كند، بلكه بايد اين نوشيدني ها به طور منظم و به جاي نوشابه هاي گازدار يا كافئين دار مورد مصرف قرار گيرند تا اثرات خود را بر جاي بگذارند.
ادويه ها نيز همچون گياهان دارويي، از گذشته براي كمك به هضم بهتر غذاها مورد استفاده قرار مي گرفته اند و شهرت آنها بيش از هر چيز مربوط به نقش آنها در جلوگيري يا تسكين نفخ، مثلا در زماني است كه همراه با حبوبات مورد استفاده قرار مي گيرند.
ميوه ها و دوغ حاوي ادويه ي كم، همراه بسيار خوبي براي وعده هاي غذايي پر فيبر، شامل صبحانه، ناهار يا شام مي باشند. به آبميوه ها بايد تنها مقادير بسيار كمي ادويه افزود، چرا كه ميوه ها و سبزي هاي نپخته، حجيم و جاذب نيستند.
تخم باديان (Aniseed):
تخم باديان طعمي قوي دارد و در پخت انواع كلوچه ي اروپايي كاربرد دارد. باديان همچنين يكي از محتويات پودر پنج ادويه ي چيني است. اين ادويه جهت طعم دهي انواع نوشيدني نيز به كار مي رود. شهرت اصلي تخم باديان، افزايش اشتها، كمك به هضم غذا و تسكين نفخ است. اين ادويه به طور سنتي جهت تسكين سفره، سرماخوردگي و آسم و نيز جهت كمك به خواب آرام مورد استفاده قرار مي گيرد.
زيره ي سياه (Caraway):
زيره ي سياه طعمي گرم دارد و همراه با همه نوع ميوه، خصوصا در نوشيدني هاي گرم، مورد استفاده قرار مي گيرد. زيره ي سياه گرم كننده

و آرامبخش است و از خانواده ي شويد و رازيانه مي باشد و باعث افزايش اشتها، كمك به هضم غذا و نيز تسكين نفخ مي گردد.

هل (Cardamoms):

اين ادويه ي معطر و فرح بخش، يادآور طعم مركبات و اوكالپتوس است. گفته مي شود كه هل، سبب هضم بهتر غذا، آرام نمودن معده و طراوت بخشيدن به تنفس مي گردد. همچنين مصرف شربت هل باعث بهبود سرماخوردگي و آنفلونزا مي شود.

دارچين (Cinnamon):

اين ادويه ي گرم كننده، به از بين بردن ويروس ها و ميكروب هاي دستگاه تنفس فوقاني كمك مي كند و لذا ادويه اي سودمند به صورت شربت هاي درمان سرماخوردگي محسوب مي شود. همچنين گفته مي شود كه دارچين سبب كمك به هضم غذا، تسكين نفخ و بهبود گردش خون مي گردد.

گل ميخك (Cloves):

اين ادويه براي تهيه ي نوشيدني هاي گرم كننده و معطر به كار مي رود و براي خوش طعم نمودن آب سيب، آب گلابي و آب انگور نيز بسيار مناسب است. از ديرباز گل ميخك به دليل دارا بودن خاصيت ضدعفوني كننده و بي حس كننده، براي تسكين دندان درد به كار مي رفته است. گل ميخك سبب تحريك و كمك به هضم غذا و تسكين نفخ مي شود.

گشنيز (Coriander):

دانه ي گشنيز به مانند خود اين گياه يك محرك است و به هضم غذا كمك مي كند. با آنكه گشنيز به شكل گسترده در نوشيدني ها به كار نمي رود، اما دانه ي آن با ميوه هاي خشك مثل برگه ي آلو، مغزها و مركبات، تركيب مناسب و خوش طعمي ايجاد مي كند.

زيره ي سبز (Cumin):

با آنكه زيره ي سبز سبب تحريك اشتها مي شود، اما به ندرت در نوشيدني هاي ميوه اي مورد استفاده قرار مي گيرد. با اين حال، زيره ي سبز همراه با آب مركبات، سبزي ها، ماست و نعناع، تركيب مناسبي ايجاد مي نمايد. اين ادويه، ادرار آور و تحريك كننده مي باشد.

شويد ( Dill):

دانه ي شويد، ادويه ي حاصل از گياه شويد است كه نقش مثبتي در پايين آوردن چربي خون دارد.

رازيانه (Fennel):

دانه ي رازيانه، ادويه ي حاصل از گياه رازيانه است.

زنجبيل (Ginger):

زنجبيل به شكل ريشه ي تازه ي گياه در دسترس قرار دارد. ريشه ي خشك شده و يا ريشه ي خشك آسياب شده ي زنجبيل در شربت ها يا

محصولات كنسروي مورد استفاده قرار مي گيرد. ريشه ي تازه ي زنجبيل همراه با انواع آب ميوه و سبزي ها، سوپ ها و انواع غذاهاي ديگر، طعمي فوق العاده ايجاد مي كند. شهرت زنجبيل، به سبب تسكين تهوع و اسهال است و گفته مي شود سبب بهبود تعريق و گردش خون و همچنين مقابله با عفونت هاست و در درمان سرماخوردگي به شكل نوشيدني سرد مورد استفاده قرار مي گيرد.

سرو كوهي (Juniper):

ميوه ي تيره رنگ و تقريبا سياه سرو كوهي، طعمي عالي جهت طبخ مرغ و گوشت ايجاد مي كند و ادويه اي مناسب جهت نوشيدني هاي گرم به شمار مي رود. سرو كوهي يكي از ادويه هاي طعم دهنده ي gin نيز مي باشد. سرو كوهي به عنوان ادويه اي ادرار آور و ضد عفوني كننده و همچنين سم زدا و تقويت كننده شناخته شده است. اين ادويه سبب تحريك اشتها نيز مي گردد.

خردل (Mustard):

خردل ادويه اي گرم كننده است و از ديرباز جهت تهيه ي ضماد (پماد) به كار مي رفته است. اين ادويه با آب گوجه فرنگي و مخلوط آب سبزيجات جهت تهيه ي نوشيدني هاي گرم و سوپ هاي تسكين دهنده ي علائم سرماخوردگي، تركيبي مناسب ايجاد مي كند.

جوز هندي و پوست جوز (Nutmeg and mace):

اين ادويه هاي گرم به هضم غذا كمك مي كنند و تحريك كننده و تقويت كننده هستند. سبب تسكين تهوع و نفخ نيز مي گردند. اين ادويه ها در مقادير زياد مي توانند سبب گيجي و توهم در فرد شوند و حتي ممكن است در مقادير زيادتر سمي باشند، اما در مقادير مورد استفاده در آشپزي، هيچ گونه خطري در بر ندارند.

زردچوبه (Turmeric):

اين ادويه ي زرد رنگ و داراي طعم خاكي و طرب انگيز، به عنوان ادويه اي تقويت كننده، محرك، ضد باكتري و ضد عفوني كننده شناخته شده است.

منبع:ماهنامه دنياي سلامت شماره 33

# تسکین درد با استفاده از فلفل قرمز!

آيا تا كنون تجربه كرده ايد كه چگونه پس از خوردن يك سس بسيار تند بي اختيار زبان و دهانتان سوخته و به اصطلاح آتش مي گيريد! اكنون دانشمندان در حال آزمايش و بررسي بر روي اين موضوع مي باشند كه آيا ماده موجود در اين نوع سس ها كه اين چنين باعث سوختن مي شود، مي تواند در تسكين دردهاي ناشي از عمل هاي جراحي سودمند باشد!؟
پزشكان چندين قطره از يك تركيب شيميايي را كه حاوي ماده فلفل قرمز مي باشد مستقيما بر روي زخم هاي باز حاصل از يك عمل جراحي (مانند تعويض مفضل زانو و يا بعضي از جراحي هايي كه بسيار دردناك مي باشند) ريخته و نتيجه آن را بررسي كردند؛ البته اين روش را هرگز در منزل انجام ندهيد! زيرا در اين آزمايشات كه بر روي داوطلبان صورت مي گيرد اولا بيماران در حالت بيهوشي هستند بنابراين با سوختن ناگهاني فرياد نمي كشند و ثانيا پزشكان از ماده فلفل قرمزي كه كاملا پالايش و ضدعفوني شده استفاده مي كنند تا سبب عفونت در بيماران نشود .
چگونه چيزي كه اينقدر سوزاننده هست مي تواند سبب تسكين و آرامش درد گردد!؟
زماني كه يك فلفل تند را گاز مي زنيد، پس از احساس سوختن بر روي زبان ، بي حس مي گردد. پزشكان اميدوارند كه با استفاده از مقدار مناسب و بسيار دقيق اين ماده بر روي عصب هاي دريافت كننده درد بتوانند اين اعصاب را به مدت چندين هفته بي حس كنند. در نتيجه بيماران از درد كمتري رنج مي برند و تا زمان بهبودي بيماران از داروهاي مخدر كمتري براي تسكين درد آنان استفاده مي شود.
دكتر «آسوانك» يك متخصص از دانمارك كه مشغول آزمايش بر روي اين ماده (فلفل قرمز) مي باشد اظهار مي دارد ما درصدديم كه اين كرخ شدگي و بي حسي را مورد استفاده قرار دهيم . طي قرن هاي متمادي مردم از فلفل قرمز براي مداوا استفاده مي كردند. از داروهايي كه حاوي ماده فلفل قرمز مي باشند مي توان به پمادها و يا كرم هاي تسكين دهنده ي درد ماهيچه ها نام برد كه در داروخانه ها به وفور يافت مي شود (پس از استفاده از اين كرم ها نوعي احساس سوزش و داغي در محل ايجاد مي شود). امروز تحقيقات انجام شده نشان مي دهد كه فلفل قرمز به طريق كاملا استثنايي، مستقيما سلول هاي گيرنده درد را مورد هدف قرار مي دهد. محققان دانشگاه «هاروارد» درصدند با مخلوط كردن ماده مودجود در فلفل قرمز با يك ماده بيهوش كننده ي ديگر بتوانند تركيبي به دست آورند كه در دندانپزشكي براي بي حسي موضعي استفاده كنند به گونه اي

که تمام دهان بي حس نشود و همچنين اميدوارند بتوانند از اين ماده در زايمان ها مخصوصا در زايمان هايي که از کمر به پايين بي حسي صورت مي گيرد، استفاده کنند.
دانشمندان بر روي گونه ديگري از فلفل قرمز که 1000 بار قوي تر از فلفل قرمز معمولي مي باشد آزمايشاتي را آغاز کرده اند و اميدوارند بتوانند با استفاده از آن دردهاي بسيار سخت در بيماران مبتلا به سرطان هاي بدخيم را مهار کرده و تسکين دهند.
محققان اين ماده پالايش شده از فلفل قرمز را «آدلا» نام نهادند، آزمايشاتي در حال انجام مي باشد؛ در اين آزمايشات چند صد نفر از بيماراني که تحت عمل هاي جراحي مختلفي قرار گرفته اند مانند جراحي هاي تعويض مفصل زانو و لگن، جراحان چندين قطرها از ماده ي «آدلا» را بر روي بافت بريده شده ريخته و به مدت 5 دقيقه فرصت دادند تا اين ماده جذب بافت شود و سپس بافت بريده شده را بخيه زدند. نتايج اوليه به دست آمده حاکي از آن است: بيماراني که ماده «آدلا» را دريافت کرده بودند به طور چشمگيري درد کمتري را در 3 روز اول پس از عمل جراحي تحمل کرده بودند. در آزمايش ديگري که بر روي 50 بيمار که جراحي تعويض مفصل زانو را انجام داده بودند صورت گرفت، نيمي از بيماران که از ماده فلفل قرمز براي تسکين درد آنها پس از عمل جراحي صورت گرفته بود نيز درد کمتري را احساس کرده بودند.
دکتر «ويسکوزي» متخصص مديريت درد در دانشگاه «فيلادلفيا» معتقد است که براي تسکين دردهاي پس از عمل جراحي، نياز مبرمي به داروهاي بهتر و موثرتر وجود دارد؛ داروهايي مانند مورفين و ترکيبات مشابه آن که اصطلاح مسکن هاي مخدر مي باشند. داروهايي هستند که در حال حاضر استفاده مي شوند و در حالي که استفاده از اين داروها ضروري و حياتي است اما از طرفي به علت دارا بودن مواد مخدر داراي عوارض جانبي جدي مي باشند که استفاده آنها را محدود مي کند. محققان آزمايش بر روي ماده ي فلفل قرمز را همچنان دنبال مي کنند تا به يك نتيجه روشن و قطعي برسند؛ آنها معتقدند ماده موجود در فلفل قرمز ماده اي است که نياز به استفاده چندين باره براي تسکين درد ندارد فقط کافي است يك بار و آن هم مستقيما بر روي زخم استفاده شود در نتيجه بر خلاف ساير داروها در کل بدن پخش نمي شود. دکتر «ويسکوزي» اظهار مي دارد تلاش هاي زيادي صورت گرفته تا بتوان جايگزيني براي مورفين ها و مخدرها پيدا کرد اما چندان موفقيت آميز نبوده اما اکنون با آزمايشي که بر روي فلفل قرمز صورت گرفته به نظر مي رسد که داريم به هدف خود نزديك مي شويم .
منبع: ماهنامه ي دنياي سلامت 31

خواص دارويي انجير

بهترين غذا براي بيماران عصبي
انجير ميوه اي است شيرين و گوشتدار كه درون آن پر از دانه هاي بسيار ريز است و پس از رسيدن شيرين و زرد رنگ مي شود.درخت انجير در اكثر نقاط دنيا و ايران مي روييد و ساليانه سه مرتبه (بهار، تابستان، پاييز) ميوه مي دهد. نام عربي انجير «تين» است ميوه انجير بيشتر به رنگ زرد و قرمز ديده مي شود.
خواص:
انجير ادرارآور است و كساني كه به خروج ادرار احتياج دارند بايد انجير مصرف كنند. انجير سينه را نرم مي كند. برگ هاي درخت انجير، ظروف آشپزخانه را كاملاًپاك مي كند. جوشانده ??تا ???گرم انجير در يك ليتر آب براي معالجه برونشيت مزمن،زكام و گرفتگي صدا مفيد است.مربا و كمپوت انجير براي درمان يبوست مؤثر است لذا ميتوان ? تا ? انجير تازه راچهار قطعه كرده و در نيم ليتر شير جوشانده تا پخته شود و آن را با ?? عدد كشمش صبح ناشتا بخورند.
جوشانده برگ انجير در منظم نمودن عادات ماهيانه خانم هايي كه مبتلا به بي نظمي عادت ماهانه شدهاند مؤثر است كه بايد جوشانده را چند روز قبل از عادت ماهانه مصرف نمايند.شير سفيدي كه از دم برگها يا ميوه انجير خارج مي شود بهترين درمان ميخچه و زگيل است و بايد آن را صبح و شب روي ميخچه گذاشت تا آن را زايل كند. ميوه انجير نيروبخش، خوش طعم،مولّدانرژي و فربه كننده است و مواد لازم براي سوخت و ساز بدن را در خود جمع كرده است. انجبر براي نرم كردن سينه و روده ها داراي خاصيت معروفي است.
اگر ?? تا ??? گرم انجير خشك را در يك ليتر آب بجوشانيد، جوشانده اي بدست مي آيد كه براي معالجه زكام هاي شديد و تورم هاي حنجره مفيد است. دم كرده برگ هاي آن به مقدار ?? تا ?? گرم در يك ليتر آب، مسكن و براي معالجه سرفه تجويز مي شود.
جوشانده انجير خشك در التهاب دستگاه تنفس تجويز مي شود.غرغره كردن جوشانده انجير خشك براي درمان گلو درد و سرما خوردگي بسيار مؤثر است. اگر ? تا ? گرم انجير خشك رادر مقداري آب ريخته و با آتشي ملايم بپزند تا به صورت شربتي درآيد اين شربت درد گلو را آرام مي كندو سرفه را تسكين مي دهد. از جوشانده انجير خشك در شير، شربتي به دست مي آيد كه براي رفع تحريكات گلو مخاط دهان مصرف مي شود. انجير خشك را مي كوبند و مي سايند ئ به جاي قهوه مصرف مي

كنند.مصرف گرد انجير به جاي قهوه در بيماريهاي برونشيت، سينه پهلو و سياه سرفه مفيد است.
جوشانده شاخه نازك درخت انجير،آبي را كه در بافت هاي بدن جمع شده خارج مي كند از اين جهت در مورد مرض استسقاءنيز مصرف آن مفيد است.انجير بيش از هر ميوه اي قند طبيعي دارد و به مقدار قابل توجهي داراي ويتامين هاي «آ» و «ب» است. اگر انجير را بپزند و به شكل كمپوت و يا مربا درآورند براي اشخاصي كه سوء هاضمه يا يبوست دارند مفيد است. انجير بواسير را قطع مي كند.
انجير سده ها را نرم مي كند و براي باد قولنج مفيد است. انجير نقرس را معالجه مي كندو قواي جنسي را زياد مي كند. انجير بوي بد دهان را از بين مي بردو استخوان ها را محكم مي كند.
انجير ميوه اي است بسيار مغذي كه هضم آن آسان است و مصرف آن براي بچه ها و اشخاصي كه از بستر بيماري برخاسته اند و دوره نقاهت را مي گذرانند بسيار مفيد است.انجير به علت دارا بودن دانه هاي ريز، باعث تقويت روده و معده مي شود ولي براي كبدهاي ضعيف زيان آور است.
انجير در رفع بواسير،صرع، جنون و وسواس اثرات نيكويي دارد. خوردن انجير تازه و خشك،موجب لينيت مزاج مي شود،از اين جهت يبوست هاي كهنه و مقاوم را درمان مي كند.
خوردن جوشانده انجير خشك در تمام التهابات دستگاه تنفس مانند ذات الريه، ذات الجنب،آسم،تنگي نفس،سرماخوردگي هاي مكرر مفيد است.
غرغره كردن و دهان شويه
با جوشانده انجير خشك، ورم لثه، ورم دهان و ورم گلو را درمان مي كند.
اگر خمير انجير با آرد جو و گندم را به صورت مرهم، روزي ? مرتبه در محل ورم گوش و دمل ها قرار دهند اثر شفابخش دارند. اگر خمير انجير با آرد جو را به صورت مرهم در محل سوختگي ها و غده هاي ملتهب قرار دهند،مؤثر است.
مسواك زدن با سوخته انجير، براي جرم گيري دندان (سفيد كردن دندان ) و تقويت لثه، فوق العاده مفيد است. برگ تازه انجير براي التيام جراحات و زخم ها و جوش خوردن سريع زخم هاي سطحي مؤثر است. مي توان برگ تازه را به مدت كمي روي زخم هاي سطحي گذارد، اگر برگ خشك كرده درخت انجير را بكوبيد و در سركه بخيسانيد و به پوست بدن كه پوسته پوسته مي شود بماليد اثر شفابخش دارد.
برگ خشك كرده درخت انجير را بكوبيد و در آب خيس نموده و بر سر يا ابرو بماليد،ريزش مو را بر طرف مي كند. يك قطره از شيرآبه سفيدرنگ انجير را در داخل دنداني كه پوسيده و كرم خوردگي دارد بماليد،درد را تسكين مي دهد. وجود مقدار زياد فسفر اين حقيقت را نشان مي دهد كه

انجير در پرورش هوش و حافظه بسيبار مؤثر است.
سرشار بودن انجير از پتاسيم تآمين كننده سلامتي كودكان ضعيف و كم خون و بي اشتها است. اگر انجير و عسل را به طور مساوي با هم مخلوط كنيد جهت زخم معده بسيار مفيد است. انجير به علت داشتن پتاسيم، درجه قلبايي بودن بدن را بالا برده و در رفع اوره و چربي بدن بسيار مؤثر است. انجير مي تواند در بيماران مبتلا به عدم كفايت كبد و رماتيسم مزمن مؤثر باشد. انجير هر قدر تازه تر باشد قدرت پاك كنندگي و خواص آن بيشتر است. انجير بهترين غذا براي بيماران عصبي است.
انجير پخته مرهم خوبي براي سوختگي زخم هاي گرم و دمل( مخصوصاً دمل دندان ) است. شربت انجير تسكين دهند؟ دردهاي گلو و سرفه است. انجير خيسانده شده در شير بسيار خوشمزه و براي درمان يبوست شديد بسيار مفيد است.
انجير خيسانده شده در روغن زيتون براي معالجه يبوست بسيار مفيداست و بايد صبح ناشتا خورده شود.شيره سفيد انجير اثري نظير مايه پنير دارد، لذا مي توان از آن در تهيه پنير استفاده كرد.
براي معالجه آبسه دندان و ناراحتي لوزه و گلو انجير پخته بسيار مفيد است. مرهم انجير پخته شده در سركه، براي درمان سوزش، خشكي و خشونت زخم ها بسيار مؤثر است . جوشانده تازه و جوان درخت انجير در استسقاء اثر نيكو دارد.جوشانده انجير در التهاب دستگاه تنفس تجويز مي شود. جوشانده پوست تازه انجير در شك روش ها و اسهال خوني توصيه شده است.
تذكرات:
انجير براي مبتلايان به قند مضر است. انجير براي اشخاص چاق، زيان آور است.
انجير براي مبتلايان به اختلال معده و روده مضر است.
زياده روي در خوردن انجير، براي معده و چشم زيان آور استو خنثي كننده زياد آن كرفس است.
انجير و ورزشكاران:
بر اساس نتايج پژوهشي جديد در مصر، انجير تازه يا خشك بهترين ماده انرژي زا براي ورزشكاران است. نيم ساعت پس از خوردن انجير، قند آن به راحتي جذب بدن مي شود و انرژي مورد نياز ورزشكاران تأمين مي شود. انجير تازه حاوي پتاسيم و كلسيم و آهن و ويتامين هاي گروه «ب» است كه براي سلامت پوست و عضلات و اعصاب مفيد است. انجير خشك حاوي مواد غذايي غليظ شده است و ميزان ويتامين ها و مواد معدني و كالري آن بيشتر از انجير تازه است ( در حدود ?برابر) ماده پكتين انجير

خشك كلسترول خون را كاهش مي دهد.ا
منبع: http://www.pezeshk.us

## خواص و کاربردگلرنگ

به فارسي گياه را «گلرنگ»و تخم م رغ آن را «تخم كافشه»،«خسك دانه»و در گيلان «تخم كاجره»و«تخم كازيره»مي گويند.در كتب طب سنتي با نامهاي عربي آن «قرطم»و«احريض» و تخم آن را «حب العصفر»و «بذر الاحريض» نام مي برند.به فرانسوي Safran batardو به انگليسي Safflowrr گفته مي شود.گياهي است از خانواده compositaeتيره فرعي tubuliflorae،نام علمي آنCarthamus tinctorius L. مي باشد.

مشخصات

گياهي است يكساله،ارتفاع ان در حدود 65/0 متر كمي خاردار و منظره كلي ان بخصوصگلهايش شباهت با خارخسك دارد.برگهاي آن بدون دمبرگ پهن و موجدار با دندانه هاي منتهي به خارهاي ظريف است.رگبرگهادر سطح زيرين برگ برجسته و نمايان مي باشد.گلهاي ان منفرد در يك طبق كوچك لوله اي و زرد رنگ مايل به قرمز در انتهاي شاخه گلدار ظاهرمي شود.ميوه ان فندقه سفيد رنگ كه در قسمت بالاي آن دسته اي تار نازك وجود دارد.

گلرنگ ،بومي مشرق زمين است و از نواحي عربستان برخاسته و پس زا آن به ساير مناطق دنيا منتشر شده است و امروزه در اغلب كشورها كاشته مي شود و از نظر مصارف روغن آن و ماده رنگي گلهاي ان مورد توجه است.تكثير گلرنگ از طريق كاشت دانه آن صورت مي گيرد.دانه ان را براي اينكه در جوانه زدن تسريع شود،قبل از كاشت 24 ساعت در آب مي خيسانند و معمولا در ارقام مختلفه گلرنگ پس از5-4 ماه گياه قابل بهره برداري ميشود.اين گياه در خراسان ،تفرش تبريز و برخي مناطق ديگر مي روید.

تركيبات شيميايي

از نظر تركيبات شيميايي درگلهاي گلرنگ دو ماده رنگي وجود دارد يكي ماده رنگي زرد كه در آب حل مي شود وبا طريق ساده شستن مي توان ماده رنگي زرد ان را به دست آورد.ماده ديگر ماده اي است قرمز رنگ به نام كارتامين كه درآب غير محلول است و در محلولهاي قليايي ضعيف حل مي شود،در الكل كم حل مي شود و در اتر خيلي كمتر حل مي شود.در ميوه اين گياه در حدود 30 درصد پروتئين و مقداري چربي ثابت خوراكي وجود دارد.مقدار چربي برحسب ارقام مختلف متفاوت است و بين 30-20 درصد فرق مي كند واز اين جهت گلرنگ از دانه هاي روغني نيز محسوب مي شود.

بررسي هاي ديگري نشان مي دهد كه در گلهاي گلرنگ ماده رنگي زرد به

نام سلافوريلوكارتامين و ايزوكاتامين وجود دارد.طبق نظر [روا]در آن چربي ثابت نيز وجود داردكه شامل لينولئيك اسيد،اولئيك اسيد،استاريك اسيد ،پالميتيك اسيد ،لينولينك اسيد و در آخر دو ماده رنگي به نام هاي كارتامين و كارتاميك اسيد مي باشد.
درميوه آن يك نوع آنزيم شبيه رنت و ماده رنگي خالص گلرنگ يافت مي شود.در دانه هاي آن روغن ثابتي وجود دارد كه عمدتا شامل لينولئيك اسيدو يك گليسريد استو در تجزيه ديگري وجود ميريستي نيك اسيد،آراشيديك اسيد،لينگوسويك اسيد و لينولئيك اسيد در آن تاييد شده است. [M.P.E.SE.A]
خواص و كاربرد
از گلهاي گلرنگ براي رنگين كردن غذا به جاي زعفران استفاده مي كنند و از روغن دانه ان نيز به عناون روغن نباتي مايع كم ضرر خيلي استقبال مي شود.در تمام مناطق شرقي آسيا از چين تا هندوستان و نواحي جنوب شرقي آسيا از گلهاي گلرنگ به عنوان داروي محرك ،مسكن و مسهل و معرق از جوشانده 20 گرم گل در هزار گرم آب يا به طور خيساندن در آب نيم گرم استفاده مي شود[روا].به علاوه براي آن خاصيت قاعده آور و ضد ورم و تحليل برنده تومور قايل هستند.
در چين معمول است از اواخر فروردين تا خرداد ماه كه گلرنگ دردوران شهور گل مي باشد،همين كه گلها باز شدند و رنگ گلبرگ ها از نارنجي به قرمز تبديل شد ،گلبرگ ها چيده مي شود و اين كار با احتياط و دقت انجام ميگيرد كه به تخمدان گل كه به ميوه تبديل مي شود صدمه اي نرسد گلبرگهاي چيده شده رادر آفتاب ويادر سايه خشك ميكنند.خوردن گلبرگها گرم كننده است و براي تسريع جريان گردش خون كمك ميكند و براي زنهايي كه عادت ماهيانه انها بدون دليل قطع شده است و يا زنهايي كه جنين مرده در رحم دارند و يا در مورد آنهايي كه ترشحات رحمي بعد از زايمان آنها ادامه دارد و همچنين براي بيماراني كه خون قي مي كنند تجويز مي شود.در هندو چين از گلهاي گلرنگ به عنوان تونيك و براي مداواي فلج وعادت ماهيانه دردناك استفاده مي شود.دانه هاي گلرنگ ميلن و مسهل است و براي استسقا و اغما و فلجهاي ناگهاني حاصله از خونريزي مغزي يا آپوپلكسي به كار مي رود.
از گلهاي خشك ان براي معالجه يرقان و از اب خيس كرده گلها براي شست و شوي چشم استفاده مي شود.
قرطم يا تخم گلرنگ از نظر طبيعت طبق نظر حكماي طب سنتي ايران گرم و خشك است و داراي خاصيت مسهلي است.از نظر خواص معتقدند كه تركيبات مغذي ان خيلي كم است . مسهل است و بلغم رقيق و اخلاط سوخته را خارج مي كند و بادهارا تحليل مي برد. اگر 20 گرم از تخم

گلرنگ را گرفته کوبیده و شیره ان را بگیرند و با شکر سرخ و یا عسل بخورند و یا 40 گرم آن را بکوبند و در 250 گرم آب بجوشانند و بمالند و صاف کرده و 40 گرم شکر سرخ در آن بریزند و بخورند، به عنوان مسهل خوب عمل مي كند.
اگر شیره تخم گلرنگ را گرفته با آبي كه در آن انجیر خیسانده باشند،مخلوط و با شکر و یا عسل بخورند سینه را پاك میکند و آواز را صاف مي كند و براي اكثر بيماري هاي سينه اي سرد مفيد است.مقوي نيروي جنسي و زياد كننده اسپرمو درخشان كننده رنگ رخسار است،بادها و نفخ را تحليل مي دهد.
و ارگر آن را داخل آش ماش یا آش نخود کرده بخورند براي اعتدال اخلاط مفيد است ومسهل بلغم خام و مواد سوخته مي باشد. اگر 40 گرم شيره آن را با قند و شكر سرخ و يا عسل بخورندبراي استسقاي عمومي يا خيز عمومي بدن مفيد است و اگر كمي نمك هندي نيز در آن بريزند اثرش در ازديا ترشح ادرار بيشتر مي شود(نمك هندي كه دربازار به همين نام عرضه مي شود،در هندوستان از خاكستر برگ تعدادي از گياهان نظير كهار ،تربو توتون،موز نخود و...مي گيد مقدار خوراك 6-5 گرم است.)خوردن شير ه تخم گلرنگ كه فلوس خيار شنبر در آن حل شده باشد براي كاهش تب بلغمي بسيار موثر است.اين دارو منضج يعني اعتدال دهنده اخلاط استو اخلاط منجمد را مي گدازدو اخلاط رقيق را غليظ مي كند .به همين دليل اين دارو را نبايد بعد از شير گاو يا گوشفند خورد زيرا آن را منجمد و منعقد مي سازدو براي معده مضر است و از اين نظر بايد با انيسون و شيريني خورده شود. مقدار خوراك تخم گلرنگ 40-20 گرمو اسراف در خوردن ان مضر است و بايد كمتر از مقدار معينه براي خوراك خورده شود.جانشين ان از نظر خواص حبةالخضرا يا ميوه درخت بطم است.تخم گلرنگ را در شيسر مخلوط مي نمايند و مي خورند.معمولا در هر 500 گرم شير 40 گرم تخم گلرنگ مقشر داخل مي كنند و نصف ان را مي خورند تا عمل كند.روغن تخم گلرنگ از نظر خواص شبيه روغن گزنه است و كمي ضعيفتر از آن و همان طور شير را منعقد مي كند و به اصطلاح مي برد.و آب را جدا مي سازدو روغن نوع اهلي تابستاني ان مسهل خوبي است.
منبع:www.taamasrar.com

خواص و کاربرد دارچین

در ايران به طور كلي «دارچين»گفته مي شود.در كتب طب سنتي انواع آن رابا نامهاي «دارصيني »،«قرفهالدار چيني »،«سليخه »نام برده اند .پوست شاخه هاي درختي است كه به فرانسوي آن را Cannelleوبه انگليسيCinnamon نامندو درخت آن را به فرانسوي cannerlierوبه اانگليسي cinnamon treeمي نامند . گياهي است از خانواده يLauraceae و گونه هاي مختلفي دارد كه معروفترين آنها دو گونه بانام هاي علمي زير است :

1- Cinnamonmum verun J.S .Presl.كه مترادف آن C.zeylanicum Bl.است و در بازار تجارت بين المللي به نام «دارچين سيلان »در كتب Ceylon cinnamonو به نام «قرفه»معروف است واز مرغوب ترين انواع دارچين است .

2- Cinnamomum cassid Bl.كه رويشگاه آن چين وويتنام و جزاير سوئد وآن حوالي است ودر چين نيز پرورش داده مي شود و در بازار به نام«دارچين چين » و«دارچين سايگون» گفته ميشود . اين دارچين رابه عربي«سليخه »و«دار صيني »وبه زبان اردو «تج»مي نامند و مترادف آن C.aromaticum Nees. مي باشد .

انواع ديگري نيز با اسامي تجارتي خاص در بازار وجود دارد كه در حد مرغو بيت انواع فوق نيست ،از جمله دارچين كايان كه در آمريكاي جنوبي ميروید ،رنگ آن تقريبا سفيد ودر دهان زود نرم ميشود ودارچين ناصاف ونامرغوب كه به جاي پوست شاخه هاي جوان درخت دارچين سيلان تهيه مي شود كه خشن و ناصاف و نامرغوب است.

سابقه تاريخي

دو گونه دارچين به نام دارچين سيلانو دارچين سايگون از قديمي ترين ادويه هاي جهان هستند كه از تعصار كهن مورد شناخت بشر بوده است و اسناد مكتوب تاريخ قدمت آنها را به 40-30قرن پيش مي رساند.

از نظر كيفيت اين دو نوع دارچين با هم يكسان نيستند ولي به علت شباهت زيادي كه از نظر خواص و عطر باهم دارند از همان قرنها پيش هميشه دو گونه:C.verum وC.cassia باهم اشتباه مي شده و حتي در حال حاضر نيز در اغلب مناطق دنيا براي اين دو گونه دارچين اختلافي قائل نيستند.

در بازار آمريكا تقريبا تمام ادويه اي كه به نام دارچين فروخته مي شود عملا از نوع C.cassia است و نام دارچين را آمريكايي ها از هر نوع cinnamon مي گويند.در انگلستان مرسوم است در بازار و در محافل

علمي نام cinnamon براي گونه مرغوبC. zeylanicum و نام cassia براي گونه C.cassia به كار مي رود.در صورتي كه در آمريكا طبق مقررات مواد غذايي دارويي مربوط به سال 1938 اجازه داده شده است كه كلمه Cinnamonبراي هر دو نوع به كار رود.
حكماي طب سنتي از جمله گالن طبيب نامدار يوناني در قرن دوم پس از ميلاد در كتابش دارچين سايگون و ياC.cassia را هم رديف باC. zeylanicum . يا دارچين سيلان اعلام كرده و معتقد است كه در مصارف طبي مي توان به جاي دارچين سيلان از دارچين سايگون استفاده كرد ولي از نظر مقدار بايد مقدار مصرف دارچين سايگون دو برابر دارچين سيلان باشد.
مشخصات
دارچين سيلان درختچه اي است از نظر بلندي متوسط هميشه سبز كه قسمت دروني پوست شاخه هاي جوان ان دارچين مرغوب تجارتي معروف به دارچين سيلان است .در سيلان و هند ارتفاع ايت درختچه ممكن است تا 10-12 متر برسد.
ولي عملا چون به طريق شاخه زاد پروزش داده مي شود ارتفاع خيلي كمتري دارد ،برگهاي آن به رنگ سبز تيره شفاف در سطح فوقاني و سبز روشن در سطح تحتاني ،بسيار معطر ،دراز به طول 10-15 سانتي متر و نوك تيز هستند.گل ان كوچك زرد تقريبا نامرئي است.ميوه آن كوچك تخم مرغي به رنگ ارغواني تيره به طول 1-2 سانتي متر و داراي يك دانه مي باشد.اين درختچه در سيلان و هند در مناطقي كه بارندگي ساليانه در حدود 2-5/1 متر باشد مي روبد.
مرغوبترين نوع دراچين سيلان ار دارچين شيرين يا دارچين عسلي مي نامند.تكثير اين درختچه از طريق كاشت بذر و يا از طريق كاشت قلمه آن است .پس از 3-2 سال درخت جوان را قطع مي كنند تا شاخه هاي زياد بدهد و به صورت شاخه زا در آيد و 3-2 سال بعد پوست شاخه هاي جديد راكنده به صورت لوله دارچين در بازار عرضه مي كنند.
دارچين سايگون يا دارچين چين در ويتنام و هيمالياي شرقي و قسمتي از چين مي روبد.درخت ان كمي بلندتر ،پوست آن ضخيم تر ،برگها دازتر و ميوه آن كوچكتر از دارچين سيلان است.كاشت بهره برداري ان نظير كاشت و بهره برداري دارچين سيلان مي باشد.و تنها اختلاف اين است كه در مورد دارچين سايگون معمول است از پوست شاخه هاي جوان و از پوست تنه درخت نيز كه ناصاف است از هر دو استفاده و شابد 10-15 سال لازم است تا بهره برداري آغاز شود.
تركيبات شيميايي
از نظر تركيبات شيميايي و مواد عامله طبق بررسي هاي دانشمندان

شيمي و دارويي در داچين سيلان اسانس روغني فرار قابل ملاحظه اي وجود دارد.بررسي هاي آزمايشگاهي نشان مي دهد كه در پوست خشك ساقه هاي كوچك و جوان درخت در حدود 71/0-35/0 درصد اسانس يافت مي شود كه شامل 76-48 درصد از آلدئيد ها مي باشد.بررسي ديگري نشان مي دهد كه داراي 2 درصد اسانس است كه شامل 90-70 درصد ماده اوژنول (اسانس ميخك)است.
بررسي ديگري نشان مي دهد كه پوست شاخه ها در حدود 1-5/0 درصد اسانس دارد و برگهاي سبز درخت در خدود 1 درصد اسانس دارد.مطالعه ديگري نشان مي دهد كه اسانس دارچين از نظر ماده اوژنول اسانس ميخك است و در هر دو در حدود 90-70درصد اوژنول وجود دارد.
در پوست ريشه دارچين در حدود 3 درصد اسانس يافت مي شود كه البته با اسانس پوست و شاخه ها و برگها متفاوت است. دارچين سيلان منتهي ضعيفتر از ان است نيز داراي اسانس مي باشد.در هر دو گونه فوق علاوه بر اسانس مواد ديگري نظيرتانن نيز يافت مي شود.[G.I.M.P]
در گزارش مطالعات ديگر جديدي در مورد تركيبات شيميايي چنين آمده است كه اسانس گونه سيلان داراي سينااميك آلدئيد،هايدروسينااميكآلدئيد،بنز آلدئيد و كومينيك آلدئيد،نوني ليك آلدئيد،اوژنول،كاريوفيلن،آل-فلاندرين،پي سيمن،پينن،ميتل-ان-آميل كنوتو آل-لينالول مي باشد.
در مورد تركيبات شيميايي دارچين سايگون آمده است كه داراي سينااميك آدئيد ،سينااميل استات ،فنيل پروپيل استات و تانن مي باشد.
خواص و كاربرد
دارچين سيلان:در هند و چين از پوست شاخه ها و اسانس آن به عنوان محرك هاضمه،محرك تنفس و محرك جريان خون استفاده مي شود.در شبه جزيره مالايا مصارف وسيع وسيع دارويي دارد. اسانس ان خاصيت جرم كشي قوي دارد ولي نظر به اثر تحريكي آن كمتر براي ميكروب كشي به كار مي رود.دارچين در دور زياد به عنوان مواد مخدر سمي مورد توجه است.[كوئي زمبيگ و نادكارني]
دارچين سايگون بيشتر مصرف ادويه دارد تا مصرف دارويي ،اين دارچين تند و گزنده وتونيك خاصي براي كليه مي باشد.براي سرما زدگي پا و دست و دل درد و شاش بند تجويز مي شود،ولي در مورد زنان حامله توصيه نمي گردد[چونگ يائوچي].
شاخه هاي كوچك تازه ان نيز اغلب قطع و قطعه قطعه شده در آفتاب خشك مي شود،اين قطعات با 100-30 سانتي متر طول به بازار عرضه مي شود.دارويي گرم كننده با طعمي كمي شيرين و براي تسريع جريان خون تجويز مي شود.به علاوه به عنوان تب بر در موارد سرما خوردگي و

كاهش درد مفاصل و كمر توصيه مي گردد[چونگ يائوچي].
به طور كلي در كتب طب سنتي خاور دور ،دارچين به عنوان بادكن ،مقوي معده ،قابض،تونيك،محرك و آرام بخش و دارويي براي ناراحتي هاي پس از زايمان تجويز مي شده است[استوارت] [روا]مي گويد كه به طور كلي دارچين يك محرك عمومي است كه جريان خون را تسريع و تنفس را تحريك مي كند و موجب افزايش اغلب ترشحات بدن و تحريك عاضمه مي گردد.از سرشاخه هاي جوان آن هب عنوان قاعده آور و معرق استفاده مي شود.در هند و چين از اين دارو به عنوان يكي از اجزا در تهيه داروهاي مركب ضد اسهال،صفرابر و تب بر به كار مي رود و براي معالجه اسهال و يرقان و مالارياي مزمن كه موجب بزرگي طحال شده مفيد است معالجه اسهال و يرقان و مالارياي مزمن كه موجب بزرگي طحال شده مفيد است[مي نات].[بركيل] معتقد است كه اين دارچين به عنوان جزئي از اجزاي داروهاي مركب براي سرفه و ناراحتي سينه مصرف مي شود.
دارچين از نظر طبيعت زنبق نظر حكماي طب سنتي ايران و هند گرم و خشك است ونيروي دارويي ان تا 15 سال باقي مي ماند.از نظر خواص معتقدند كه بسيار لطيف كننده و باز كننده گرفتگي هاي و انسداد مجاري و فرح اور است.عفونت اخلاط را رفع مي كند و تریاق سموم حيواني ،نباتي،و معدني است و نيروبخش و مقوي است و براي خفقان،وسواس،وحشت،و جنون و تقويت معده و كبد و رفع بد بويي دهان ،قطع سرفه هاي رطوبي،تنگي نفس،رفع خشونت صدا و آواز كه بلغم غليظ باشد،پاكم كردن سينه و حنجره،باز كردن گرفتگي هاي كبد ،رفع استسقا و ضد عفوني زخمها بسيار مفيد است.استعمال آن به صورت خوردن در شربتها ومصرف گردو به صورت روغن و ضماد و يا شياف و ماليدن به اعضا به صور مختلف امكان دارد.ماليدن روغن آن به پلك چشم مفيد است.خوردن دم كرده ان با سركه و مصطكي براي سكسكه رسوبي نافع است.ضماد ان براي رعشه و رفع تبو لرزهاي بلغمي و سوداوي و دانه بواسير و تسكين درد ان و عقرب زدگي مفيد است.
اگر ان را در دهان جويده برقضيب بمالند موجب التذاذ جماع باشددر گرم مزاجان ايجاد سردرد مي كند و براي مثانه مضرر است واز اين نظر بايد با كتيرا خورده شود،مقدار خوراك آن از 20-8 گرم مي باشد.روغن آن بسيار گرم و خيلي خشك است و براي سنگيني و سردرد ودردهاي رحمي چه از طريق خوردن ان و چه با ماليدن نافع است.قطره ان در گوش براي رفع سنگيني گوش و خوردن آن براي تقويت هاضمه ،تحيلي نفخ،گاز معده،رفع يرقان و بواسير مفيد است.
تهيه گرد دارچيني :دارچين سيلان را به مقدار مورد نظر گرفته و نيم كوب كرده،در گرم خانه 40 درجه سانتي گراد بخشكانند و نرم ساييده از الك

بيرون كنند وبايد ان را آنقدر بسايند كه در نخاله باقي مانده،جز ماده خشبي بي طعم چيز ديگري نباشد.اين گرد از ادويه براي مصرف در غذا مي باشد و از عوامل محرك و مقوي معده است.
مقدار خوراك آن از 5-5/0 گرم است.
عرق دارچيني:دارچين سيلان ررا به مقدار مورد نظر گرفته با آب كافي ،ابتدا دارچين را نيم كوب كرده مدت 12 ساعت در آب بخيسانند و بعد از تقطير كنند تا از هر جز دارچين را كه مصرف شده در چهار جز مقطر به دست آيد و براي گرفتن اسانس روغني فرار آن بهتر است كه مايع تقطير شده را در شيشه لوله دار جمع كنند كه در انتهاي لوله باريك اسانس جمع شود.
عرق دارچين را به مقدار 120-60 گرم در پوسيونهاي محرك داخل مي نمايند.مقدار خوراك از اسنس آن 12-1 قطره است كه در پوسيونهاي ريخته شود.
شربت دارچين:عرق دارچين 10 واحد،قند سفيد 180واحد،قند را در عرق به حالت سردي حل كنند وبا كاغذ صاف نمايند و اين شربت را مانند محركها و مقوي هاي معده به مقدار 60-15 گرم در پوسيونها و يا يك شربتسرد حل كرده مي خورند.
جوشانده دارچين:دارچين سيلان 8 گرم،آب 1000گرم،مطابق معمول جوشانده تهيه شود.
عوارض جانبي دارچين و بيماريها:
بيماران ديابتي
تازه ترين تحقيقات نشان مي‌دهد بيماران مبتلا به ديابت مي‌توانند با افزودن كمي دارچين به رژيم غذايي خود به حفظ سلامت بدنشان كمك كنند.
به گزارش ايسنا، به نقل از پايگاه اينترنتي رويترز، در اين مطالعه بيماران ديابتي كه به مدت 40 روز، روزانه يك گرم دارچين به رژيم غذايي معمول خود افزودند، ميزان قند خون، كلسترول و چربي‌هاي خونشان تا 30 درصد كاهش يافت و كاهش ميزان كلسترول ، قند و چربي خون در بيماران ديابتي تاثير مفيدي در بهبود سلامتي دارد.
وقتي بدن حساسيت خود را نسبت به هورمون انسولين از دست مي‌دهد، ديابت نوع دوم بروز مي‌كند. انسولين قند را از خون به سلول هاي بدن منتقل مي‌كند تا به عنوان انرژي مورد استفاده قرار گيرد، بنابراين وقتي بدن به انسولين پاسخ ندهد، مقدار قند يا گلوكز در خون بالا مي‌رود و منجر به خستگي و تاري ديد مي‌شود.
افزايش قند خون در دراز مدت مي‌تواند خطر ابتلا به بيماريهاي قلبي، نا رسايي كليوي و نابينايي را افزايش دهد.

افزودن مقدار كمي دارچين به چاي ، آب پرتقال يا غلات مفيد است. با جوشاندن آب با يك تكه دارچين به راحتي مي‌توان چاي دارچيني نيز تهيه كرد.
دارچين هم چنين از بروز ديابت نوع دوم در افراد در معرض خطر جلوگيري مي‌كند.
دارچين حاوي برخي مواد است كه مصرف زياد آن مي‌تواند سمي باشد بنابراين در مصرف اين ماده غذايي بايد دقت كرد.
در اين مطالعه 60 بيمار مبتلا به ديابت نوع دوم روزانه 1، 3 يا 6 گرم دارچين يا معادل آن آرد گندم ( به عنوان دارونما ) مصرف كردند. آرد گندم و دارچين به شكل كپسول استفاده مي شد.
ميزان گلوكز، چربي و كلسترول تمام بيماراني كه دارچين مصرف كردند تا 30 درصد كاهش يافت، اما هيچ گونه تغييري در كساني كه دارو نما دريافت كردند مشاهده نشد.
دارچين حاوي تركيباتي است كه عمل انسولين در انتقال گلوكز به سلول ها را بهبود مي‌بخشد. دارچين تقريبا هيچ كالري ندارد، به همين خاطر ديابتي‌ها بدون خطر چاق شدن مي‌توانند با افزودن دارچين طعم مطبوعي به غذاي خود بخشند.هر گرم دارچين كمتر از 3 كالري دارد كه بسيار اندك است.
تحقيقات قبلي نشان داده بود كه دارچين ظاهرا به سلول هاي چربي در تشخيص و واكنش به انسولين كمك مي‌كند.
مطالعات آزمايشگاهي و حيواني نيز نشان داده بود كه دارچين سوخت و ساز گلوكز را حدود بيست برابر مي‌كند.
مطالعه بر روي حيوانات:
سميت حاد ناشي از سينامالدهيد، دقيقاً مرتبط با فرم تجويز آن مي‌باشد. Hadara مقادير LD50 را در موش گزارش داده است: 132 ميلي‌گرم بر كيلوگرم به طور داخل وريدي ـ 610 ميلي‌گرم بر كيلوگرم به طور داخل صفاقي و 2225 ميلي‌گرم بر كيلوگرم به طور خوراكي. اما عصاره آبي آن حقيقتاً غيرسمي است. (با LD50 4980 ميلي‌گرم بر كيلوگرم به طور داخل صفاقي). Shramlik مقادير LD50 را براي اسانس فرار دارچين Ceylon، 4160 ميلي‌گرم بر كيلوگرم و براي روغن كاسيا 5200 ميلي‌گرم بر كيلوگرم گزارش داده است (آزمايش بر روي موش صحرايي و به طريق خوراكي انجام گرفته است). در مونوگراف‌هايي كه توسط Opdyke ثبت شده است، مقادير LD50 خوراكي بين 2/2 ميلي‌ليتر بر كيلوگرم و 4/3 ميلي‌ليتر بر كيلوگرم ذكر شده است. اگرچه Meyer گزارش داده است كه اسانس دارچين به مقدار بسيار ناچيزي از طريق پوست جذب مي‌گردد، اما محققين ديگر مقادير پائيني از LD50 مربوط به

فرم پوستي به دست آورده‌اند كه عبارت است از: 59/0 ميلي‌گرم بر كيلوگرم از سينامالدهيد، 69/0 ميلي‌گرم بر كيلوگرم از اسانس دارچين Ceylon و 32/0 ميلي‌گرم بر كيلوگرم از اسانس كاسيا. موش‌هاي صحرايي 70 ميلي‌گرم سينامالدهيد را به فرم خوراكي، به مدت 8 هفته تحمل كردند، بدون اينكه نشانه‌اي از سميت ظاهر شود. هنگامي كه 1000،2500 و ppm110000 سينامالدهيد، براي يك دوره 16 هفته‌اي، به رژيم موش‌هاي صحرايي اضافه گرديد، در گروهي كه ppm110000 سينامالدهيد، دريافت نموده بودند، التهاب ملايم سلول هاي كبدي و هيپركراتوزيس بخش لايه‌لايه‌اي معده مشاهده گرديد. هيچ‌گونه اثرات ماكروسكوپيك در مقادير ppm110000 و ppm12500 ديده نشد. علائم مشابهي نيز توسط shramlik مشاهده شده است. وي وقوع نفريت را نيز گزارش داده است.

مطالعه بر روي انسانها:

خطرات استفاده از دارچين، خصوصاً اسانس فرار و سينامالدهيد آن ارزيابي شده است، زيرا به عنوان يك آلدهيد اشباع نشده در موقعيت‌هاي با گروه‌هاي سولفيدريل و آمينو واكنش داده و مسئول خصوصيات حساس كننده، التهاب‌آور و سميت براي سلولها مي‌باشد.

تحقيقات سميت‌شناسي و فارماكولوژيك، نشان دهنده وجود خطر خاصي براي انسان نمي‌باشند. تحقيقات انجام گرفته به وسيله Plant نشان مي‌دهد كه در سگ‌هاي تحت آزمايش با دوزهاي بالا، استفراغ ديده شده است و اين مطلب، مشابه عوارض جانبي گزارش شده در انسان مي‌باشد. شوراي اروپا در سال 1973، گونه‌هاي مختلف دارچين را در ليست مواد، ادويه‌ها و افزودني‌هاي معمولي فصلي ذكر نموده و استفاده آنرا در مقادير كم مجاز دانسته است، با اين احتمال كه جزء فعال در محصول نهايي حذف مي‌شود. دوز مجاز جهت مصرف سينامالدهيد 25/1 ميلي‌گرم بر كيلوگرم مي‌باشد.

عوارض پوستي:

سينامالدهيد 5% در وازلين، محرك پوست مي‌باشد. اسانس دارچين، بعد از 48 ساعت تماس، در قسمت خلفي ران يك پسر 11 ساله ايجاد سوختگي درجه دوم نمود.

در سال 1988، Hausen بيان كرد كه سينامالدهيد، تركيبي است كه مسئول واكنش‌هاي آلرژيك مواد آرايشي و عطرها مي‌باشد. پيش از آن در سال 1920 كهير ايجاد شده به وسيله دارچين گزارش شده بود. اگرچه موارد بالیني متعددي ثبت شده است، به نظر مي‌رسد كه تعداد واقعي عوارض جانبي كمتر برآورد شده است. عامه مردم عوارض جانبي مواد طبيعي را نسبت به مواد شيميايي به طريقي متفاوت باور دارند.

گزارشاتي وجود دارد كه نشان مي‌دهد بيماران، مدت زماني طولاني پيش از ظهور علائم شديد، به عوارض آلرژيك ملايم مبتلا مي‌شوند. علائم مذكور، در ابتدا، معمولاً به عنوان نشانه‌اي از عملكرد دارويي فرآورده و يا به عنوان يك بيماري عادي مانند آفت يا هرپس لابياليس تلقي مي‌شود. واكنش‌هاي آلرژيك بعد از تماس با اسانس دارچين يا سينامالدهيد موجود در پماد، خميردندان، دهان‌شويه‌ها و غذاها اتفاق مي‌افتند. علائم اصلي عبارتند از: تورم و التهاب لب‌ها و زبان، خارش، تاولي شدن مخاط دهاني و كهير. مواردي از گرانولوماتوز دهاني ـ صورتي بعد از تماس با اسانس دارچين در خميردندان نيز گزارش شده است. كمترين غلظتي كه در Patch هاي پوستي ايجاد واكنش‌هاي مثبت مي‌نمايد 01/0% مي‌باشد.
واكنش‌هاي شديد مانند آنافيلاكس گزارش نشده است. تمامي موارد باليني بعد از قطع مصرف فرآورده‌هاي حاوي دارچين بهبود يافتند. در بيشتر موارد باليني، محققين گزارش دادند كه يك انتظام كروموزومي غيرعادي در بيماران يا اعضاي خانواده آنها وجود دارد. واكنش‌هاي متقاطع در افراد حساس به بالسام پرو وجود دارد.
در يك گروه متشكل از 117 بيمار حساس به بالسام پرو، 5/14% آنها نسبت به دارچين چيني واكنش مثبت نشان دادند اما در مقابل، در يك گروه 220 نفري غيرحساس به بالسام پرو، تنها 1 نفر واكنش مثبت نشان داد. واكنش‌هاي متقاطع با ميخك، بيشتر بيان شده است، (2/64% از گروه قبلي واكنش‌هاي مثبت نشان دادند).
Nater متوجه شد كه سينامالدهيد (3ـ3/0 ميلي‌گرم بر ميلي‌ليتر) به طور Invitro، آزاد كننده هيستامين در لكوسيت‌هاي انساني است. اين محقق، اثر مذكور را مسئول اصلي واكنش‌هاي پوستي مي‌داند.
«اثر تسكين دهنده» كه به وسيله Opdyke توضيح داده شده است، شامل: كاهش يا ممانعت از واكنش‌هاي حساسيتي پوست به وسيله تركيبات ديگر موجود در اسانس فرار مانند ليمونن و اوژنول مي‌باشد. ارتباط باليني آزمايش مذكور، به درستي ثبت نشده است. ممكن است به نظر برسد، اوژنول، كه ممانعت كننده بيوسنتز پروستاگلاندين مي‌باشد، بر روي مكانيسم التهاب مؤثر باشد. اگر اين مطلب صحيح باشد، احتمالاً بايد واكنش‌هاي حساسيتي مضر و مختلفي از سينامالدهيد و اسانس دارچين Ceylon انتظار داشت. اطلاعات كلينيكي جهت تأئيد اين فرضيه وجود ندارد.
نتيجتاً نظر Mathias مي‌بايست پذيرفته شود كه فرآورده‌هاي حاوي بيش از 01/0% سينامالدهيد جهت استفاده، مورد ترديد مي‌باشد. افراد مبتلا به بيماري‌هاي آلرژيك نبايد فرآورده‌هاي حاوي دارچين را مصرف نمايند.
تداخلات دارويي:

در آزمايشات Invito، پوست كاسيا ( 2 گرم در 100 ميلي‌ليتر) به طور قابل توجهي انحلال تتراسيكلين هيدروكلرايد و متاسيكلين هيدروكلرايد را از كپسول‌هاي ژلاتيني به تأخير مي‌اندازد. درحضور پوست كاسيا بعد از گذشت 30 دقيقه حدود 20% تتراسيكلين هيدروكلرايد به صورت محلول درمي‌آيد، اما، در صورت وجود آب خالص، 97% آن حل مي‌شود. اين اثر مشابه داروي ضد اسيدتري سيليكات منيزيوم مي‌باشد. به نظر مي‌رسد علت آن جذب آنتي‌بيوتيك توسط ذرات باشد. تحقيقات بيشتر به منظور مشخص نمودن اين مطلب كه كدام تركيب خاص پوست كاسيا (اسانس فرار، سينامالدهيد، موسيلاژ) مسئول اين اثر مي‌باشد، صورت نگرفته است. از آنجائي كه دوز 1 تا 2 گرم دارچين عموميت دارد، بايد احتياط نمود كه تتراسيكلين و ديگر تركيبات مشابه همراه با آن مصرف نشود.
از آنجائي كه مي‌توان انتظار داشت واكنشي بين آمين‌هاي نوع 1 آزاد و سينامالدهيد صورت گيرد، نتيجتاً اسانس فرار نبايد همراه داروهاي مشابه با محدوده درماني كوچك مصرف شود.
باروري، بارداري، شيردهي:
Lewin گزارش مي‌دهد كه دارچين به وسيله زنان ميانسال و سالمند، به عنوان يك داروي سقط جنين كننده مصرف مي‌شده است. لازم به ذكر است كه در منابع قديمي، دارچين (كاسيا) با Cassia fistulosa كه حاوي آنتراكينون‌ها مي‌باشند اشتباه شده است. گزارش شده است كه «مقادير زياد دارچين» (مقدار نامشخص) در زنان باردار باعث ايجاد مت هموگلوبين در خون، وجود خون در ادرار، وجود آلبومين در ادرار و وجود سيلندر در ادرار مي‌گردد. سقط جنين گزارش نشده است. مصرف روزانه 100 قطره تنطور دارچين منجر به سقط جنين نمي‌گردد. هرچند كه Lewin در كتب ديگري ذكر نموده است كه دارچين مي‌تواند موجب سقط گردد. اما موارد بالايني ذكر نشده است. در يك گزارش مبني بر سقط جنين عمدي توأم با موفقيت، ماده‌اي با هويت تقريباً نامشخص مصرف شده است. نويسنده ذكر مي‌كند كه مايع سياه مايل به قهوه‌اي تنطور دارچين بوده است. دوز آن تعيين نشده است. اين مطلب كه يك دوز منفرد دارچين ممكن است ايجاد سقط نمايد مورد ترديد است به خصوص اگر مصرف گسترده آن نيز مدنظر قرار گيرد.
گزارشاتي كه توسط Hagers Handbuch , Roth در ارتباط با عملكرد دارچين بر روي رحم بيان شده است، بر پايه گزارشاتي است كه به وسيله Lewin , Madaus عنوان شده است. دو محقق مذكور از كتاب Clarus 1860 نقل قول كرده‌اند. به نظر مي‌رسد كه گزارش صحيحي در ارتباط با سقط جنين عمدي با دارچين وجود ندارد.
Abramovici متوجه شد كه سينامالدهيد در جنين جوجه اثر تراتوژنيك

دارد. آزمايشات مشخص نموده‌اند كه ناهنجاري‌هاي حاصل ارتباط نزديكي با اثرات سمي سينامالدهيد دارد. حداكثر اثر تراتوژنيك در دوز 5/0 ميلي مول براي هر جنين مشاهده شده است، كه 2/58% موجب ناهنجاري و 49% موجب مرگ جنين شده است. آزمايشات بر روي جنين جوجه، ارزش محدودي جهت ارزيابي خطر براي انسان دارد.
اطلاعات بيشتر در رابطه با سميت دارچين يا اسانس دارچين در دوران بارداري به دست نيامده است. در پايان، مي‌توان بيان كرد كه دارچين خطر خاصي در دوران بارداري ندارد. از آنجايي كه مدارك كافي در مورد اثرات جهش‌زاي دارچين در اين دوران وجود ندارد، بهتر است استفاده طولاني مدت اسانس آن در بارداري منع شود.
قدرت جهش‌زايي و سرطان‌زايي:
عصاره دارچين يا سينامالدهيد به منظور ارزيابي اثرات جهش‌زاي آن در سالمونلا (آزمايش Ames) مورد سنجش قرار گرفته‌اند. در بيشتر آزمايشات نتايج منفي بوده است. Lutz و همكارانش اين نتايج منفي را مرتبط با ساختمان شيميايي آلدهيدهاي مختلف اشباع نشده در موقعيت‌هاي مي‌دانند. با اين وجود، نتايج مثبت نيز در رابطه با عصاره الكلي دارچين و سينامالدهيد گزارش شده است. در يك آزمايش، O ـ متوكسي سينامالدهيد در تست Ames نتيجه مثبت داشت، در حالي كه سينامالدهيد نتيجه منفي داشته است. تحقيقات بيشتر در رابطه با محصولات دارچين كه از لحاظ شيميايي و گياه‌شناسي كاملاً اختصاصي باشند لازم مي‌باشد.
برخلاف آزمايشات انجام شده بر روي رشته‌هاي سالمونلا، دارچين و اسانس كاسيا، در آزمايشات انجام گرفته بر روي DNA متعلق به B. subtilis نتيجه مثبت داشته‌اند.
اسانس دارچين و سينامالدهيد در آزمايشات انحرافات كروموزومي با استفاده از كشت سلولي موش‌هاي چيني و سيستم آزمايشي Drosophila، نتيجه مثبت داشته است. نتيجه آزمايش Drosophila در مورد عصاره آبي دارچين منفي بوده است. آزمايش هسته‌هاي كوچك در موش نيز نتيجه منفي داشته است. دوز مصرفي 500ـ125 ميلي‌گرم بر كيلوگرم به طور داخل صفاقي بوده است.
نتايج آزمايشات تعيين قدرت جهش‌زايي سينامالدهيد و اسانس دارچين بر روي باكتري‌هاي به طور Invitro، مي‌بايست به دقت تفسير شود، زيرا غلظت استفاده شده در محدوده دوزي بوده است كه در آن محدوده خاصيت ضدميكروبي داشته‌اند. تأخير در رشد به واسطه اثر ضدميكروبي سينامالدهيد، دليلي است كه آن را به عنوان يك عامل ضدجهش، گزارش كرده‌اند.

با توجه به آزمايشات انجام گرفته به صورت Invitro حاوي كشت سلولي پستانداران مي‌بايست ذكر گردد كه عصاره دارچين و سينامالدهيد موجب ايجاد اثرات سيتوتوكسيك مي‌گردد. دوزهاي آزمايش شده عبارتند از: ED50 از 60ـ50 در سلول‌هاي KB (يك رديف سلول برداشته شده از سلولهاي سرطاني دهان انسان) و 24ـ20 يا 8/4 در كشت‌هاي سلولي L1210 موش. ظهور اثرات سيتوتوكسيك همراه با كاهش ساخت پروتئين‌هاي سلولي است كه مربوط به واكنش سينامالدهيد با گروههاي سولفيدريل و آمينو مي‌باشد. بروز اين اثرات غيراختصاصي، به ميزان زيادي تحت تأثير محيط كشت و شرايط آزمايش قرار دارد.
درخصوص خطر سرطان‌زايي دارچين اطلاعات كاملي در دسترس نيست. تحقيقات بيشتر احتياج به فرآورده‌هاي اختصاصي از لحاظ شيميايي و گياه‌شناسي دارد زيرا وجود سافرول سرطان‌زا، كومارين و O ـ متوكسي سينامالدهيد مي‌توانند در نتايج نهايي تأثيرگذار باشند.
منبع:www.taamasrar.com

خواص و کاربرد رازیانه

درکتب طب سنتي باانام «رازيانج»نام برده شده است. درايران در مناطق مختلف«رازيانه»و «باديان سبز»گفته مي شود. به لغت رومي كهن«شمار»و به عربي«شمر» نامند.به فرانسويFenouil و به انگليسيFennel مي گويند .گياهي است از خانوادهUmbelliferae نام علمي آن Foeniculum vulgare Mill.و مترادف آنAnethum foeniculum L. از طرف گياه شناسان مختلف نامگذاري شده است.
بين اسامي فوق نام مربوط به «رازيانه تلخ»است كه به فرانسوي گويند وبرگهايش به عنوان ادويه با غذا نيز مصرف مي شود،و نام مربوط به رازيانه شيرين است كه به فرانسوي گويند.
مشخصات
رازيانه گياهي است علفي و دو شاله كه ارتفاع ان تا 5/1 متر مي رسد.
ساقه ان داراي شيارهاي طولي موازي است .و برگهاي آن با بريدگي عميق به طوري است كه برگ تبديل به نخها مي شود.دمبرگها در نزديك ساقه حالت غلاف پيدا مي كند.گلهاي ان زرد و بدون طبق به صورت چتر گروهي در انتهاي شاخه گل دهنده ظاهر مي شود.ميوه آن كوچك به طول12-6 ميلي متر و عرض 3-2 ميلي متر كه طرفين ان ضخيم است و بوته رازيانه ظاهرا از دور شبيه بوته شود است ولي عطر گياه و ارتفاع بيشتر و ريشه ضخيمتر ،آن را از شود كاملا متمايز مي سازد.
تكثير رازيانه از طريق كاشت بذر آن در بهار انجام مي ككيرد .ممكن است ابتدا بذر را در خزانه بكارند و پس از اينكه گياه چنر برگه به زمين اصلي منتقل نمايند.گاهي نيز مستقيما در زمين اصلي مي كارند.زمين آفتابگير و با زهكش خوب را دوست دارد و به آبياري زياد در فصل گرما احتياج دارد.
برگ رازيانه را پس از رشد كامل گياه و ب يدرنگ قبل از آغاز طهور گلها و يا در شروع باز شدن اولين گل برداشت مي كنند،يعني در حدود ماه خرداد.تخم رازاينه را كه مهمترين قسمت دارويي آن است،وقتي كه ميوه ها زرد رنگ شد مي چينند و براي اين كار سرشاخه هاي ميوه دار را ظرف4-3 هفته بتدريج كه مي رسند مي چينند و تخم ان را مي گيرند.ريشه رازيانه را كه ضخيم و مخروطي شكل به رنگ سفيد و معطر است ،پس از خارج كردن از زمين خوب شسته تميز كرده قطعه قطعه نموده و خشك مي كنند.
رازيانه در اروپا و آساي بخصوص در مناطق با اب و هواي مديترانه اي انتشار دارد.در ايران در مناطق شمالي ايران در دامنه هاي البرز در ارتفاعات 750 متري و در شمال هرزويل در مسير رودخانه به طور خودرو

ديده مي شود.
تركيبات شيميايي
از نظر تركيبات شيمايي تخم آن داراي يك اسانس روغني فرار است كه قسمت عمده ان آنتول(در حدود 60 درصد)است و به علاوه اسانس رازيانه داراي قند ،لعاب،مقدار كمي تانن، روغن ثابت ليماراز و همچنين مواد فنچون ،فلاندرن، ليمونن ،ديپنتن،كامفن پينن،متيل چاويكول،انيسيك اسيد،تيموهايدروكينون انيستون و سرانجام ويتامينA مي باشد [روا]
بررسي شيميايي ديگري نشان مي دهد كه از اسانس رازيانه برداشت شده در كشور پرتقال مواد زير به دست آمده است :
دي –آلفا-فلاندرن،ديپنتن،فنچون،استراگول،انيس آلدئيد،انيسيك اسيد و سرانجام مقدار قابل ملاحظه اي آنتول و از برگهاي آن مواد فينكولارين و يك كوئرستين-3-آرابينوزيد و نلومبوزيد فلاونوئيد به دست آورده اند.
در هر يك صد گرم برگ خام تازه رازيانه كه به عناون ادويه با غذا خورده مي شود،مواد زير وجود دارد:
آب 90 گرم،پروتئين 8/2 كرم،چربي 4/0 گرم،هيدرات كربن 5/4 گرم،كلسيم 100 ميلي گرم،فسفر 51 ميلي گرم،آهن 7/2 ميلي گرم،پتاسيم 397 ميلي گرم،ويتامين A 3500 واحد بين المللي و يتامينC 31 ميلي گرم.
خواص و كاربرد
به طور كلي تخم رازيانه،معطر ،محرك و مقوي معده و بادشكن و قاعده آور است .برگهاي آن مدر و ريشه آن ملين و مسهل است.و روغن تخم آن كرم كش و ضد انگل است.در چين از جوشانده تهيه شده از تمام گياه به عناون ضد قي و اشفتگي استفاده مي شود و براي معالجه فتق و براي ازدياد بينايي چژشم مفيد است[هو].براي ازدياد ترشح شير خيلي موثر است و دم كرده 10-4 گرم تخم رازيانه د ر4-3 فنجان آب جوش مي تواند خيلي مفيد باشد.براي رفع سرفه و آسم چند گرم تخم را در يك فنجان آب جوش ريخته مدت 15 دقيقه دم مي كنند بهد به عسل مي افزايند و مي خورند ،خيلي مسكن و موثر است.
رازيانج از نظر طبيعت طبق نظر حكماي طب سنتي نسبتا خيلي گرم و خشك است و تخم آن گرمتر از برگ آن و ريشه آن گرمتر از ساير اعضاي گياه است.خواص آن در مجموع باز كننده گرفتگي ها ،انسداد مجاري سينه ،كبد،طحال،كليه،مثانه و براي تسكين دردهاي آنها كه از سردي باشد مفيد است.مقوي بينايي چشم و معده و محللبادها،اخلاط غليظ ازدياد كننده ترشح شير ،بويژه تازه آن مدر و قاعده آور است.
خوردن دم كرده تخم آن با گل گاو زبان براي خفقان موثر است و دم كرده تخم آن با پرسياوشان و انجير براي سرفه و تنگي نفس و سخت نفس

كشيدن و دم كرده تنها تخم آن و يا با گياهان و داروهاي گياهي مناسب ديگر براي تحليل بادها ،درد پهلو و لگن خاصره ،رفع بلغم ترش،رفع اسهال مزمن و دم كرده تخم آن با زيره سبز براي رفع اسهال و تقويت معده و با عسل و سكنجبين براي تبهاي كهنه مفيد است .دم كرده تخم آن با سركه براي گزيدگي جانوران سمي مانند عقرب و زنبور مفيد است.
ماليدن گرد ان بر شكم اطفال براي رفع نفخ مفيد است.عصاره برگ تازه ان براي افزايش بينايي چشم مفيد استوبخور برگ تازه آن كه در آتش اندازند نيز براي چشم بسيار مفيد است.
اگر آب برگ تازه را جوش دهند تا دو سه جوش بخورند و كف آن را با عسل و سكنجبين يا بتنهايي و فقط با عسل در جشم بكشند براي قطع آب آمدن از چشم و تقويت روشنايي و بينايي چشم نافع است.
رازيانه براي گرم مزاجان مضر است،از اين نظر بايد با صندلي و يا سكنجبين خورده شود و بطئي الهضم است و معده را سست مي كند.مقدار خوراك از تخم ان 10-5 گرم و از ريشه ان در دم كرده ها 15-10 گرم است.جانشين تخم رازيانه از نظر خواص دارويي تخم كرفس است.
دم كرده ريشهزه آن از خشك ان است)به اندازه محتوي يك قاشق سوپخوري براي يك ليوان كوچك آب به عناون مدر بسيار مفيد است،مدت دم كردن از يمك ربع ساعت تجاوز نكند.
تهيه چهار تخمه بادشكن يا بروز كاسرالرياح اربعه:تخم انيسون،زيره كرماني،تخم گشنيز،تخم رازيانه به مقدار مساوي از هر يك بگيرند و مخلوط كنند و از 20-10 گرم اين مخلوط را در 1000 گرم آب جوش دم كنند و صاف كرده براي تحريك معده و به عنوان بادشكن و ضد نفخ بتدريج بياشامند.
گرد بادشكن :انيسون ساييده 1/0گرم،رازيانه ساييده 1/0 گرم،زعفران ساييده 50/0 گرم،گرد منيزي كلسينه 4/0 گرم ،قند ساييده 4/0 گرم را با هم مخلوط كنند و دو قسمت نمايند و براي رفع قولنج ،باد،نفخ و ضعف يك قسمت ديگر را پس از يك ساعت بخورند.
در فرانسه دم كرده مدري در موارد سنگ مثانه مصرف مي كنند ،به اين ترتيب كه ابتدا يك مشت كاكل ذرت را در يك ليتر جوشانده وسپس در اين جوشانده دو قاشق قهوه خوري تخم رازيانه ريخته و دم مي كنند.پس از دم كردن مي گذارند كه سرد شود 3-2 فنجان از اين دم كرده را در روز مي خورند،آثار مفيدي دارد.
منبع:www.taamasrar.com

## خواص و كاربرد درخت ميخك

به فارسي «ميخك» گفته مي شود و در كتب طب سنتي با نامهاي «قرنفل»و «قرنفول» آمده است،به فرانسوي Giroflierو به انگليسي Clove treeناميده مي شود.گياهي است از خانواده نام علمي آنPerry و مترادف آنJambosa caryophyllus Niedz. است كه از طرف گياه شناسان مختلف نامگذاري شده است.

مشخصات

درختچه اي كوچك مخروطي با برگهاي هميشه سبز ونا خزان ،متقابل بيضي ، نوك تيز ،وكمي موجدار بلندي در ختچه 12-10 متر است . رنگ سبز تيره ي زيباي برگها با برگها با رنگ صورتي برگهاي جوان و رنگ قرمز دمبرگ هاي برگها هماهنگي بسيار دارد ومنظرهي زيبايي به درخت ميخك ميدهد.

كلمه Clove از لغت فرانسويClou منشا مي گيرد و يا بالعكس Clou به معناي ميخ كوشك است .طول هر غنچه كه مصرف طبي و ادويه اي دارد به شكل ميخ كوچك است.طول هر غنچه در حدود 1-5/1 سانتي متر است و.غنچه هاي درخت ميخك بي درنگ پس از باز شدن غنچه هايعني قبل از اينكه رنگ خاكستري و ارغواني آن به رنگ قرمز تيره تبديل شود،بايد چيده و خشك شود.درخت ميخك بومي جزاير ملوكي و شرق اندونزي و اقيانوسيه است ولي امروز در ساير مناطق نيز براي زيبايي درختچه و گلهايش پرورش داده مي شود.در ايران نيز به عنوان گياه زينتي و زيباي گلخانه اي در گلخانه و يا د ر اطاق ها كه از سرما محفوظ باشد پرورش داده مي شود.

در اسناد و مدارك طب سنتي مشرق زمين اولين نشانه هاي شناخت درخت ميخك به دوران امپراتوريHan در چين بر مي خورد(سه قرن قبل از ميلاد مسيح)و با نام «ادويه زبان جوجه»نام برده شده است.و بعد از ميلاد در اروپا به صورت يك گياه شناخته شده بوده است.در تاريخ آمده است كه امپراتور كنستانتين پمن هدايايي كه برايSt.silvester اسقف اعظم كليساي رم در تاريخ335-314 پس از ميلاد فرستاده است و چندين كشتي نقره و طلا و ادويه مختلف از جمله 70 كيلو گرم فرستاده بوده است.

تكثير درخت ميخك از رطيق كشت بذر آن در خزانه صورت مي گيرد و 6-4 هفته طول مي كشد كه جوانه بزند.نهالهاي ميخك را معمولا در دو سالگي به بيرون در هواي آزاد منتقل مي كنند و فوصل درختچه ها 6*6 متر گرفته مي شود.اولين محصول ميخك در 8-6 سالگي برداشت مي شود و محصول در ختچه مرتبا تا 24-20 سالگي افزوده مي شود تا وقتي كه به

طور متوسط از هر درخت در حدود 4 كيلو گرم ميخك خشك به دست مي آيد. درخت ميخك در خاكهاي عميق با زهكش خوب مناطق حاره در ارتفاعات 900-700 متر از سطح دريا خوب رشد مي كند و بايد در محلي كاشته شود كه از باد محفوظ باشد و متوسط بارندگي منطقه از 2500 ميلي متر در سال كمتر نباشد.وقتي كه شموفه هاي به رنگ صورتي وبه طول حدود 5/1 سانتي متر شدند چيده مي شوند.در مناطق مساعد معمولا دو محصول درسال برداشت مي شود.

تركيبات شيميايي

از نظر تركيبات شيميايي ميخك داراي مقدار قابل ملاحظه اي اسانس روغني فرار است.مقدار اسانس درخت ميخك 6-4 درصد و ازبرگهاي درخت ميخك در حدود 2 درصد مي باشد.

اسانس ميخك در صنعت عطر سازي و براي معطر كردن صابونها و در تهيه خمير دندان براي معطر كردنآن و در تهيه محلولهاي شست وشوي دهان به كار مي رود. اسانس ميخك داراي 90-80 درصد ماده اوژنول ماده اي است بي رنگ ،معطر و روغني به فرمول خام C10 H12 O2كه برطبق يكي از روشهاي صنعتي به عنوان پايه ساختمان وانيلين مصنوعي به كار مي رود كه از نظر عطر و خواص جانشين وانيلين طبيعي است.

در اندونزي ميخك را به نسبت يك قسمت ميخك ساييده شده و 2 قسمت توتون داخل توتون سيگار كرده و در سيگار هايي كه با دست مي پيچند مصرف و دود مي كنند ،نام اين نوع سيگار كرتك است.اين سيگار ها در موقع كشيدن غلاوه بر عطر دلپذيري كه دارد ،ترق ترق صدا مي كند و جالب است و در حال حاضر نيمي از محصول ميخك براي تهيه سيگارهاي كرتك داخل توتون مي شود.

در گزارش بررسي هاي ديگري تركيبات شيميايي ميخك چنين بيان مي شود:[S.G.I.M.P]

اسانس ميخك كه در حدود 5/15 درصد وزن غنچه راتشكيل مي دهد داراي حدود 92 درصد اورژنول ،مقدار كمي از مواد آستيل اوژنول كاريوفيلن و فورفورال مي باشد.

در گزارش بررسي شيمايي ديگري در[M.P.E.SE.A] آمده است:

مقدار اوژنول در اسانس داراي آستيل اورژنول و انواع آلفا و بتا از سسكي ترپن ،كاريوفيلن،اوژنين،كاريوفيلين،وانيلين،گالوتانيك اسيد و كلسيم اكسلات [يونگ كن] است.

خواص و كاربرد ميخك

غنچه هاي خشك ميخك كه در بازار تجارت تحت نام ميخك عرضه مي شود،بادشكن ،ضد قي ،مقوي معده و ضد آشفتگي وتهوع است. تب بر ،كرم كش ،قاعده آور و تونيك و مقوي است.ميخك به عنوان يك كمك

كننده براي معالجه بيماريهاي شريان تجويز مي شود[هوبرتر].ومحرك و تهييج كننده فعاليت جهاز هاضمه است.براي معالجه اسهال و دل درد اطفال توصيه مي شود.براي وبا نافع است.حالت قي و استفراغ بعد از غذا را رفع مي كند.در مالايا علاوه براينكه از ميخك به عنوان ادويه براي معطر ساختن غذا استفاده مي شود،معمولا براي تقويت زنان پس از دوره زايمان مي دهند و به صورت ضماد براي رفع سردرد به كار مي برندو به صورت گرد به كمر زن پس از زايمان و تولد نوزاد مي مالند و براي رفع دندان درد نيز به كار مي رود از اسانس آن براي بي حسي هاي موضعي استفاده مي شود و آن را به موضع مي مالند.اسانس آن به صورتي كه از تقطير غنچه ها به دست مي آيد تحريك كننده پوست است و دراندونزي آن را با روغن چرب مناسبي مخلوط كرده براي مواضع روماتيسمي يا به رانهاي بيماران مبتلا به بري بري مي مالند.

در بعضي موارد اسانس خالص را كمي در چاي يا مشروب غير الكلي ديگري مخلوط كرده وبراي رفع كمر درد مي خورند.

از نظر طبيعت غنچه هاي ميخك طبق نظر اطباي سنتي ايران خيلي گرم و خشك مي باشد.سردرد سرد را رفع مي كند و براي فلج و لقوه و سكته وباز كردن گرفتگي ها و انسداد دماغي و ساير امراض سرد و تو سو داوي دماغي و اعصاب نافع است.براي شاخاصي كه سودا در مزاج آنها غالب باشد به هر شكلي مايع ودم كرده يا گرد خيسانده مفيد است بتنهايي يا با ادويه مناسب براي لثه ها و رفع درد دندان سرد و رفع بد بويي دهان مفيد است.خوردن آن براي خوشبويي دهان مفيد است.ماليدن آن براي تقويت چشم مفيد است.خوردن آن براي رفع سرفه سرد و تر و تنگي نفس كهنه ،رطوبي،خفقان سرد ورفع وحشت ،خوف و وسواس نافع است.

خوردن ان مقوي معده ،هاضمه،روده ها،كبد ،كليه،طحال،رحم و براي افزايش نيروي جنسي سرد مزاجان مفيد استوضمنا براي قي و آشفتگي و سكسكه و تحليل بادهاي غليظ و رفع استسقاي عمومي و قطره قطره ادرار كردن و بيماري هاي سرد رحم به صورت خوردن و شياف در مهبل نافع مي باشد.خوردن گرم آن با شير تازه مشروط به اينكه تا چند روز ادامه داده شود براي تقويت نيروي جنسي سرد مزاجان موثر است و خوردن 4 گرم از آن به طور مرتب در دوران پاكي بعد از قاعدگي در زنان باعث گرم شدن و تقويت رحم و آبستن شدن مي باشد.ماليدن جويده آن با آب دهان برقضيب در موقع هم بستري موجب تلذذ طرفين است.مضر كليه و وردهها در گرم مزاجان است از اين نظر بايد صمغ عربي خورده شود.مقدار خوراك آن تا 5 گرم است.جانشين ان از نظر خواص هم وزن آن دارچين و نصف وزن ان بسباسه و نصف وزن ان فرنجمشك است.در مصارف داخلي دم كرده 10-1 گرم بسباسه و نصف وزن ان فرنجمشك

است.در مصارف داخلي دم كرده 10-1 گزم ميخك ساييده در هزار گرمّ بتدريج خورده مي شود.
برا ي تهيه عرق ميخك به ترتيب زير عمل مي شود:
ميخك نرم ساييده شده يك واحد ،برگ گل سرخ ساييده شده 5/1 واحد ،برگ گاو زبان نرم ساييده شده 5/1 واحد همه را در گلاب 24 ساعت بخيسانند و پس از آن ،آن ر اتقطير كنند و به قدر احتياج بنوشند،براي تقويت اعضاي داخلي ،معده،كبد،هاضمه و رفع بادها ،سموم و تعديل اخلاط و بيماري هاي سرد بسيار نافع است.
براي تهيه نوشابه طبي آن به ترتيب زيرعمل مي شود(روغن غير صنعتي و خانگي )
ميخك ساييده يك واحد،آب انارين (انار ترش و شيرين)16 واحد ،عسل يك واحد ،در شيشه كنند و سر آن را بسته در محل گرمي بگذارند و پس از يك هفته بيرون آورند آماده مصرف است واگر آن را با شكر مخلوط كرده وقوام اورند شربت ان براي امراض سرد بسيار نافع است.
منبع: www.taamasrar.com

## خواص و کاربرد وانیل

به فرانسويLa vanille و به انگليسي vanillaگفته مي شود،به عربي نيز ان را «وانيلا»گويند.ميوه گياهي است به نام وانيل.اين گياه كه به فرانسوي Vanilierو به انگليسيVanilla گفته مي شود گياهي است از خانواده ثعلب هاOrchidaceae،داراي گونه هاي متعددي است كه معروف ترين آن براي توليد وانيل،به نام علميVanilla planifolia Andr. ناميده مي شود كه سابقا ان را Vanilla fragransمي گفتند.

مشخصات

درخت وانيل گياهي است پايا خزنده يا بالا رونده ،داراي ساقه سبز دراز،برگهاي متناوب،پهن،نرم،ضخيم،بيضي شكل و نوك تيز سبز و تعداد زيادي ريشه هاي هوايي كه از كنار هر برگي بيرون مي ايد كه با كمك آنهابه تنه درختان مجاور مي چسبد و بالا مي رود.

اين گياه بومي مناطق مرطوب و حاره و در جنگلهاي مرطوب جنوب شرقي مكزيك و آمريكاي مركزي و هند غربي و آمريكاي جنوبي مي رويد و ساقه هاي پيچيده ان تا ارتفاع حتي 100 متر نيز ممكن است برسند و تا بالاترين ارتفاع درختان بزرگ جنگلي نيز بالا مي رود. ماده معطر وانيل از ميوه اين گياه گرفته مي شود.ميوه آن به شكل غلاف لوبيا است و قبل از اينكه كاملا برسد آن را مي چينند و خشك مي كنند در موقع چيدن ،ميوه ها عطري ندارند ولي پس از اينكه چيده شد در دوران خشك كردن و عمل آوردن ان ،عطر مطبوع وانيل در آن ايجاد مي شود.گلهاي آن به شكل خوشه و تعداد 20-15 گل در هر گروه و تلقيح گلها به طور طبيعي انجام نمي گيردو گلها را يكي يكي بايد كمك كرد كه تلقيح شوند،زيرا استيگماتهاي گلها از يك تيغه اي پوشيده شده كه تلقيح فقط به كمك حشراتي انجام مي گيرد كه به قدر كافي براي تلقيح گلها وجود ندارند به اين علت است كه براي داشتن ثمر كافي بايد تلقيح مصنوعي نمود.به همين دليل معمولا با هرس كردن وانيل ترتيبي مي دهند كه ارتفاع گياه 3-2 متر بيشتر نشده است و گلها در دسترس انسان باشد.بهترين وانيل از غلافهايي به دست مي آيد كه طول آنها 25-15 سانتي متر و قطر آنها 12-10 ميلي متر است.در موقع برداشت محصول سبز رنگ است ولي بعدا تيره رنگ مي شود.پس از برداشت معمولا غلافها را براي مدت 3-2 دقيقه در آب جوش 65-60 درجه فرو مي برند ،بعد آنها را در داخل جعبه اي دو جداره كه مابين دو جدار پشم گذارده شده مي گذارند و مدت 24 ساعت داخل اين جعبه سربسته نگهداري مي شود و اين يك گرم خانه طبيعي است كه دراين مدت 24 ساعت نوعي تخمير در آن انجام مي گيرد.پس از

آن غلاف ها را بيرون آورده در محلي كه به ارتفاع يك متر از سطح زمين باشد در مقابل نور خورشيد آويزان مي كنند كه ضمن تهويه كامل با حرارت آفتاب خشك شود.اين دوران خشك شدن تا يك هفته طول مي كشد و در اين مدت رنگ غلافها از سبزي به قهوه اي و قهواه اي تيره و سياه تبديل مي شود و همين كه كاملا نرم شد و شروع به پژمرده شدن نمود ،آنها را براي خشك شدن داخل گرم خانه مي كنند كه مدت 3-2 ماه مي ماند وپس از اينكه رسوبت ان به 40-30 درصد مي رسد آنها را از گرم خانه بيرون مي آورند.

تركيبات شيمايي و خواص و كاربرد وانيل

در غلاف وانيل ماده موثري است كه به نام وانيلين كه 2-1/5 درصد آن را تشكيل يك ماده سفيد بلوري شكل است به فرمول خام كه توليد مصنوعي آن را ارزانتر از وانيلين طبيعي است و عصاره طبيعي غلاف هاي وانيل در خدود 20 برابر گرانتر از وانيلين ساخته شده مصنوعي است.در قرنها ي 17-16 اطبا از گياه وانيل به عناون يك گياه طبي عامل محرك و تقويت كننده معده و همچنين براي تقويت نيروي جنسي استفاده مي كردند و به عنوان تريا‌ق در مقابل مسموميتها نيز استفاده مي شده است.ضمنا براي معالجه هيستري و قاعدگي نامنظم و تب مستعمل است[اوكابه].بهترين روش مصرف ان به صورت گرد است و مقدار آن 2-0/25 گرم است.

گرد وانيل:براي تهيه گرد وانيل مقدار ي وانيل گرفته و معادل ان قند خرد كرده وهر دو را در هاون آهني نرم كوبيده و از صافي ابريشمينبيرون كنند و نخاله ها را باز با همان مقدار قند داخل كرده خوب بكوبيد و از الك نرم دارو سازي رد كنند و با هم مخلوط مي نمايند.

قرص وانيل:وانيل 30 گرم،قند200گرم،صمغ عربي2 گرم،آب به مقدار كافي كوبيده و نرم با آب مخلوط كرده ،قرصهاي 40 سانتي گرمي بسازند.

شربت وانيل: وانيل خرد كرده 52 واحد در 400واحد الكل 35 درجه مدت 4 روز بخيسانند و بعد درحمام ماريه70درجه سانتي گراد مدت 2 ساعت دم كنند و بگذارند سر شود و صاف نمايند و از اين صاف شده 15 .احد گرفته با 8 واحد قند خرد شده در حمام ماريه حل كرده بگذارند سرد شده و صاف نمايند.اين شربت كه خوراك آن 40-20 گرم اسن به عنوان محرك ضد تشنج و مقوي نيوي جنسي مصرف مي شود.

وانيل در شيريني سازي،شوكولات سازي ،مشروبات غير الكلي ،توتون سيگار و عطر سازي مصرف دارد.

منبع:www.taamasrar.com

# خواص و کاربرد زنیان

ميوه نوعي گياه است که به فارسي «زنيان» و گياه آن درکتب طب سنتي با نامهاي«انيسون بري» و«کمون حبشي»آورده شده و به فرانسويAmmi به انگليسي Ammiميوه آن را گويند.گياهي است از خانواده Umbelliferaeنام علمي آن .Trachyspermum ammi l و مترادف آن carum copticum l. Benth در برخي مدارك spragueو aromaticum L از طرف گياه شناسان مختلف در زمانهاي متفاوت نامگذاري شده است.اين گياه را در بلوچستان با نام هندي آن «اجوان»و همچنين «اسپر کاي»مي شناسند.توجه شود در برخي مدارك طب سنتي براي گياه باديان رومي نيز نام زنيان را مي برند که با زنيان که دراين بخش بحث مي شود متفاوت است.

مشخصات

گياه اجوان يکساله است،بلندي آن کمي از زيره سياه بيشتر و در حدود يك متر ولي از نظر شکل برگ و رنگ گل شبيه زيره سياه است.ساقه آن پرشاخه است.برگهاي آن بريده بريده و نخي شکل مي باشد.گلهاي آن کوچك سفيد است.ميوه گياه که زنيان ناميده مي شود کوچك ،تخم مغري شکل به رنگ زرد تيره مي باشد و در سطح ميوه 5 خط طولي نازك به رنگ زرد روشن وجود دراد .معطر و بوي عطر تيمول از آن استشمام مي شود.ميوه وريشه آن در طب سنتي مورد توجه مي باشد.اين گياه بيشتر در مزارع غلات و در پرچينها در نواحي مختلف اروپاي مرکزي ،در آسيا در هندوستان ،ايران در مناطق شرقي بلوجستان در هوديان و چاه قنبر مي روید و نام محلي آن «اجوان»و «اسپر کاي»مي باشد.

ترکيبات شيميايي

از نظر ترکيبات شيميايي زنيان (ميوه گياه)داراي 6-4 درصد برحسب مناطق رويش ،اسانس روغني فرار است که در حدود 55-45 درصد ان را تيمول تشکيل مي دهد.[G.I.M.P]تيمول اسانس معطر آزربه و سي سنبر است که در آن بخشها مشخصات و فرمول شيميايي آن به تفصيل آمده است.ماده اي است ضد عفوني کننده قوي و معروف در طب سنتي ،به علاوه در اسانس زنيان 20-15 درصد سيمن و بقيه آن آلفا-پي نن ،ديپانتنو... است.

خواص و کاربرد

زنيان يا تخم گياه از نظر طبيعت مانند زيره ها گرم و خشك است واز نظر خواص ضد اسپاسم ،تونيك ،محرك و بادشکن است و معمولا در تهيه مشمعهايي که بريا تسکين درد به کار مي رود داخل مي شود.له کرده و

كوبيده آن به عنوان داروي استعمال داخلي براي رفع بيماري هاي معده و كبد و ناراحتي گلو و سرفه و روماتيسم تجويز مي شود.زنيان منبع بسيار غني از تيمول ضد عفوني كننده مكعروف است . در هندوستان از زنيان به عنوان ضد عفوني كننده و براي تقويت معده و همچنين به عناون بادشكن و تونيك و براي قطع اسهال و رفع سو هاضمه و دردهاي حاد شكم يا قولنج و معالجه سو تجويز مي شود.ازريشه گياه نيز به عناون مدر و بادشكن به صورت دم كرده مصرف مي شود.مقدار خوراك ان درم صرف داخلي مانند زيره سياه و كمي كمتر ازآن است.بايد توجه شود كه اشخاص گرم مزاج يا از آن استفاده نكنند ويا درموارد لزوم به مقدار كم و توام با گياهان دارويي سرد ميل كنند.
دو گونه ديگر جنس Ammi در ايران مي رويند كه از نظر دارويي در طب سنتي مورد توجه هستند كه به طور مختصر ذكر مي شود.
منبع: www.taamasrar.com

خواص و کاربردزیره سیاه

به فارسي «زيره»،«زيره رومي»و «زيره كرماني»گفته مي شود.در كتب طب سنتي با نامهاي «كرويا و يا عربي«تقده»و«كمون رومي»آمده است.ميوه گياهي است از خانوادهUmbelliferae كه به فرانسويCumin des pres مي گويند و به انگليسيCaraway مي نامند.نام علمي گياهCarum carvi L. ومترادف Bunium carvi M.B از طرف گياه شناسان نامگذاري شده است.

مشخصات

زيره ي سياه گياهي است دوساله مانند هويج (بعضي از ارقام آن يكساله است )،ساقه آن توخالي و برگهاي آن سبز با بريدگي و تقسيمات دو مرتبه اي به طوري كه به صورت نوار نخي مانند شود درمي آيد.گلهاي آن سفيد رنگ به صورت چتر مركب در انتهاي ساقه هاي گل دهنده كه بلندي آنها 90-50 سانتي متر مي رسد طاهر مي شود. ريشه آن دو كي شكل و ميوه ان دراز باريك به طول 5 ميلي متر كه در دو طرف باريك مي شود.

ارقام دو ساله زيره احتياج به يك دوره رويش دوم براي رسيدن ميوه دارد.بذري كه در بهار كاشته مي شود پس از 20-15 روز جوانه مي زند و به رشد خود ادامه مي دهد و در تابستان سال بعد رشد گياه كامل شده و به دانه مي نشيند.خاكهاي رسي كمي سبك كه قابل نفوذ و پرقوت و غني از مواد آلي باشند،براي زيره مناسب است.بذر زيره را در زراعتهاي خطي روي خطوطي به فاصله 30 سانتي متر مي كارند و به اين ترتيب در حدود 15-10 كيلو گرم در هكتار بذر مصرف مي شود.معمول است در زراعت دو ساله زيره ،براي اينكه حداكثر استفاده از زمين بشود گياه زيره راب اب گياه ديگري كه در سال اول مي رسد و برداشت مي شود،نظير خشخاش ،خردل،لوبيا،شبدر سفيد يا گشنيز و امثالهم تواما مي كارند.گياه سال اول ،قبل از اينكه شاخه هاي گلدار زيره نمايان شود، برداشت مي شود. گلهاي زيره معمولا در ارديبهشت سال دوم ظاهر ميشود و 2-5/2 ماه بعد و ميوه ان كه زيره است ،مي رسد و همين كه تقريبا تمام ميوه ها به رنگ قهوه اي در آمد برداشت محصول بايد با اختياط آغاز شود.معمول است اگر قدري زودتر برداشت آغاز شود، بهتر است تا ديرتر آغاز گردد زيرا در صورت دير شدن جترهاي ميوه خشك شده ودر موقع برداشت مي ريزند كه قسمتي از محصول هدر مي رود و بهتر است برداشت محصول صبح زود وقتي كه هنوز شبنمها روي بوته هستند ،انجام شود زيرا در اين صورت خيلي كمتر دانه ها مي ريزند. پس از برداشت ،شاخه هاي ميوه دار را روي همك دسته كرده و20 الي 15 روز در محل كوبيدن مي گذراند تا رسيدن

ميوه ها كامل شود و پس از ان كوبيده و بوجاري مي نمايند .
تخم زيره سياه كه نيمه اي از هر ميوه است در حدود 5/0 سانتي متر طول دارد. دو طرف آن باريك است ،رنگ آن قهوه اي سير و متمايل به سياه و داراي پنج خط برآمده كم رنگ طولي در سطح مي باشد. مقدار محصول زيره سياه 2-1 تن در هكتار مي شود. كاه كلش آن پس از برداشت ،علوفه خوبي براي گاو شيرده مي باشد .زيره در اغلب كشور هاي جهان كاشته مي شود ودر حال حاظر بازار عمده صادرت زيره سياه در دست هلند است .در ايران نيز مقداري صادر مي شود.زيره در ايران كرمان ،كوه لاله زار،نهاوند،دامنه هاي البرز و كندوان به طور خودرو مي روید.
گیاه زیره از گیاهان قدیم است که از روزگاران کهن بشر آن را شناخته است و از اوايل قرون وسطي كشت ان در اروپا ابتدا در سيسيل و جنوب جزاير اسكانديناوي آغاز شده است.در كتابهاي طب سنتي گياهي آلمان كه در قران 12 ميلادي منتشر شده اند در همه آنها از اين گياه با نامKummich نام برده شده است.
تركيبات شيميايي
از نظر تركيبات شيميايي در تركيب زيره سياه مقدار قابل ملاحضهاي مواد پروتئيني موجود است و در حدود 5-4 درصد اسانس روغني فرار دارد كه درارقام مختلفه آن كه در مناطق مختلف كاشته مي شوند مقدار ان متفاوت است.
اسانس زيره سياه از طريق تقطير زيره له شده با بخار آب گرفته مي شودو تفاله زيره كه پس از گرفتن اسانس آن باقي مي ماند از نظر پروتئين خيلي غني است و مصرف آن براي خوراك دام بخصوص دامهاي شيري خيلي ارزشمند است.معمولا اسانس زيره سياه كه كاشته مي شود از اسانس زيره وحشي و همچنين مخلوط با اسانس زيره سبز كه كمي نامرغوبتر از اسانس زيره سياه است .مخلوط مي كنند.
ديوسكورديس ،حكيم و گياه شناس معروف يوناني درقرن اول ميلادي ،براي اولين بار اسانس زيره سياه را به عنوان داروي تقويت كننده و تونيك براي تقويت دختران جوان ضعيف و رنگ پريده تجويز كرده است وامروز به عنوان داروي مفيدي در موارد متعددي مصرف دارد كه ذكر خواهد شد.
طبق بررسي هاي آزمايشگاهي در تركيب شيميايي زيره سياه مواد زير موجود است:
در زيره سياه5-4 ردصد اسانس روغني فرار وجود دارد كه در آن 65-45 درصد كاروون يافت مي شود، به علاوه در اسانس زيره سياه مخلوطي از كتون ،كاروون،يك ترپن و مقدار كمي كاروا كرول وجو دارد.[G.I.M.P]
در بررسي هاي جديدتري آمده است كه درزيره سياه كه در لهستان كاشته شده در حدود 8/5-3/10 درصد اسانس وجود داشته است(اثر اقليم خاص

كاشت)و در تركيب ميوه گياه به طور كلي در حدود (70/6-49/7)درصد خاكستر و (10/4-85/5)درصد اسانس و (95/9-14/22)درصد روغن چرب و (9/18-3/21)درصد مواد ازته پروتئيني مشخص شده و مقدار كاروون موجود در اسانس آن 56-9/58 درصد است.[G.I.M.P.S]
توضيح:معمولا در اسانس زيره سياه كاروون يا كاروول مخلوط با كاروون وجود دارد.كاروون يك ستون ترپنيك است كه فرمول خام آن مي باشد ومنشا طعم خاص زيره است.
خواص و كاربرد زيره سياه
در نشريات طب سنتي منتشره درمغرب زمين درباره خواص و كاربرد زيره سياه در كشورهاي خاور دور آمده است:تخم زيره سياه بادشكن است.در شبه جزيره مالايا زيره سياه يكي از 9 گياهي است كه همه را با هم كوبيده و نرم كرده در يك جوشانده در فواصل به تدريج به زانو در دوران پس از وضع حمل مي دهند. در اندونزي در ضهر مالي برگهاي گياه را با سير مخلوط كرده و له نموده و روي پوست مبتلا به اكزما و ملتهب مي اندازند خيلي مفيد است.
در هندوستام تخم زيره سياه را به عنوان بادشكن،مقوي معده و براي افزايش ترشح شير مي خورند.[G.I.M.P]طبق نظر حكماي طب سنتي زيره سياه يا زيره كرماني يا كرويا از نظر طبيعي خيلي گرم و خشك است و يكي از بذور اربعه بادشكن(بذور حاره اربعه )مي باشد وبراي اين كار تخم انيسون ،تخم زيره كرماني ،تخم گشنيز ،تخم رازيانه را به نسبت مساوي مخلوط مي كنند و 20-15 گرم از اين مخلوط را در 1000 گرم آب جوش دم مي كنندو صاف كرده و بتدريج مي آشامند.زيره براي تحريك معده و دفع بادها بسيار نافع است و خواص آن نفخ و گاز را تحليل مي برد و لطيف مي سازد.قابض است.براي تنگي نفس و خفقان سرد و سكسكه نفخي مفيد است ،معده را گرم مي كند و مقوي آن است و آروغ ايجاد مي كند و اشتها را تحريك مي كندو مانع ترشح شدن غذا مي شود و بادهاي كليه و مثانه را دفع مي كند.مقوي بدن و جاق كننده است.كرم تنيا را دفع مي كند و قاطع اسپرم است .اگر 14 گرم آن با 35 گرم روغن زيتون تا يك هفته خورده شود ةبراي استسقا مفيد است و ضرر نخواهد داشت.زيرا زيره به تنهايي براي اشخاص گرم مزاج مضر است.اگر در دم كرده آن بنشينند براي تسكين درد هاي رحم نافع است.مقدار خوراك زيره سياه تا 20 گرم است.
زيره سياه براي ريه مضر است و دراين صورت بايد براي عسل و صعتر خورده شود.براي كليه نيز مضر است و براي رفع عوارض آن بايد از متيرا استفاده شود.
منبع: www.taamasrar.com

# خواص و کاربردزیره سبز

نویسنده: میر حیدر
زیره سبز در کتب طب سنتي و به عربي «کمون»و «سنوت»نام برده مي شود.به فرانسويcummin و به انگليسيcumin seed گفته مي شود،تخم گياهي است از خانواده Umbelliferae،جنسCumminum که نام علمي ان Cuminum cy min umمي باشد.

مشخصات

زیره سبز گیاهي است یکساله علفي که ارتفاع آن تا 60 سانتي متر مي رسد.برگهاي آن مانند زیره سیاه بریده شده به شکل نوارهاي باریك نخي شکل و سبز مي باشد.گلهاي آن کوچك سفید و صورتي و به طور چتر مرکب در انتهاي ساقه گل دهنده در در ماهها یاردیبهشت و خرداد ظاهر مي شود.میوه آن به طول 5 میلي متر و باریك در دو انتها و بسیار معطر و نافذ با طعمي گرم که در آلمان مرسوم است با نان و در هلند با پنیر مخلوط مي نمایند و رنگ آن سبز و خاکستري ودر بعضي واریته ها حتي سفید وزرد است.ریشه آن دراز عمودي است.این گیاه ابتدا در سواحل نیل مي روییده ولي حالا به طور وحشي در نواحي وسیعي با آب و هواي مدیترانه اي مي روید.در ایران در تبریز و سایر نقاط کاشته میشود.

ترکیبات شیمیایي

میوه زیره سبز علاوه بر زرین و ناتت و روغن ثابت ،دراراي 4-2 درصد اسانس است اسانس آن که از تقطیر میوه له شده با بخار آب گرفته مي شود،مایعي است ابتدا بي درنگ و بعدا زرد رنگ و سر انجام قهوهاي رنگ مي شود.ماده اصلي اسانس زیره سبز یك آلدئید است به نام کومینول و بوي اسانس مربوط به این آلدئید است.به علاوه در اسانس زیراه سبز تعدادي ترپن هست از جمله پي سیمن،دي پنتنو آلدئیدهایي نظیر کومین آلدئید و کومینیل الکل در آن مشخص شده است.

تکثیر زیره سبز از طریق کاشت بذر آن است که در اسفند و یا اوایل بهار در زمین اصلي کاشته مي شود،پس از جند ماه یعني در اواخر تابستان برداشت مي شود.برداشت زیره سبز چون میوه هاي در یك زمان نمي رسند کمي مشکل است و باید دقت انجام گیرد تا هدر نرود.

خواص و کاربرد

طبق نظر حکماي طب سنتي کمون از نظر طبیعت تقریبا مانند زیره سیاه است . خیلي گرم و خشك مي باشد و خواص نشیر زریه سیاه دارد.گرم کننده و محلل و خشك کننده و قابض است.خیساندہ آن در سرکه و استشمام آن و یا ریختن آن در بیني براي جلوگیر ي از خونریزي بیني مفید

است.از قطره هاي آن بتنهايي و يا باروغن زيتون براي خون ريزي چشم و زخم چشم وناخنك چشم استفاده مي شود كه مانع چسبيدن چشم مي گرددومضمضه دم كرده آن براي تسكين درد دندان مفيد است.
آشاميدن آن با سركه مخلوط با آب براي سختي تنفس و خفقان سرد از نظر تقويت معده و امعا و كبد و تحريك اشتها و تحليل باد و نفخ و رفع سكسكه رطوبي و ترشي غذا در معده مانند زيره سياه مفيد استةخصوصا اگر زيره سياه تفت داده شود و سرخ شود و خورده شود .در ازدياد ادرار و رفع قطره قطره ادرا كردن موثر است و اگر با نمك جويده شودو بلع شود براي رفع رطوبتهاي معده مفيد است و اگر خيس كرده و پرورده ان درسركه مرتبا خورده شود قاطع شهوت واگر سرخ شده آن با سركه خيسانده شده و خورده شود قابض قوي است و در فع رطوبتهاي معده بسيار موثر .اگر دم كرده آن تنقيه شود براي تحليل بادها و نفخ رودهها و معده و كليه مفيد است و اگر با روغن زيتون شياف آن استعمال شود قاطع حيض مي باشد و ترشح قاعده را بند مي آورد.زيره سبز مضر ريه است وبريا رفع عوارض آن خوردن كتيرا (8 گرم)توصيه مي شود.
تدبير كمون: براي آنكه كمون تاثيرش زياده شود ان را تدبير مي كنند.روش تدبير كمون آنست كه زيره كرماني تازه يا زيره سبز تازه را گرفته خوب تميز نموده در ظرف چيني يا سفال لعابدار مثل ظروف آبي همداني يا قمي مي ريزند و بعد سركه انگوري كهنه روي آن مي ريزند و بعد سركه انگوري كهنه روي آن مي ريزندآن قدر كه 4 انگشت روي آن را بگيرد و آن را 24 ساعت مي گذارند و مرتبا زيرو رو مي نمايند كه خوب خيس بخورند و سپس ان را روي پارچه كرباسي پهن مي كنند كه نم آن گرفته شود وخشك شود و بعد ان را بريان مي كنند يا به اصطلاح تفت مي دهند به اين ترتيب زيره تدبير شده به دست مي آيد كه آماده مصرف است.
در شبه جزيره مالايا از زيره سبط در اغلب موارد شبيه گشنيز استفاده مي شود.اهالي مالايا از اين دارو در استعمال خارجي و داخلي و يا هردو باهم براي معالجه ناراحتي هاي بدن استفاده مي كنند[بركيل]
دانه هاي له شده زيره سبز را درآب برنج خام خيس كرده و از مايع به دست آمده يك لوسيون قطره قطره روي زخم چشم مي ريزند و اين كار بسيار مفيد است[گيملت و بركيل].
منبع:www.taamasrar.com

زردچوبه ؛ ماده غذايي ، داروي گياهي

نويسنده: زهرا خان اف _ رعنا شكوهي ستا
ساكنين قاره پهناور آسيا بيشترين توليد كننده و مصرف كننده ادويه جات در دنيا به شمار مي روند .
استفاده از ادويه در اكثر غذاها رايج بوده و ريشه در سنت آشپزي مردمان آسيايي دارد كه با آگاهي از خواص دارويي هر گياه آن را به صورت قابل استفاده در غذا تهيه مي نمودند و با اضافه كردن آن به مواد غذايي از اثرات درماني و دارويي گياهان بهره مي برده اند .
امروزه نيز استفاده از ادويه در طبخ غذاها بسيار رايج است با اين تفاوت كه اكثر مردم با وجود استفاده روزانه از آنها، اطلاع دقيقي در مورد خواص شان ندارند ؛ در صورتي كه آشپزخانه مي تواند كيلينك خانگي مردم بشود و مواد موجود در آن براي درمان انواع بيماري ها يا پيشگيري از ايجاد آنها مورد استفاده قرار گيرد . يكي از ادويه جاتي كه مصرف آن در ايران بسيار مرسوم است زردچوبه است . كشت اين گياه در سال 572 پس از ميلاد مسيح توسط ايراني ها آغاز شد و سپس در قرن 16 ميلادي به چين ، فرانسه و ايتاليا برده شد . اين ادويه علاوه بر استفاده در طبخ غذا براي رنگ كردن پارچه هاي پنبه اي ، پشمي ، ابريشمي و همچنين به عنوان اسانس در داروسازي و عطر سازي نيز مورد استفاده قرار مي گيرد .
معرفي زردچوبه
زردچوبه ريزوم (ريشه) گياهي است با نام علمي Curcuma lOnga كه به نام Turmeric ROOT در جهان مشهور است .
اين گياه بومي نواحي جنوبي آسياست و به طور وسيع در تمام نقاط هند ، نواحي جنوبي چين ، تايوان، ژاپن ، اندونزي و بعضي نواحي آفريقا كشت مي شود . پودر زردچوبه به رنگ زرد تيره است كه يكي از پركاربردترين ادويه جات به شمار مي رود .
بيشترين محصول زردچوبه دنيا از هندوستان تأمين مي شود . نام هندي آن به معني زعفران هندي و نام چيني آن به معني زنجفيل (زنجبيل) زرد است . زردچوبه ، گياهي است از خانواده زنجبيل به ارتفاع حدود يك متر و نيم كه داراي ساقه متورمي است . گل هاي زردچوبه به صورت سنبله و به رنگ سبز مايل به زرد مي باشد . از كنار برگ هاي غلاف در قاعده ساقه ، شاخه هاي كوچك و استوانه اي شكل ضخيمي خارج مي شود. كه به صورت مورب در زمين فرو رفته و هر يك ايجاد ريشه مي كنند و مرتبا پايه هاي جديدي به وجود مي آورند، قسمت مورد استفاده اين گياه ساقه زيرزميني آن است كه پس از خارج كردن از زمين تميز كرده و ريشه هاي

آن را جدا مي كنند و در آب جوش قرار مي دهند و پس از تميز كردن به مدت چند روز آن را خشك مي كنند. زردچوبه ، رنگ زرد يا خاكستري مايل به قهوه اي دارد بوي آن معطر و طعم آن تلخ است .
زردچوبه داراي اسانسي مركب از اسيدها ، ماده كوركومين مي باشد كه رنگ زرد زردچوبه به علت همين ماده كوركومين مي باشد.
خواص درماني :
در فارماكوپه هاي گياهي (دارونامه هاي گياهي) چين و ژاپن ، از زردچوبه به عنوان داروهاي رسمي نام برده شده است و در كشور هند و كره نيز زردچوبه به عنوان دارو به كار مي رود . تحقيقات زياد كلينيكي و فارماكولوژي سال هاي اخير ، چندين اثر با اهميت زردچوبه را تأييد كرده است . از زردچوبه داروهاي زيادي به شكل خوراكي و موضعي تهيه مي شود كه محصولات موضعي مانند ؛ پماد ، روغن ها و كرم براي زخم ها ، اگزما و ورم بكار مي رود و اشكال خوراكي آن به صورت قرص ، شربت و آمپول استفاده مي شود . زردچوبه از زمان قديم در طب به عنوان ضد ورم و ضد آرتريت مصرف مي شود .
زردچوبه ، اشتهاآور ، محرك ، انرژي زا ، تب بر ، تصفيه كننده خون و كبد ، منعقد كننده خون ، هضم كننده غذا و صفرا آور است و براي درمان دردهاي دندان و لثه ، دفع سموم مار گزيدگي و عقرب گزيدگي ، كاهش قند خون در بيماران ديابتي ، حل و دفع سنگ مثانه ، كاهش كلسترول خون و جلوگيري از سرطاني شدن سلول هاي بدن به خصوص سرطان هاي سينه ، خون و روده بزرگ كاربرد دارد .
همچنين مواد ضد باكتري زرد چوبه موجب مي شود ، از آن به عنوان نگهدارنده مواد غذايي استفاده مي شود.
كوركومين (Curcomin) مهم ترين ماده مؤثر زردچوبه ، داراي خواص ضد سرطان و ضد عفونت است . از اثرات ديگر كوركومين كه به تازگي تأييد شده است . خواص ضد موتاژن ، ضد ايدز و ضد اكسيدان آن مي باشد .
_ زردچوبه بهترين داروي ضد تورم است و در اروپا و آمريكا از آن بدين منظور استفاده مي كنند كه مي توان از سه فنجان دم كرده زردچوبه در روز استفاده كرد .
_ همچنين براي تنظيم عادت ماهيانه زنان مفيد است .
_ و از زردچوبه براي درمان كمر درد ، پشت درد ، و سينه درد استفاده مي شود .
_ و نيز دم كرده زردچوبه براي درمان اسهال و اسهال خوني بسيار مؤثر است .
_ براي درمان التهاب لثه يا لوزه ها ، زردچوبه را دم كرده و آن را قرقره كنيد .

_ بر اساس يك تحقيق پزشكي گياه زردچوبه مي تواند بدون آن كه بر بيمار عوارض جانبي بگذارد ، در معالجه بسياري از بيماري هاي غير قابل درمان و خطرناك نقش درماني داشته باشد . اين مطالعات نشان مي دهد زردچوبه در درمان التهابات ويروسي كبد ، تنظيم مقدار كلسترول خون و معالجه بيماري هاي سرطان سينه و خون مؤثر است مصرف روزانه يك قاشق مرباخوري زردچوبه در يك ليوان شيرگرم مي تواند مانع از ابتلا به سرطان شود .
_ مطالعات نشان مي دهد كه مصرف زردچوبه با غذا تا حدي زياد از ابتلا به آلزايمر 1 جلوگيري مي كند. در اين مطالعه مصرف بيشتر زردچوبه در افراد مسن با عملكرد بهتر قواي ادراكي در آزمون هاي استاندارد مرتبط شناخته شد . از آنجايي كه زردچوبه در هند مصرف گسترده اي دارد ، ميزان ابتلا به آلزايمر در سالمندان هندي يك چهارم همتايان آمريكايي آنهاست . البته با وجود اين كه مصرف طولاني داروهاي ضد التهابي خطر ابتلا به آلزايمر را كاهش مي دهند اما روي معده ، كبد و كليه عوارض جانبي بر جاي مي گذارند . حتي مصرف كم زردچوبه هم تأثير مثبتي بر عملكرد ادراكي افراد داشته و حافظه افراد مسن را تقويت مي كند.
در مصرف زردچوبه زياده روي نكنيد
با وجودي كه تاكنون اثرات جانبي از زردچوبه گزارش نشده است ولي در مواردي مصرف آن بايد با احتياط صورت گيرد . از جمله مصرف آن در زمان حاملگي بايد متعادل باشد . همچنين كساني كه مجراي كيسه صفراوي آنها بسته و يا داراي اشكال است و يا اين كه داراي سنگ هاي صفراوي در كيسه صفرا هستند بايد با احتياط از زردچوبه استفاده كنند . مصرف زردچوبه به همراه غذاها و داروها ، بلامانع بوده و تداخلي ايجاد نمي كند .
مقدار مصرف عادي زردچوبه كه هر روز مي توان بدون عارضه جانبي از آن استفاده كرد ، 5 / 1 تا 3 گرم در روز است . گر چه قسمت اعظم زردچوبه در دنيا در تغذيه و به صورت پودر مصرف مي شود، ولي اشكال مختلف دارويي آن نيز در داروخانه هاي گياهي بسياري از كشورها موجود است .
با تمام مزاياي گفته شده بايد اشاره كرد كه زياده روي در مصرف زردچوبه براي قلب مضر است ، ولي اگر آن را با ليموترش استفاده كنيد اثرات مضر آن را خنثي مي سازد .
منبع:ماهنامه پيام زن

عوارض جانبي:
اطلاعات به دست آمده از طريق مطالعه بر روي حيوانات:
اثرات سمي خاصي به دارو يا فرآورده‌هاي مايع حاصل از گياه نسبت داده نشده است. هرچند كه گونه‌هاي خاصي از اين گياه كه در يونان يافت مي‌شوند، Marsdenia erecta، به عنوان عامل ايجاد مسموميت‌هاي شديد در حيوانات علف‌خوار معروف هستند. جزء گليكوزيد استري كندورانگين، كه در هر دو گونه به ميزان برابر موجود است، مسئول اثرات سمي آن مي‌باشد.
در آزمايشات انجام گرفته بر روي حيوانات، علائم مشخصي از مسموميت بعد از تجويز وريدي، زيرپوستي يا خوراكي محصول خام جدا شده و از كندورانگين مشاهده شده است. اين علائم عبارتند از: افزايش ترشح بزاق، استفراغ، افزايش فعاليت همراه با كاهش تعادل، افزايش نبض و تنفس، حملات تشنجي و بالاخره مرگ، درنتيجه فلج تنفسي.
حدود 100 سال قبل، در يك مقاله، موارد مشابهي در مورد مسموميت با كندورانگين توضيح داده شده بود و تحقيقات بيشتر توسط Jodelbauer نيز اين موضوع را مشخص نمود. علائم مسموميت، مشابه علائم ايجاد شده توسط تزريق ساپونين‌ها مي‌باشد. با درنظر گرفتن فرم تجويز كندورانگين، مقادير LD براي گربه و سگ بدين قرار است:
20 ميلي‌گرم بر كيلوگرم به طور وريدي، 30 ميلي‌گرم بر كيلوگرم به فرم زيرپوستي و 40ـ45 ميلي‌گرم بر كيلوگرم به طور خوراكي، در طي آزمايشات انجام گرفته بر روي موش، محصولي از كندورانگين حاصل از M.erecta به فرم داخل صفاقي تجويز گرديد كه LD آن 300 ميلي‌گرم بر كيلوگرم برآورد شده است. Hayashi و همكارانش، طي تحقيقات خود درخصوص فعاليت ضدسرطاني كندورانگو گليكوزيدهاي تفكيك شده، مقادير LD50 را مشخص نمودند:
كندورانگو گليكوزيد Ao: 75 ميلي‌گرم بر كيلوگرم
كندورانگو گليكوزيد Bo: 615 ميلي‌گرم بر كيلوگرم
كندورانگو گليكوزيد Co: 375 ميلي‌گرم بر كيلوگرم
كندورانگو گليكوزيد Do: 630 ميلي‌گرم بر كيلوگرم
مقادير 2 مشتق ديگر Do، 603 و 642 ميلي‌گرم بر كيلوگرم مي‌باشد.
اطلاعات به دست آمده از طريق مطالعه بر روي انسان:
تاكنون، ظاهراً هيچ‌گونه عوارض جانبي مشخص در اثر تجويز مقادير درماني فرآورده‌هاي مايع دارو (كه قبلاً به آنها اشاره شد) مشاهده نشده

است. مطابق بررسي‌هاي انجام شده توسط نويسنده، به تازگي، درخصوص سميت دارو يا تركيبات جدا شده آن، تحقيقي انجام نشده است. باتوجه به دانسته‌هاي اخير، هيچ‌گونه استدلال مخالفي نسبت به استفاده درماني اين دارو يا فرآورده‌هاي مايع آن در غلظت‌ها و مقادير معمول وجود ندارد.

قابليت جهش‌زايي و سرطان‌زايي:

پوسته كندورانگو به شكل عصاره آبي يا متانولي، در رشته‌هاي TA100 , TA98 سالمونلاتيفي موريوم هيچ‌گونه جهشي ايجاد نكرده است. درخصوص قابليت سرطان‌زايي آن اطلاعي در دست نيست.

منبع:www.taamasrar.com

# خواص تمبر هندي

نويسنده:سهيلا عابدين پور
پاي حرف هاي دكتر محمد حسين صالحي سورمقي دارو ساز
حتماً شما هم وقتي براي خريد به ميوه فروشي ها و يا سوپرهاي بزرگ ميوه مي رويد، بالاي قفسه ميوه ها جعبه هايي قرمز رنگ را ديده ايد كه تمبر هندي هاي خشك شده اما در همان شكل و شمايل طبيعي بسته بندي شده اند و در دو نوع ترش و شيرين عرضه مي شوند. اين نوع بسته بندي تمبرها خيلي وقت است كه به كشورمان آمده اند. پيش ازاين آنها را فقط در بسته هاي كوچك تر و به قول معروف تمبرهندي هاي گوشتي كه البته نمك هم به عنوان افزودني به آنها اضافه مي شد،مي ديديم. درحالي كه امروزه محتويات بسته هاي قرمز رنگ جاي انواع قديمي را گرفته اند و به دليل طعم خوشايندشان بسياري از ما، آنها را نه فقط به تنهايي و به عنوان يك ميان وعده بلكه در طبخ غذاهايمان نيزبه كار مي بريم. اما بياييد با خواص اين ميوه ونحوه مصرف بهتر آن، بيشتر آشنا شويم. دكترمحمد حسين صالحي سورمقي، استاد دانشكده داروسازي دانشگاه تهران و متخصص در زمينه گياهان دارويي درباره ويژگي هاي اين ميوه به نكات جالبي اشاره كرده اند كه مطالعه شان خالي از لطف نيست.
قبل از هرچيزبايد بگوييم كه درخت تمبر هندي بسيار آهسته رشد مي كند و عمري طولاني دارد. دكتر صالحي در مورد ويژگي هاي اين گياه مي گويد: «تمبرهندي درختي است مرتفع و بلند كه ابتدا در هندوستان و آفريقاي شمالي رويش داشته است ولي امروزه به علت موارد استفاده فراوان در اكثر مناطق گرم نيز كشت مي شود. اين درخت از خانواده نخودها و شبيه باقلا به شكل غلاف و نيام بوده و با كمي خميدگي همراه است. اين غلاف ها 10 سانتي متر طول داشته وهر يك از آنها بين 3 تا 10 دانه قرار دارد كه البته خوردن گوشت اطراف اين دانه ها براي ما لذت بخش است به اين ترتيب كه ابتدا پوست آن را كنده و محتويات نرم دور دانه ها خورده مي شود. شايد باور نكنيد اما در ايران، اين درخت در استان هاي هرمزگان و سيستان و بلوچستان پرورش مي يابد.همان طور كه گفتيم، آب و هواي مناسب كشت تمبر هندي اقليم گرم و مرطوب است و در مناطقي كه داراي اين آب و هوا باشند، تمبر هندي را مي توان، به راحتي پرورش داد.»
چه خواصي دارد؟
دكتر صالحي درباره خواص اين ميوه مي گويد» «مهم ترين مواد شناخته شده موجود در تمبر هندي تركيبات اسيدي از جمله اسيد سيتريك، ماليك و تارتاريك و مواد معدني نظير پتاسيم و كمي پكتين است.در پوست درخت

تمبرهندي نيز مقداري تانن وجود دارد و سرشاخه هاي جوان و سبز اين درخت داراي مقادير زيادي ويتامين هاي گروه Bاست.»
اين متخصص در ادامه مي افزايد: «از قديم معتقد بودند كه تمبرهندي مثل يك ملين و مسهل عمل مي كند اما تحقيقات سال هاي اخير اثرات ديگري را براي آن به اثبات رسانده اند از جمله اينكه خاصيت ضد درد، ضدباكتريايي و ضد ويروسي داشته و براي از بين بردن انگل ها و كرم هاي بدن توصيه مي شود. علاوه بر تمامي خواص ياد شده، اين ميوه يك اشتها آور بوده و منبعي از آنتي اكسيدان ها نيز به حساب مي آيد. ايشان در ادامه اضافه مي كند كه خوردنش به همراه غذا به هضم آن كمك مي كند. به علاوه مصرفش براي كاهش تهوع كمك كننده بوده بنابراين اضافه كردن آن به غذا به خصوص در وعده غذايي افرادي كه مشكل گوارشي دارند، توصيه مي شود.»
پيش از اين گفتيم كه تمبرهندي آنتي اكسيدان دارد. دكتر صالحي دراين باره مي گويد، اين ميوه حاوي مقاديرقابل ملاحظه اي كاروتن، ويتامين Cو برخي فلاونوييدهاست. به طوري كه مي تواند جايگزين خوبي براي ويتامينC درافرادي باشد كه دچار كمبود اين ويتامين هستند اما فراموش نكنيد كه خشك شده اين ميوه داراي مقادير كمتري از اين ماده مغذي است. اگر زياد سرما مي خوريد، مي توانيد براي كاهش دفعات بيماري و بهبودي سريع تر، درميان وعده هايتان تمبرهندي ميل كنيد. در ضمن،اگر دچار گلودرد شده ايد، مي توانيد تمبرهندي را در آب حل كرده و قرقره كنيد تادرد گلويتان به سرعت بهبود يابد.
اين متخصص اضافه مي كند كه بسياري از اختلالات گوارشي از جمله اختلالات صفراوي با مصرف تمبرهندي بر طرف مي شود و افرادي كه كلسترول خون شان بالا است، مي توانند براي كاهش چربي خون شان تمبرهندي بخورند. بنابراين، براي داشتن قلب سالم عادت به خوردن تمبر هندي هاي خشك شده به دليل نداشتن حتي مقدارجزيي نمك، به افراد مستعد به خصوص ميانسالان پيشنهاد مي شود.
تمبرهندي؛ مستقيم يا غيرمستقيم؟
شما دوست داريد تمبرهندي را چطور ميل كنيد؟ دكتر صالحي مي گويد: «تمبرهندي را مي توان به دو طريق مصرف كرد. در واقع نحوه استفاده از آن به طور مستقيم و غير مستقيم است. بعضي از افراد كه خوراكي هاي ترش را بيشتر مي پسندند، آن را به طور مستقيم مصرف مي كنند اما مي توان به عنوان طعم دهنده و ترش كننده در بسياري ازغذاها هم از آن استفاده كرد. به اين منظورباید تمبر هندي را در آب خيسانده و سپس آن را صاف كرد و پس ازجدا كردن هسته، آن را خورد.» يادتان نرود كه مي توان فيبرها و آوندهاي چوبي كه درقسمت خوراكي اين ميوه ديده مي

شوند را جدا كرد اما درصورت مصرف، مشكلي براي فرد به وجود نخواهد آمد. همانطور كه مي دانيد هرماده غذايي مي تواند در مراحل مختلف اعم ازجمع آوري، تهيه و بسته بندي آلوده شود اما از آنجا كه اين ميوه خود يك ضد ميكروب است احتمال آلودگي در آن بسيار پايين است بنابراين با خيال راحت آن را وارد ميان وعده هاي روزانه تان كنيد.
منبع:روزنامه سلامت شماره 228

# گياهاني براي حفظ گردش خون

نويسنده: نيره ولدخاني
تعريف كلمه «انرژي» سخت است و حتي محققان مشهور درباره تعريف دقيق و صحيح آن اختلاف نظر دارند، اما تنها مسأله واضح اين است كه ما براي زنده ماندن، به انرژي نياز داريم. يك روش مقبول براي افزايش انرژي طبيعي بدن، استفاده از گياهان دارويي است كه بيشتر براي مصارف پزشكي و آشپزي، پرورش داده مي‌شوند.
آنها باعث حفظ گردش خون در بدن و عملكرد صحيح مغز مي‌شوند.گياهان دارويي مشخص مانند جينسينگ و جينگو بيلوبا در افزايش انرژي بدن موثرند. دربند هاي زير، اطلاعات بيشتري در اين زمينه كسب خواهيد كرد:
1- فلفل قرمز تند، باعث بهبود گردش خون در بدن مي‌شود. همچنين تاثير ساير گياهان دارويي را در تقويت دستگاه گردش خون، افزايش مي‌دهد. فلفل قرمز، ميزان انرژي بدن را سريع‌تر افزايش مي‌دهد.
2- گياه دارويي جينگو بيلوبا (ginkgo biloba)، جريان خون را به سمت مغز افزايش مي‌دهد. همچنين ميزان افسردگي را كم مي‌كند. براي كسب بهترين نتيجه بايد حداقل به مدت دو هفته، هر روز از جينگو بيلوبا استفاده كنيد.
3- گياه دارويي آب بشقابي (gotu kola)، سيستم عصبي مركزي را تحريك مي‌كند. همچنين با كاهش ميزان افسردگي و خستگي باعث افزايش توان بدني مي‌شود.
4- گياه دارويي جينسينگ (ginseng) با تقويت سيستم ايمني بدن و دفع عفونت‌ها و بيماري‌ها، باعث افزايش انرژي بدن مي‌شود. پس سعي كنيد هر روز مقداري از آن استفاده كنيد.
5- يك ليست از گياهان دارويي و اثرات درماني آنها را تهيه كنيد (از طريق كتاب‌ها يا اينترنت و...) تا گياهان افزايش دهنده انرژي بدن را بشناسيد.
نكته
* اگر دچار خستگي و كمبود توان و انرژي شديد، به خاطر داشته باشيد كه اين، علامت يك اختلال در بدن است، نه خود اختلال. بنابراين قبل از درمان، بايد با يك پزشك مشورت كنيد تا علت دقيق كمبود انرژي خود را دريابيد.
* داروهاي گياهي مي‌توانند ميزان انرژي و توان بدن شما را افزايش دهند، ولي اين نوع درمان‌ها، هنگامي كه سلامت و زندگي شخص را به خطر مي‌اندازند، نبايد استفاده شوند. اگر دچار سرگيجه، سردرد، نا هوشياري، درد قفسه سينه و هذيان‌گويي شديد، فوراً با يك پزشك تماس بگيريد يا به

نزديك‌ترين مركز درماني مراجعه كنيد.
* بيماران قلبي، افراد مبتلا به فشار خون بالا و افت ناگهاني قند خون نبايد از گياه دارويي جينسينگ استفاده كنند، زيرا وضعيت بيماري آنان را بدترمي كند.
منبع: روزنامه اطلاعات

درمان با گياهان معجزه آسا

امروزه در بسياري از افراد ترجيح مي دهند، به جاي استفاده از محصولات حاوي تركيبات شيميايي، از محصولات و درمان هاي گياهي استفاده كنند؛ چرا كه استفاده از تركيبات گياهي، عوارض كم تري دارد.

پيري زودرس

با تغذيه مناسب و رطوبت رساني كافي، به راحتي مي توانيد از پيري زودرس پوست جلوگيري كنيد.با افزايش سن، پوست خشك مي شود و چين و چروك هاي اوليه ظاهر مي شود. عوامل بسياري مانند استرس، كارزياد، كم خوابي و رژيم غذايي نامناسب مي تواند روند پيري را سرعت دهد.

درمان ها:

*قبل از خواب، پوست صورت تان را با روغن بادام يا روغن نارگيل ماساژ دهيد.

*صورت تان را با آب خيار بشوييد.

*ژل آلوورا به صورت تان بماليد.

سلامت ناخن

وضعيت ناخن ها گوياي سلامت دروني شماست. شكنندگي ناخن، ظاهر شدن لكه هاي سفيد روي بستر ناخن و تغيير رنگ آن، به دليل رژيم غذايي نامناسب است.

فراموش نكنيد كه براي رفع هر يك از اين مشكلات، ناخن هايتان را هر شب با تركيب روغن بادام و عسل ماساژ دهيد، سپس با آب ولرم بشوييد و مرطوب كننده بزنيد.

آكنه و جوش

عوامل بسياري، از اختلالات هورموني گرفته تا استرس، آلودگي، كم خوابي و... باعث ايجاد جوش و آكنه مي شود.

درمان ها

*از تركيب يك قاشق چاي خوري پودر درخت صندل و يك قاشق چاي خوري زردچوبه به همراه كمي شير، خميري درست كنيد و به عنوان ماسك استفاده كنيد.

*نصف فنجان آب آلوورا بنوشيد ( در صورت بارداربودن مصرف نشود)، يا ژل آن را به صورت بماليد.

*قبل از اين كه بخوابيد، صورتان را با مخلوط يك قاشق چاي خوري آب گشنيز و كمي زرد چوبه بشوييد.

*شست و شوي روزانه پوست صورت با آب برگ كاهو، جوش ولك رابر

طرف مي كند( چند برگ كاهو را به مدت 15 دقيقه در آب بجوشانيد و از صافي رد كنيد تا آب كاهو به دست آيد).
تجمع رنگدانه هاي پوست
اختلالات و تجمع رنگدانه هاي پوست، باعث تغيير رنگ پوست و تيره شدن آن مي شود. قرار گرفتن بيش از حد درمعرض نور آفتاب و تغذيه و رژيم غذايي نامناسب، عوامل متفاوتي هستند كه باعث تغيير رنگ پوست مي شوند.
درمان ها:
*5 عدد بادام را پودر كنيد و با يك قاشق چاي خوري خامه و چند قطره آب ليمو مخلوط كنيد. خمير را روي پوست بماليد و بعد از 15 دقيقه بشوييد.
*روي منافذ پوست، آب گياه پاپايا يا خمير آن را بماليد.
*كمي پودر كنجد و زردچوبه را با چند قطره آب مخلوط كنيد، سپس خمير به دست آمده را روي پوست بماليد.
*صورت تان را با آب ريحان بشوييد.
اگر از پوست به درستي مراقبت و نگهداري نشود، شاهد پيري زودرس، چين و چروك و جوش خواهيم بود. مصرف ميوه و سبزيجات تازه و دنبال كردن يك رژيم غذايي ايده آل، سلامت پوست را تضمين مي كند. اين جا به برخي از اختلالات و ناراحتي هاي پوستي و درمان گياهي آن ها اشاره مي كنيم.
شوره سر
خارش سر همراه دانه هاي سفيد و پوسته پوسته شدن سر، نشان دهنده شوره است.
درمان ها:
*يك قاشق چاي خوري كافور را در يك نصف فنجان روغن نارگيل حل كنيد. قبل از خواب، كف سرتان را با كمي از اين روغن ماساژ دهيد.
*يك قاشق چاي خوري روغن كرچك و روغن زيتون را مخلوط كنيد و كف سرتان را با آن ماساژ دهيد.
*دو قاشق چاي خوري روغن نارگيل را با يك قاشق آب ليمو مخلوط كنيد و موهاي سرتان را با آن ماساژ دهيد.
بعد از اين كه 3 تا 4 ساعت اين روغن ها روي سرتان ماند، موهايتان را بشوييد
خارش سر
آلرژي به برخي از شامپوها، آلودگي، تغيير آب و هوا و استرس از عواملي هستند كه باعث خارش سر مي شوند.
درمان ها:
*از شامپوهاي حنا يا داراي تركيبات گياهي براي شست و شوي موهايتان

استفاده کنید.
*از روغن هاي ماساژ براي ماساژ دادن کف سر استفاده کنید.
*با ترکیب آب کاهو و اسفناج موهایتان را بشویید.
*ورزش را فراموش نکنید.
سفید شدن زود هنگام مو
سفید شدن مو فرآيندي است که با افزايش سن اتفاق مي افتد. اگر اين اتفاق قبل از سن 25 سالگي به ميزان چشمگيري رخ دهد، شاهد عارضه سفید شدن زودهنگام موها هستيم. مصرف بيش از حد چاي، قهوه، گوشت و غذاي چرب ادويه دار، مي تواند اين امر را تشديد کند.
درمان ها:
*2قاشق چاي خوري پودر حنا را با يك قاشق چاي خوري پودر قهوه، 2 قاشق چاي خوري آب نعنا و 2 قاشق چاي خوري آب ريحان مخلوط کنید.
*کمي زنجبيل را پودر کنید و با کمي عسل مخلوط کنید روزانه يك قاشق از اين محلول را بخوريد.
منبع:نشريه زندگي ايده آل شماره 42 /س

بابونه ؛ تقويت‌كننده تلخ

نام علمي گياه بابونه Chamaemelum Nobile » است. بابونه گياهي است دائمي و كوچك، به ارتفاع تقريبا 30 سانتيمتر، داراي بويي معطر كه در چمنزارها و زمين‌هاي شني مي‌روید. ساقه آن به رنگ سبز مايل به سفيد، برگ‌هاي آن كوچك متناوب و داراي بريدگي‌هاي باريك، نامنظم و پوشيده از كرك است. گل‌هاي آن مجتمع در يك طبق كه به طور منفرد در انتهاي ساقه گل دهنده در تابستان ظاهر مي‌شود. در هر طبق، گل‌هاي سفيد در اطراف و گل‌هاي زرد در قسمت وسط قرار دارند.
خواص درماني بابونه
بابونه از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است و از تقويت كننده‌هاي تلخ به حساب مي‌آيد.
1) يكي از مهم‌ترين خواص بابونه، درمان زخم و ورم معده است كه به آساني اين مرض را درمان مي‌كند. افرادي كه سال‌هاي سال با اين بيماري دست به گريبان هستند و از قرص‌هاي مختلف گران قيمت استفاده مي‌كنند، مي‌توانند با استفاده از بابونه، پول داروي خود را پس‌انداز كنند و سلامتي خود را نيز بازيابند.
براي درمان زخم معده يك ليوان دم كرده غليظ بابونه درست كنيد (4) قاشق چاي خوري بابونه خشك را در يك ليوان آب جوش بريزيد) و صبح ناشتا آن را بنوشيد. سپس در رختخواب به پشت دراز بكشيد و بعد از چهار دقيقه بخوابيد. البته بعد از يك ربع ساعت مي‌توانيد صبحانه خود را ميل كنيد. اين عمل را به مدت دو هفته ادامه دهيد تا زخم و ورم معده به كلي شفا پيدا كند.
2) بابونه اعصاب را تقويت مي‌كند.
3) بابونه تقويت كننده مغز است.
4) بابونه ادرارآور و قاعده آور است.
5) اين گياه ترشح شير را در مادران شيرده افزايش مي‌دهد.
6) درمان‌كننده سردرد و ميگرن است.
7) استفاده از بابونه سنگ مثانه را خرد و دفع مي‌كند.
8) براي درمان چشم درد، بابونه را در سركه ريخته و بُخور دهيد.
9) براي تسكين دردهاي عضلاني دم كرده بابونه بنوشيد.
10) جويدن بابونه براي التيام زخم‌هاي دهان مفيد است.
11) بابونه تب بُر و تسكين دهنده درد است.
12) بابونه تقويت‌كننده معده است.
13) براي تسكين درد در هنگام دندان درآوردن بچه‌ها، به آنها دم كرده

بابونه بدهيد.
14) براي رفع بي خوابي و داشتن يك خواب آرام و راحت، كافي است 10 دقيقه قبل از رفتن به رختخواب، يك فنجان دم كرده بابونه بنوشيد.
15) بابونه درمان‌كننده بي اشتهايي است.
16) بابونه براي رفع ورم روده موثر است.
17) دم كرده بابونه درمان‌كننده كم خوني است.
18) از بابونه براي رفع كرم معده و روده استفاده كنيد.
19) بابونه تسكين دهنده دردهاي عادت ماهيانه است.
20) بابونه براي رفع زردي مفيد است.
21) حمام بابونه اثر نيرو دهنده دارد. براي اين منظور چند قطره اسانس بابونه را در وان حمام ريخته، مدت يك ربع در آن دراز بكشيد.
22) براي تسكين درد، چند قطره اسانس بابونه را با يك قاشق روغن بادام مخلوط كرده و روي محل‌هاي دردناك بماليد تا درد را تخفيف دهد.
23) اسانس بابونه مخلوط با روغن بادام براي رفع ناراحتي‌هاي پوستي نظير اگزما، كهير و خارش مفيد است.
24) براي رفع گوش درد و سنگيني گوش، يك قطره روغن بابونه را در گوش بچكانيد.
25) اسانس بابونه چون اثر تهوع آور دارد، در مسموميت‌هاي غذايي مصرف مي‌شود.
26) روغن بابونه را براي از بين بردن كمردرد، درد مفاصل و نقرس روي محل درد بماليد.
27) خانم‌هايي كه يائسه شده‌اند، بهتر است همه روزه دم كرده بابونه بنوشند، زيرا اختلالات يائسگي را برطرف مي‌كند.
28) بابونه ضد آلرژي است.
طرز تهيه فرآورده‌هاي بابونه
دم كرده بابونه
براي درست كردن دم كرده بابونه، يك قاشق چاي‌خوري گياه بابونه خشك را در يك فنجان آب جوش ريخته و مدت 5 دقيقه بگذاريد تا دم بكشد.
اسانس بابونه
حدود 8/0 تا 1 درصد، اسانس در اين گياه وجود دارد كه به وسيله تقطير با بخار آب به دست مي‌آيد. رنگ اين اسانس آبي روشن است، ولي در اثر كهنه شدن به رنگ زرد مايل به قهوه‌اي در مي‌آيد. بوي اين اسانس، بسيار قوي و طعم آن معطر و سوزاننده است. اسانس بابونه در عطر سازي و براي معطر كردن غذاها به كار مي‌رود.
روغن بابونه با روغن زيتون
گل خشك بابونه را برابر وزنش با روغن زيتون مخلوط كرده و روي آتش

ملايم بگذاريد تا دم بكشد (نبايد بجوشد) و گهگاه آن را هم بزنيد. سپس آن را از روي آتش برداريد و بگذاريد تا مدت 24 ساعت بماند. سپس آن را از صافي با فشار رد كرده و در شيشه‌اي دربسته نگهداري كنيد. براي نفخ شكم و قولنج آن را روي شكم بماليد.

روغن بابونه با روغن كنجد

مقداري از گل خشك بابونه را با چهار برابر وزن آن با روغن كنجد مخلوط كرده و سپس به‌اندازه دو برابر گل بابونه، آب به آن اضافه كنيد. آن را روي حرارت بگذاريد تا بجوشد و آب آن به كلي تبخير شود و فقط روغن باقي بماند. البته بايد دقت كنيد كه روغن نسوزد.

منبع پايگاه جامع اطلاع رساني پزشكان ايران irteb

گل گاوزبان، تقويت كننده حواس پنجگانه
يكي از عجايب سلسله كوه‌هاي البرز كه قله عظيمي چون دماوند دارد، پرورش چندين نوع گياه دارويي است كه اثر درماني زيادي دارند و منحصراً در دامنه‌هاي اين كوه به عمل مي‌آيند و در كوه‌هاي ديگر اثري از آنها نيست.
هر چند در كتاب‌هاي قديم به گل گاوزبان «لسان الثور» مي‌گويند، ولي در واقع نام ديگري ندارد. اسم فرانسوي، انگليسي، آلماني، تركي و... هم ندارد، چون در هيچ نقطه اي از زمين جز دامنه كوه‌هاي البرز به عمل نمي‌آيد و با گياه ديگري كه در آذربايجان و شهرهاي ديگر ايران و كشورهاي ديگر مي‌روید و به غلط به گاوزبان مشهور شده است، نسبتي ندارد.
براي اينكه اين اشتباه كه حدود چند قرن است پزشكان و دارو سازان را گمراه كرده است، از بين برود اين را «گل گاوزبان» و ديگري را «گياه گاوزبان» بناميد. اين دو گياه متفاوت هستند، تنها گل‌هايشان كمي به هم شبيه است، هيچگونه خواص مشتركي ندارند و از نظر منافع طبي با هم متضاد هستند. گل‌هاي «گل گاوزبان» درشت تر از گل‌هاي«گياه گاوزبان» است.
«گل گاوزبان» در ايران، و «گياه گاوزبان» در اروپا و امريكا شهرت زيادي دارند. پزشكان سنتي ايران در معالجه بسياري از امراض از «گل گاوزبان» استفاده مي‌كردند و نتيجه مي‌گرفتند. پزشكان جديد هم خواص «گل گاوزبان» را مي‌دانستند و براي دسته اي ديگر از امراض تجويز مي‌كردند و چون عطاران فرقي بين «گل گاوزبان» و «گياه گاوزبان» قايل نبودند، آنها را به جاي هم مي‌دادند، به همين جهت معالجه آنها نتيجه نمي‌داد و محققان از اينكه خواص و منافع اين گياه از بين رفته است در تعجب بودند.
يكي از مترجمان، تمام فوايد «گياه گاوزبان» راترجمه كرده و به «گل گاوزبان» نسبت داده، سپس پرسيده است: چرا ايرانيان فقط از گل گاوزبان استفاده مي‌كنند؟ به برگ و سرشاخه‌هاي آن توجهي ندارند، در جواب او بايد بگوييم كه گل گاوزبان، فقط گلش فوايد طبي دارد، زيرا گياهي كه فرنگي‌ها به او «بوراش» مي‌گويند، گل گاوزبان نيست.
گل گاوزبان اصلي
اين گياه به طور خودرو، منحصراً در دامنه كوه‌هاي البرز به عمل مي‌آيد و تاكنون اهلي نشده و قابل كشت نيست.
ـ مقوي روح و اعضاي رئيسه بدن بوده، حواس پنجگانه يا بهتر بگويم،

حواس هجده گانه آدمي را تقويت مي‌كند.
ـ شكم را نرم و كيسه صفرا را باز مي‌كند، اخلاط سوخته سوداوي را از معده خارج و عوارض آن را از بين مي‌برد.
ـ جوشانده آن نشاط آور بوده، رنگ رخسار را باز مي‌كند.
ـ سينه را نرم مي‌كند، تنگي نفس و درد گلو را شفا مي‌دهد.
ـ دلهره و وحشت را از بين مي‌برد و غم و غصه را كم مي‌كند و براي كساني كه با خود حرف مي‌زنند سودمند است.
ـ جوشانده آن با عسل جهت تنگي نفس تجويز شده است.
ـ جويدن برگ تازه آن جهت درمان جوش‌هاي چركي دهان اطفال، برفك، سستي بيخ دندان و رفع حرارت دهان نافع است. مقدار خوراك گل آن دو مثقال تا پنج مثقال است.
ـ عرق گل گاوزبان جهت امراض سوداوي، وسواس و خفقان مفيد است.
ـ داراي منيزيم بوده و از سرطان پيشگيري مي‌كند.
ـ تحقيقات جديد بيانگر اين مطلب هستند كه عصاره آبي گل گاوزبان دارويي مؤثر و بي‌خطر براي درمان بيماران مبتلا به اختلال وسواسي اجباري است.
ـ گل مرغوب گلي است كه داراي دم سفيد و گلبرگ‌هاي بنفش باشد.
برگ‌هاي تازه گل گاوزبان داراي مقدار زيادي ويتامين C است.
گياه گاوزبان
اين گياه اسم فارسي ندارد و معلوم نيست از چه موقع به ايران آمده و در اطراف تبريز كاشته شده است. در زبان فرانسوي به آن بوراش مي‌گويند و «ابن بيطار» گياه شناس معروف قديم، كه در اصل اندلسي بوده و بعد به آسياي صغير آمده و دو كتاب بزرگ به نام‌هاي «الجامع» و «المغني» به زبان عربي دارد آن را نوعي «مرماخوز» دانسته و به اسامي: لسان الثور، ابوالعرق، كحيلاـ كحلا، حمحم و بوغلص ياد كرده است.
ـ گل، سرشاخه و برگ آن داراي شوره، مواد لعابي و يك ماده تلخ است و به همين جهت عرق و ادرار را زياد مي‌كند.
ـ سنگ‌هاي كليه و مثانه را خرد كرده و از بين مي‌برد.
ـ اين گياه داراي اسيدهاي چرب امگا 6 مانند لينولنيك اسيد است كه براي روماتوئيد مفيد است.
ـ ضماد برگ‌هاي تازه وله شده آن دمل را باز مي‌كند و براي معالجه سوختگي، آتش و آفتاب زدگي مفيد است.
منبع: روزنامه اطلاعات

# خواص مفيد كنجد و موارد استحصالي از آن

در اين مطلب با خواص كنجد و موارد استحصالي و تاريخچه آن و تركيبات شيميايي مفيد موجود در اين محصول مانند ويتامينهاي آن اشنا خواهيم شد .

خصوصيات گياهي كنجد

كنجد گياهي است يك ساله با ارتفاع حدود يك متر كه قسمت انتهايي ساقه آن پوشيده از كرك است . برگ هاي آن بيضي ، باريك و نوك تيز است . گل هاي آن به رنگ سفيد يا قرمز، به طور تك تك در كناره برگ هاي قسمت انتهايي ساقه ظاهر مي شوند .

تاريخچه كنجد و موارد استحصالي از آن :

متجاوز از پنج هزار سال است كه انسان به خواص معجزه آساي كنجد پي برده است . پهلوانان قديم آنرا براي زياد كردن زور مي خوردند و امروز هم در بين قهرمانان تركيه قابل توجه است و داراي ارزش زيادي مي باشد .

هنديها بيش از ساير اقوام براي اين گياه خاصيت و اثرات معجزه آسا قائلند و آنرا زياد كننده قدرت و عامل طول عمر مي شناسند و روي اين اصل آنرا در تشريفات مذهبي زياد مي خورند و همانطور كه ما ايرانيان خرما و انجير خيرات مي كنيم آنها كنجد و شيرينهايي كه با كنجد درست كرده اند خير مي نمايند وبدون ترديد علت طول عمر در بين مرتاضين و بعضي از دهاتيهاي هندي خوردن كنجد است .

خوردن اين گياه از قديم درايران معمول بوده است ، نانوايان مغز آن را روي نان مي پاشيدند و آن كاري است كه الان هم بايستي معمول شود .

حلواسازان آنرا به كار مي بردند كه متاسفانه امروز ترك شده است .

روغن كنجد دير فاسد مي شود و سابقا خوردن آن بسيار معمول بوده و هنوز هم معمول است .

شير كوبيده ي آن و گياههاي ديگر را جهت رفع سوزش معده مفيد مي دانستند و معتقد بودند ترشي معده را كم مي كند و سودا را از بين مي برد .

آب برگ كنجد براي تقويت مو و بلند شدن آن تاثير نيكوي دارد و براي اين كار بايستي آب آن را با كوبيدن يا فشار گرفت و به سر ماليد .

ميوه اين گياه به صورت كپسول و محتوي دانه هاي كوچك و مسطح و بيضوي است كه دانه كنجد ناميده مي شود و قسمت مورد استفاده اين گياه است .

وطن اصلي كنجد هندوستان است كه از آنجا به نقاط ديگر دنيا راه يافته است . در حال حاضر چين بزرگترين توليد كننده كنجد در دنيا مي باشد .

هندوستان و حبشه از نظر توليد، بعد از چين قرار دارند . در ايران نيز مقداري كنجد توليد مي شود كه بيشتر آن به مصرف تهيه روغن و حلوا ارده مي رسد.

تركيبات شيميايي

كنجد داراي پروتئين ، ويتامين هاي B , D , E , F1 و لسيتين (LECITHIN) مي باشد . روغن كنجد مركب از اسيدهاي چرب اشباع نشده مانند لينولئيك اسيد اولئيك اسيد و مقداري اسيدهاي چرب اشباع شده مانند اسيد پالمتيك و آراشيديك اسيد مي باشد .

روغن كنجد يكي از روغن هاي اشباع نشده و مفيد براي بدن است كه در آمريكاي شمالي و كانادا به مقدار زياد مصرف مي شود ، زيرا اين روغن نه تنها كلسترول خون را افزايش نمي دهد، بلكه آن را كاهش نيز مي دهد .

براي تهيه روغن كنجد معمولا دانه ها را مي شويند تا رنگ روي آن از بين برود. سپس دانه ها را آسياب كرده و در آب مي ريزند تا پوست آنها روي آب بيايد . بعد از گرفتن پوست، دانه ها را خشك كرده و در آب جوش مي ريزند و خمير مي كنند . اين خمير را تحت فشار قرار داده تا روغن آن جدا شود . اين روغن را روغن سرد مي نامند و از تفاله باقيمانده تحت اثر فشار و گرما روغني بدست مي آيد كه به نام روغن گرم معروف است كه البته ارزش غذايي روغن سرد را ندارد .

تفاله باقيمانده از اين مرحله را معمولا براي علوفه دام ها به كار مي برند . خصوصاً اين تفاله از نظر داشتن مواد پروتئيني ، غذاي خوبي براي گاوهاي شيرده است .

اگر مي خواهيد از روغن كنجد استفاده كنيد دقت كنيد كه روغن سرد باشد كه به نام ""FIRST COLD PRESSED" معروف است ، زيرا در اثر حرارت دادن، روغن كنجد خواص خود را از دست مي دهند .

خواص مفيد كنجد براي سلامتي بدن

از نظر طب قديم ايران، كنجد گرم است . كنجد بسيار مغذي است و در اكثر كشورهاي فقير به عنوان جانشين گوشت بكار مي رود . خواص مفيد كنجد به شرح زير است :

1) براي چاق شدن و تقويت نيروي جنسي موثر است.

2) براي رفع قولنج كنجد را آسياب كرده و با سركه مخلوط كنيد و به مقدار نصف وزن كنجد ، مغز بادام پوست كنده را به آن اضافه كنيد. سپس آنها را پودر كنيد و هر روز به مقدار يك قاشق سوپ خوري از آن بخوريد .

3) كنجد گرفتگي صدا را از بين مي برد .

4) نرم كننده معده و روده است.

5) كره كنجد كه در كانادا بنام تاهيتي معروف است و شبيه ارده مي باشد ، غذاي خوبي براي رشد بچه هاست.

6) برگ كنجد را اگر به سر بماليد، باعث رشد و سياهي موي سر مي شود.
7) ارده نرم كننده معده و روده هاست.
8) كنجد فشار خون بالا را كاهش مي دهد.
9) كنجد ضد رماتيسم است.
10) براي رفع ناراحتي كيسه صفرا مفيد است.
11) دم كرده برگ كنجد، اسهال خوني را برطرف مي كند.
12) روغن كنجد براي رفع تنگي نفس ، سرفه خشك و زخم ريه مفيد است.
13) روغن كنجد سوزش ادرار را رفع مي كند.
14) از روغن كنجد به جاي روغن زيتون در سالاد استفاده كنيد.
15) كنجد با تمام فوايدي كه دارد براي معده ي ضعيف مناسب نيست، زيرا هضم آن سنگين است . اين گونه اشخاص بايد آن را با عسل وسركه بخورند .
ويتامين F چيست؟
ويتامين F يك اسيد چرب ضروري است كه باعث تشكيل لايه هايي در پوست مي شود كه از سلول هاي پوستي محافظت و از خشكي و خرابي پوست جلوگيري مي كند. همچنين باعث انتقال ساير ويتامين ها در پوست مي شود.
كنجد؛ تقويت‌كننده مو
هرچند نانوايي‌ها امروزه با پاشيدن چند دانه كنجد مشتريان خود را با عنوان نان كنجدي فريب مي‌دهند، اما اگر خوردن كنجد را در برنامه غذايي خود قرار دهيد، موهايي پرپشت و مقاوم خواهيد داشت.
متخصصان تغذيه مي‌گويند روغن كنجد علاوه بر تقويت موها، براي رفع تنگي نفس، سرفه خشك و زخم ريه هم مفيد است. همچنين سوزش ادرار را برطرف مي‌كند.
دم‌كرده برگ كنجد هم اسهال خوني را درمان مي‌كند و خوردن اين دانه گياهي براي رماتيسم، فشار خون بالا و ناراحتي كيسه صفرا مفيد است.
در طب سنتي براي رفع قولنج، كنجد را آسياب و با سركه مخلوط مي‌كردند و با افزودن مغز بادام پوست‌كنده هر روز به مقدار يك قاشق سوپخوري ميل مي‌كردند.
ارده كنجد به همراه خرما غذايي مقوي براي رشد كودكان و همچنين كارگران يدي است. اين دانه‌هاي ريز سفيد و سياه، قواي جنسي را تقويت مي‌كند و نرم‌كننده معده و روده‌هاست.
خوردن يك قاشق غذاخوري كنجد موجب تامين مقداري از نياز كلسيم خانم‌ها شده و اگر آنها عادت به بلند كردن ناخن‌هايشان داشته باشند با

مصرف كنجد ناخن‌هايشان محكم‌تر شده و ترك و شكنندگي بر روي اين عضو كه جزئي از زيبايي انگشتان است ديده نمي شود.
شايد بدانيد كه كمبود روي چه اثراتي بر زيبايي دارد آكنه را كمتر مي‌كند و از نازك شدن موها جلوگيري مي‌كند و مانع ريزش موها خصوصا در خانم‌ها مي‌شود و در ضمن به دليل توام شدن اين ماده مغذي با ويتامين E اين اثرات صد چندان شده و مي‌توان از خواص ضدچروك و سفيدكنندگي (ضدلك) اين ويتامين استفاده كرد.
چربي هاي موجود در كنجد
حتما مي‌دانيد كه كنجد چربي بسياري دارد اما اين چربي از نوع گياهي و چند باندي است. اين روغن داراي اسيدهاي چرب ضروري است كه در ساختمان پوست به عنوان يك جز اصلي محسوب مي‌شوند و در صورتي كه كمبودي از اين مواد مغذي ايجاد نشود پوست كاملا يكنواخت و نرم و لطيف به نظر مي‌رسد و جالب است بدانيد كه وجود همين چربي‌هاست كه اگر با يك منبع پروتئيني دريافت شود (كنجد به همراه چربي پروتئين قابل توجهي دارد) به ترميم موهاي آسيب ديده پرداخته و از خشكي بيش از حد اين عضو نيز جلوگيري مي‌كند و موجب راحتي افرادي مي‌شود كه سال‌هاست از خشكي مو رنج برده و همواره از شانه زدن و رنگ كردن موهاي خشكشان مي‌هراسند.
امروزه از روغن كنجد خصوصا كنجد سياه در تهيه انواع فراورده‌هاي آرايشي و بهداشتي خصوصا محصولاتي كه براي رفع انواع خشكي‌ها تجويز مي‌شوند استفاده مي‌شود.
معمولا در تركيب انواع كرم‌ها و ماسك‌ها و شامپوهاي ترميمي از اين روغن استفاده شده تا خاصيت درماني آنها چند برابر شود. در آخر شما را با ماسكي كه با روغن كنجد تهيه مي‌شود و براي تقويت موهاي خشك و آسيب‌پذير توصيه مي‌شود آشنا مي‌كنيم.
قبل از هر چيز بايد بگوييم كه شما مي‌توانيد از اين ماسك بسته به موهايتان هفته‌اي ?تا? بار بعد از شستشوي آنها در حمام استفاده كنيد.
نكاتي جالب از كنجد:
مخلوط كردن برگ كنجد با حنا جهت مشكي كردن مو نيز نتايج نيكو دارد و نيز جوشانده برگ آن براي دراز شدن و مشكي شدن مو نافع است .
روغن كنجد براي جلاي مو بسيار مفيد و بهترين روغنهاست . دهاتيهايي كه هنوز روغن كنجد مي خورند عمر زيادتري مي نمايند و تا هشتاد سالگي تقريبا جوان هستند . براي اولين بار چند دانشمند فرانسوي در تركيه به خواص معجزه آساي اين گياه پي برده و مصرف آنرا در اروپا معمول كردند و امروز غذاهاي اختصاصي از آن مي سازند و مي فروشند و اكنون تركيبي از آن به نام تامينا معروف مي باشد ودر فرانسه معمول است . تامينا

لغتي است تركي به معني كنجد و تركيبي از آن است .
در گذشته يك دانشمند آمريكايي كه درهند به خواص معجزه آساي اين گياه پي برده بود يك سلسله امتحانات علمي را درباره آن شروع نمود و به اين موضوع پي برد كه اين گياه داراي مواد سفيده اي و چربي است و از همه مهمتر اينكه مواد سفيده اي اين گياه به طور خام نيز قابل هضم است و داراي پانزده نوع مواد سفيده اي است و براي كساني كه نمي خواهند گوشت بخورند خوردن آن تقريبا واجب است و مي توان آن را گوشت گياهي ناميد . لسيتين اين گياه حتي از باقلاي هندي بيشتر است .
لسيتين چربي فسفر داري است كه وجود آن براي نسوج و اعصاب نهايت لزوم را دارد ؛ و مغز و غدد انسان احتياج زيادي به آن دارد . تقويت قوه حافظه بشر احتياج زيادي به اين ماده دارد و مغز انسان بيش از ساير حيوانات ازاين ماده دارد و سر موفقيت بشر و پيشرفت آن در عالم تمدن مرهون همين لسيتين است كه در گوشت و زرده ي تخم مرغ و گياههايي مانند : باقلاي چيني ، ماش ، قره ماش ، خرفه ، و كنجد وجود دارد .
در امتحانات تشريحي ثابت شده كه بيماران فكري در اعصابشان مقدار لسيتين پايين آمده است و در نتيجه خوردن اكسير لسيتين يه سرعت معالجه مي شوند ، كليمي ها كنجد زياد مي خورند و زياد زيرك مي باشند.
كنجد معدن مواد معدني قابل جذب است و داراي ؛ منيزيم، كلسيم ، آهن ، سيليس ، آلومينيوم ، كورم ، مس ، نيكل ، سديم و چندين فلز و شبه فلز ديگر است . اثر كنجد بيشتر در اثر داشتن ويتامينهاي زياد آنست مخصوصا ويتامينهاي ب و ويتامين هاي ف كه فراوان دارد .
برتر از همه داروها
غذايي كه بر هر دارويي ترجيح دارد كنجد است كه تقريبا بيشتر مواد مورد ساختمان بدن را داراست . لذا يك غذاي قيمتي و پر ارزش براي انسان متمدن است . داراي خواص گوشت است ولي ضرر آن را ندارد .
قوت ، جواني ، تعادل زندگاني و صحت را به انسان مي بخشد . طعم گواراي آن مورد توجه شكم پرستان مي باشد و به خوبي آساني براي انسان در هر سني كه باشد قابل هضم است . كنجد براي زن ، مرد ، بزرگ و كوچك براي ادامه ي حيات و طول عمر مفيد است ، اثر آن در تعويض سلولهاي كهنه ي بدن بسيار سريع است و در تسهيل تفكر عمل آن قابل تحسين است و در رفع آلامي مانند : سرطان ، سل ، كم خوني بي نظير مي باشد . در زندگاني جديد كه فكر بشر بيش از ساير اعضاي بدن او به كار مي رود كنجد از نان واجبتر است .
خلاصه كنجد غذاي كساني است كه مي خواهند عمر زياد توام با سلامتي داشته باشند . بهترين وسيله راحتي و بيمه كننده جواني شما كنجد است .
منبع:سايت پزشكان ايران

# تاثير گياه كلم در درمان سرطان معده

مقاله زير بررسي تاثير آلكالوئيد سولفورافان گياه كلم (Brassica oleracea) در درمان سرطان معده و مزاياي اين گياه مفيد را شرح مي دهد .

چكيده:
انسان جزئي ازطبيعت است وبه طورمسلم براي هربيماري ،طبيعت گياه درمان آن راعرضه كرده است.انسان هرچه به طبيعت نزديك شود سالم تر شده وبيشترعمرمي كند .بهره گيري از گياهان دارويي استمداد از طبيعت در جهت سالم زيستن است. كلم با نام علمي (Brassica oleracea) ازخانواده Cruciferae گياهي يك ساله و دوساله كه داراي برگ هاي ناصاف و موجدار بوده و ميوه آن بصورت خورجين، دراز و باريك ميباشد كلم خودرو و بومي سواحل انگلستان و مديترانه است. واريته هاي مختلف كلم در سراسر دنيا بعنوان سبزي كشت مي شود. كلم غني از ويتامين A، B1، B2 و C مي باشد.اين گياه حاوي آلكالوئيدهاي سولفورافان، ايندول و ايزوتيوسيانات است كه قسمت مورد استفاده ي دارويي آن ريشه و برگ هاي آن مي باشد. از نظر خواص درماني گياه كلم محرك قواي جنسي، صاف كننده صدا، تسكين دهنده دردهاي زانو، درد مفاصل، خواب آور، نيرو بخش بوده و ضماد برگ كلم خودرو و يا كشت شده كه به صورت خردشده براي تورم و آماس و تومورها و درد مفاصل استعمال مي شود. برگ كلم خودرو به صورت خام يا پخته شده به هضم غذا و از بين بردن سموم موجود دركبد كمك مي كند. مهمترين خواص دارويي گياه كلم در درمان سرطان معده مي باشد. اين بيماري بر اثر ايجاد باكتري هليكوباكتريپلوري وعدم تعادل در تقسيم سلولي كه باعث ايجاد تومور مي شود به وجود مي آيد. آلكالوئيد سولفورافان با از بين بردن باكتري هليكوباكتريپلوري كه در معده باعث ايجاد زخم معده و سرطان معده مي شوند، آن را درمان مي كند. استفاده ازكلم در يونان به 600 سال قبل از ميلاد مسيح بر مي گردد و جايگاه ويژه اي در طب سنتي دارد، لذا شناخت و آگاهي از خواص دارويي متعدد آن مي تواند در حفظ سلامتي جامعه ي ما نيز نقش بسزايي داشته باشد. هدف از اين مقاله، تحقيق و بررسي خواص دارويي گياه كلم در درمان سرطان معده مي باشد.

مقدمه:
طبيعت سرشار از زيبايي، اعجاز و سخاوت است. پروردگار طبيعت را به ما ارزاني داشت تا درآن زندگي كنيم و به بهترين وجه از آن بهره گيريم. تمام گياهان موجود در طبيعت، ازدرختان سر به فلك كشده در جنگل ها تا

بوته هاي خار بيابان هاي تفتيده، از هر نظر مهم و با ارزش وآيت روشني از دانش وعظمت خداوند هستند. انسان ازبدو خلقت از گياهان استفاده هاي متعددي مي كرده و جهت بقاي خود نيازمند به آنان بوده اند.آنان در تغذيه ،تهيه پوشاك ، ساخت مسكن و لوازم زندگي و بسياري ازموارد ديگر از گياهان استفاده مي كردند. يكي از موارد مهم استفاده از گياهان از دير باز تا كنون ، درمعالجه ودرمان بيماري ها بوده است. طي ساليان متمادي داروهاي گياهي اساس درمان بيماريهاي گوناگون محسوب مي شد. قديمي ترين اطلاعات ثبت شده در مورد استفاده از گياهان در عصر ساختن اهرام مصر يعني حدود چهار هزار سال قبل است. طبق اسناد به دست آمده، از سير و پياز در تغذيه كارگران سازنده اهرام استفاده مي شده وبرخي گياهان هم درمداواي بيماريها به كارگرفته مي شده است همچنين از گياهان مختلف در حفظ اجساد و جلوگيري ازفساد آنها، تهيه روغن هاي طبي و مواد ضد سم، عطريات و لوازم آرايشي زنان استفاده مي شده و استفاده از گياهان دارويي در ايران قدمت بلندمدتي برخوردار است[1]. در دوران هخامنشي طب گياهي در ايران گسترش چشم گيري داشت و علاوه بر تجربياتي كه در كشور به دست آمده بود، ازيافته هاي يونانيان هم استفاده مي شد. پس از ظهور اسلام و افزايش شوق آموختن در ايرانيان، دانش طب گياهي نيز پيشرفت چشمگيري يافت. به عنوان مثال دركتاب "قانون" ابن سينا پزشك عالي قدر اسلامي كه در عالم پزشكي شهرت جهاني دارد، بسياري از گياهان دارويي و نسخه هاي طبيعي آورده شده است و اين كتاب نزديك به چهارصد سال در دانشكده هاي پزشكي اروپا تدريس مي شد. در اوايل قرن بيستم پيشرفت علم شيمي منجر به توسعه صنعت داروسازي و تهيه داروهاي شيميايي گشت و از آن زمان به بعد هر روزه داروهاي شيميايي جديدي به وسيله دانشمندان ساخته و به بازار عرضه مي شود. اگر چه داروهاي شيميايي به نسبت داروهاي گياهي، بيماريها راسريع تردرمان كرده واثر قوي تري دارند اما پيامدهاي سوء ناشي از مصرف آنان نيز بيشتر از داروهاي گياهي است. مصرف طولاني و برخي موارد مقطعي داروهاي شيميايي عوارض خاصي در بدن برجاي مي گذارد كه عوارض جانبي ناميده مي شوند وممكن است ناراحتي هاي تازه اي براي بيمار ايجاد كند. به همين جهت امروزه بسياري از متخصصان پزشكي و داروسازي معتقدند بايد بيماران را به سوي مصرف گياهان دارويي سوق داد و در راستاي همين هدف دردهه اخير، داروسازان ازعصاره هاي گياهي داروهاي متنوعي را ساخته و به بازار عرضه كرده اند كه اثرات مثبت آن ها مورد تاييد همه قرار گرفته است[3]. گياهان دارويي حاوي روغن هاي عطري، آلكالو ئيدها مواد پروتئيني، ملاونوئيدها و مواد لعاب دار است. گياه كلم به عنوان يك گياه مهم درصنايع دارويي مورد

توجه قرار گرفته است. استفاده از کلم در یونان به 600 سال قبل از میلاد مسیح باز مي گردد. در آن زمان عوام از این گیاه براي جلوگیري از معده ریزي ها، درمان زخم، درد مفاصل و صاف کننده صدا استفاده مي کرند. به علت وجود آلکالوئیدهاي ارزشمند در پیکر رویشي و ریشه ي کلم در اکثر فارماکوپه ها به عنوان یك گیاه دارویي بسیار مهم معرفي و خواص آن نیز بیان شده است. این گیاه به علت دارا بودن آلکالوئیدهاي مهم نظیر "سولفورافان" و "ایزوتیوسیاتات" که هر دو اثر آنتي نئوپلازي (ضد تومور) دارند، اهمیت خاصي در داروسازي داشته و حدود 30 سال است که دراین صنایع مورد استفاده قرار مي گیرد. این مواد مواد در شیمي درماني برخي سرطان ها نیز کاربرد دارند[4]. سولفورافان در بیماران سرطان معده سیستم دفاعي بدن را تقویت کرده و باکتري هلیکوباکتریپلوري را که باعث زخم معده و سرطان معده مي شوند را ازبین برده و سرطان معده را درمان مي کند. این گیاه در کشور هاي روسیه ، انگلستان و آلمان در سطح وسیع کاشته مي شود.[2]

مشخصات گیاه کلم:

کلم با نام علمي (Brassica oleracea) ازخانواده Cruciferae مي باشد. کلم گیاهي است گیاهي یك ساله و دوساله که داراي برگ هاي ناصاف و موجدار بوده و میوه آن بصورت خورجین، دراز و باریك میباشد کلم خودرو و بومي سواحل انگلستان و مدیترانه است. واریته هاي مختلف کلم درسراسر دنیا بعنوان سبزي کشت مي شود[5]. کلم غني از ویتامین A، B1، B2 و C مي باشد.این گیاه حاوي آلکالوئیدهاي سولفورافان، ایندول و ایزوتیوسیانات است که قسمت مورد استفاده ي دارویي آن ریشه و برگ هاي آن مي باشد. از نظر خواص درماني گیاه کلم محرك قواي جنسي، صاف کننده صدا، تسکین دهنده دردهاي زانو، درد مفاصل، خواب آور، نیرو بخش بوده و ضماد برگ کلم خودرو و یا کشت شده که به صورت خردشده براي تورم و آماس و تومورها و درد مفاصل استعمال مي شود. برگ کلم خودرو به صورت خام یا پخته شده به هضم غذا و از بین بردن سموم موجود در کبد کمك مي کند دارد[6].

سابقه درماني کلم:

استفاده ازکلم دریونان به 600 سال قبل ازمیلاد مسیح باز مي گردد.درآن زمان عوام ازاین گیاه براي جلوگیري از خون ریزي ها ، درمان زخم ، درد مفاصل و صاف کننده صدا استفاده مي کرند.. به علت وجود آلکالوئید هاي ارزشمند در پیکر رویشي وریشه ي کلم در اکثر فارماکوپه ها به عنوان یك گیاه دارویي بسیار مهم معرفي و خواص آن نیز بیان شده است.این گیاه به علت دارا بودن آلکالوئید هاي مهم نظیر " سولفورافان " و " ایزوتیوسیاتات " که هردو اثرآنتي نئوپلازي ( ضد تومور )دارند، اهمیت خاصي درداروسازي

داشته و حدود 30 سال است كه در اين صنايع مورد استفاده قرار مي گيرد.[7]
خواص درماني كلم:
كلم يكي از سبزي هاي معروف خوراكي است كه تاريخي كهن دارد. كلم اقسام مختلفي دارد و به رنگ هاي گوناگون است. مانند : كلم سبز، كلم قرمز، كلم قمري. كلم، رخسار را جلا مي دهد و نيكو مي سازد و خواب آور بسيار خوبي است و حركت كودكان نو پا را آسان مي گرداند. مصرف اين گياه ، صدا را صاف مي كند.كلم پخته، بدن را از اخلاط فاسد و عرق زياد پاك مي كندو در درمان سرفه و درد كمر و زانو موثر است. تخم كلم، ضد خونريزي لثه و ضد كرم دستگاه گوارش ، ضد كم خوني بوده و قوه بينايي و نور چشم را افزايش مي دهد[8]. مداومت در خوردن كلم، باعث از بين رفتن سنگ هاي ادراري و تناسلي خواهد شد. كلم به علت دارا بودن مواد گوگردي براي خارش و شستشوي موي سر شوره دار، داروي بسيار خوبي است. اين گياه تصفيه كننده خون است كه داراي يك اسانس سلفوره بوده و براي معالجه كرم امعاء به كار مي رود[10]. براي درمان زخم هاي عميق و زخم هاي سرطاني، پماد برگ كلم با آرد جو مفيد است. سوخته كلم براي درمان جوش هاي دهان، رفع زردي دندان و جلوگيري از ريزش مو مؤثر است. براي اين منظور بايد سوخته كلم را در محل مورد نظر بمالند و اين كار را تكرار كنند تا اثر خود را ببخشد. خوردن 6/25 گرم تخم كلم كه با آب پخته شده باشد، لكه هاي پوستي را برطرف مي كند. شيره كلم خام، براي تقويت خون اشخاصي كه كمبود آهن دارند مفيد است. شيره كلم خام، غشاهاي مخاطي معده و روده ها را پاكيزه مي كند[9]. برگ كلم له شده، براي درماني ناراحتي هاي پوستي مؤثر است.كلم اكسيري است كه دواي همه دردهاست و تمام اعضاي بدن از آن استفاده مي كنند و هيچ دردي نيست كه در مقابل كلم دوام آورد. كلم زخم هاي بواسير را التيام مي دهد. كلم سنگيني گوش را درمان مي كند.برگ هاي خام كلم سبز يا قرمز را قبل از غذا به صورت سالاد بخوريد. زيرا برگهاي كلم مقدار زيادي كلسيم و گوگرد دارد كه براي تقويت خون بي اندازه مفيد است و سالاد برگ خام كلم، بهترين درمان كم خوني است[11].مصرف سوپ كلم براي معالجه برونشيت و سرفه شديد مفيد است. برگ كلم سفيد يا قرمز در معالجه امراض كبد و يرقان (زردي) نتايج مؤثري دارد.كلم بهترين داروي طبيعي براي معالجه اسهال است، براي اين منظور بايد برگ كلم يا گل كلم را با آب بپزيد و فلفل و كره به آن چاشني كنيد و با كره و نان برشته به عنوان غذا مصرف كنيد.مصرف كلم، بيماري نفريت (ورم چركي كليه) را درمان مي كند[12].مصرف كلم براي مبتلايان به نفريت به سبب دفع سموم موجب تسكين درد مي شود.اگر برگ كلم را

به وسيله گذاردن اطوي داغ روي آن به صورت پماد در آورده و روي جاهايي كه در بدن درد مي كند بگذاريد اين مرهم (ضماد) براي تسكين درد اعصاب و رماتيسم و سياتيك مؤثر است[14].مصرف شربت كلم، روزانه سه قاشق و هر بار يك قاشق قهوه خوري تمام كرم هاي بدن را دفع مي كند.كلم به علت داشتن آهك زياد، ارسنيك و يد، يكي از غذاهاي بسيار عالي و مفيد است و براي درمان سستي استخوان، سل و كم خوني نظير ندارد.در كلم املاح سولفات، نيترات دوپتاس، اكسيدهاي آهن و گوگرد (اسانس گوگرد) وجود دارد[15].

معرفي بيماري سرطان معده:

معده يكي از اعضاي موجود در شكم و بخشي از دستگاه گوارش است و مثل هر يك از اعضاي ديگر بدن مستعد ابتلا به سرطان است. پس از اينكه غذا جويده و بلعيده شد، از طريق لوله‌اي به نام مري، از دهان وارد معده مي‌شود. معده عضوي كيسه مانند و داراي 5 قسمت مختلف است كه ترشحات مختلفي براي هضم اوليه ي غذا ترشح مي‌كند. سرطان در هر كدام از اين مناطق پنج‌گانه ممكن است شروع شود و گاهي علائم و ميزان بهبودي برحسب محل ابتلا متفاوت است. داخلي‌ترين لايه، لايه ي مخاطي ناميده مي‌شود و اكثر سرطان‌هاي معده نيز از اين قسمت شروع مي‌شود. هر چه سرطان به بافت‌هاي زيرين نفوذ كند، احتمال بهبودي نيز كاهش مي‌يابد[16]. سرطان معده عبارت است از رشد خارج از كنترل سلول‌هاي بدخيم در معده و از دسته سرطان‌هايي است كه طي ساليان و به آرامي رشد مي‌كند، ولي قبل از اينكه سرطان به معناي واقعي ايجاد شود، تغييراتي در لايه‌هاي معده ايجاد مي‌شود. متأسفانه در مراحل ابتدايي علائم چنداني ديده نمي‌شود و شايد به همين دليل، سرطان معده در مراحل ابتدايي به سختي تشخيص داده مي‌شود. عفونت بانوعي باكتري به نام "هليكو باكتر پيلوري" نيز منجر به گاستريت (زخم و التهاب معده) مزمن مي‌شودكه معمولا در اكثر افراد موجب سرطان معده مي شود. كشيدن سيگار، مصرف الكل و سابقه جراحي روي معده كه قبلاً به منظور كنترل زخم انجام شده باشد، از ديگر دلايل ابتلا به اين بيماري مي باشد[13].

علايم سرطان معده و درمان گياهي آن:

علايم سرطان معده عبارتند از: درد در ناحيه شكم (قسمت فوقاني، مياني شكم و اپي گاستريك) و احساس توده در شكم ( كه از علايم ديررس و پيشرفته اين بيماري مي باشد)، احساس خستگي و ضعف و بي حالي كه مي تواند اين علايم ثانويه ي كم خوني باشد. همچنين بي اشتهايي، به ويژه بي اشتهايي به غذاهاي گوشتي و كاهش وزن كه گاهي با اتساع شكم و آسيت (جمع شدن آب در شكم) همراه مي شود. ممكن است همراه با توده باشد كه دراين صورت مي تواند باعث انسداد روده گردد[17]. گاهي

نيز بيماران با علايم متاستاتيك به پزشك مراجعه مي كنند مانند درگيري غدد لنفاوي ناحيه گردن كه باعث بزرگي در اين ناحيه مي شود و يا علايم ديگر متاستاز مانند زردي و برآمدگي شكم كه نشانه درگيري كبد است. مهمترين عامل ايجاد اين سرطان باكتري هليكو باكتر پيلوري مي باشد.آلكالوئيد سولفورافان موجود در گياه كلم با از بين بردن باكتري هليكوباكتريپلوري كه در معده باعث ايجاد زخم معده و سرطان معده مي شوند، آن را درمان مي كند[14].

نتايج و بحث:

سابقه درمان بيماري ها با گياهان دارويي به قدمت تاريخ زيست انسان بر روي كره زمين است و انسان به كمك گياهان دارويي خود را درمان كرده و مي كند . انسان تنها با دارو هاي شيميايي درمان نمي شود بلكه همه عوامل طبيعي نقش درمان را داردودارو نهايتا نقش پيشگيري را در برابربيماري ها ايفا مي كند.وجود گياهان در طبيعت يكي از نعمت هاي بزرگ الهي محسوب مي شود. سرطان معده يكي از بيماري هاي شايع است كه نتيجه عفونت با باكتري هليكو باكتر پيلوري مي باشد كه آلكالوئيد سولفورافان موجود در گياه كلم از بين بردن اين باكتري آنرا درمان مي كندو اين يك راه درمان گياهي براي يك بيماري خطرناك سالانه جان ميليون ها انسان را مي گيرد مي باشد.

منابع مقاله:


1- م، قاسمي(1382). درمان بيماري ها به كمك داروهاي گياهي. نشر تيهو
2- بي نام – 6/6/86- شبكه تحقيقات گياهان دارويي – www.mprn.ir
3- بي نام – بانك اطلاعات داروهاي گياهي و گياهان دارويي اير طب – www.irteb.com
4- بي نام – 6/5/87 – ايران نيوز – www.irannews.com
5- ه.صمصام شريعت(1386). گزيده گياهان دارويي.نشرماني
6- ع،زرگري(1371). گياهان دارويي، جلد سوم. انتشارات تهران
7- ح،ميرحيدر(1373). معارف گياهي. نشر فرهنگ اسلامي
8- ع،يزدي(1378). خواص برخي خوراكي ها و گياهان دارويي. نشر نجابت
9- Duke, J. A. et al. 2002. CRC Handbook of medicinal herbs. ((CRC MedHerbs ed2
10- Tutin, T. G. et al., eds. 2006. Flora europaea, second edition
11- Facciola. S. Cornucopia - A Source Book of Edible Plants. Kampong Publications 1990
12- Parmar. C. and Kaushal.2001. M.K. Wild Fruits of the Sub-Himalayan Region. Kalyani Publishers. New Delhi. 2005

Kunkel. G.2003. Plants for Human Consumption. Koeltz -13
Scientific Books 1984
Koppikars Clinical Experience 70 years in Homoeopathy -14
by S.P.Koppikar.2002
Dermatology for Homoeopaths by Ramji Gupta & -15
.R.K.Manchanda .2003
Chiej. R. Encyclopaedia of Medicinal Plants. MacDonald -16
2004
Lust. J. The Herb Book. Bantam books 1983 ISBN 0-553- -17
23827-2
منبع: http://www.foodna.ir

خواص سير و خواندني هاي درباره آن

آنچه مطالعه مي كنيد مطالبي درباره خواص سير ،انواعد آن ، مزايا ،مضرات ،خصوصيات گياه شناسي اين گياه و سوال رايج براي از بين رفتن بوي دهان بعد از مصرف آن را دربر دارد .

خواص طبي سير

سير از مدت‌ها پيش، براي كاربردهاي پزشكي مورد استفاده قرار گرفته است و بيشترين مورد استفاده آن در سال‌هاي اخير براي موارد قلبي - عروقي و خاصيت ضد ميكروبي آن بوده است. تركيبات سولفور شامل آليسين، ظاهرات تركيبات فعالي در ريشه پياز گياه سير است.

مطالعات نشان دهنده تاثيرات مهم اما علائم كاهش دهنده چربي و فعاليت ضد پلاكتي هستند. معمولا اثرات جانبي مصرف سيرخفيف و غير متداول است. سير ظاهرا تاثيري بر متابوليسم داروها ندارد، اما بيماراني كه از داروهاي ضد انعقاد استفاده مي‌كنند، بايد در مصرف سير احتياط كنند. از اين رو افرادي كه جراحي مي‌كنند بايد 7 تا 10 روز پيش از جراحي از خوردن سير خودداري كنند چرا كه سير زمان خونريزي را طولاني‌تر مي‌كند. سير هزاران سال براي اهداف پزشكي مورد استفاده داشته است. اين گياه حداقل 3000 سال در طب چين كاربرد داشته است. مصريان، بابلي‌ها، يوناني‌ها و رومي‌ها از سير براي موارد شفابخش استفاده مي‌كرده‌اند.

در جنگ‌هاي جهاني اول و دوم نيز از سير بعنوان ماده ضد عفوني كننده براي پيشگيري از قانقاريا استفاده مي‌شود. در طول تاريخ، سير در سرتاسر دنيا براي درمان ناراحتي‌هاي مختلف شامل فشار خون بالا، عفونت‌ها و مارگزيدگي‌ها استفاده شده و برخي فرهنگ‌ها از آن براي دفع ارواح شيطاني استفاده مي‌كردند. در حال حاضر از سير براي كاهش ميزان كلسترول و كاهش خطر بروز بيماري‌هاي قلبي - عروقي و نيز براي بهره مندي از خواص ضد ميكروبي آن استفاده مي‌شود.

پياز ريشه گياه سير مصرف پزشكي دارد. از آن مي‌توان به صورت تازه، خشك و يا روغن گرفته شده استفاده كرد. از آنجا كه برخي تركيبات مفيد در اين گياه در اثر حرارت ديده غير فعال مي‌شوند، لذا سير پخته قدرت طبي كمتري دارد. سير تاكنون در سطح وسيعي در آزمايش‌هاي باليني بر روي حيوانات و انسان و در لوله آزمايش و در بررسي‌هاي اپيدميولوژيك براي خواص چندگانه پزشكي آن مورد مطالعه قرار گرفته است. كيفيت آزمايش‌ها بر روي انسان متفاوت بوده است كه مقايسه را در آزمايش‌هاي مختلف دشوار كرده است. در بسياري از آزمايش‌هاي كلينيكي متنوع و

اتفاقي تاثيرات سير برروي سطح لييد (چربي) مطالعه شده است.
در آزمايشاتي در سال‌هاي 1993 تا 1994 صورت گرفت، مشخص شد كه مصرف سير در كاهش سطح كلسترول خون نقش اساسي دارد. بر اساس توصيه‌هاي مهم كلينيكي، به بيماران گفته مي‌شود كه سير تاثير خفيف و كوتاه مدت در كاهش چربي خون دارد. بيماراني كه سابقه ابتلا به بيماري ترومبوس (تشكيل لخته خوني در عروق يا قلب) را دارند بايد بدانند كه سير مي‌تواند تاثير اندك اما مهم به روي تجمع پلاكت‌ها داشته باشد. به علاوه بايد به بيماران توصيه شود كه اين گياه خاصيت كاهش خطر ابتلا به سرطان بويژه سرطان معده و روده را دارد.
سير از منظر گياه شناسي
نحوه استفاده : خوراكي
خواص : سير Garlic
نام علمي Allium sativum
گياه شناسي
سير گياهي است علفي و دائمي كه ساقه آن تا ارتفاع 40 سانتيمتر نيز مي رسد . قسمت زير زميني آن متورم و مركب از 5 تا 12 قطعه و محصور در غشاهاي نازك و ظريف برنگ خاكستري مايل به سفيد مي باشد . برگهاي آن باريك و نواري شكل برنگ سب تيره و گلهاي آن كوچك و صورتي رنگ كه بصورت يك چتر در انتهاي ساقه ظاهر مي شود .
سير وپياز رابطه اي نزديك با هم دارند كه شايد بدليل بوي بد آنها مي باشد .
در مصر قديم براي موميائي مدرگان و خوش طعم كردن غذاها بكار مي رفته است . هومر شعر باستان در نوشته هاي خود از آن ياد برده است .
مردم در اروپا و اسپانيا از قبل از ميلاد مسيح آنرا مي شناختند و از آن استفاده مي كردند .
بقراط پدر علم طب در نوشته هاي خود از خواص آن ياد كرده و يكي ديگر از دانشمندان قديم 61 خاصيت مختلف براي سير قائل شده است .
انواع سير
1-سير آمريكايي بنام Greole ناميده مي شود . اين نوع سير داراي پوست سفيد بوده و از انواع ديگر قوي تر است .
2-سير تاهيتي كه از بقيه درشت تر است و گاهي قطر آن به 8 سانتيمتر مي رسد .
حضرت محمد (ص) براي سير 70 خاصيت مختلف قائل شده اند و مي فرمايند :
از سبزي سير تا مي توانيد استفاده كنيد زيرا سير دواي هفتاد درد است اما آنكس كه سير وپياز خورده به مسجد نيايد و به مردم نزديك نشود .(به

علت بوي بد دهان)
خواص داروئي:
طب قديم ايران گرم و خشك است اسانس سير كه در اثر تقطير سير با بخار آب حاصل مي شود براي تغيير طعم غذا مصرف مي شود .
1)سير بادشكن وضد عفوني كننده است .
2)خوردن سير مصونيت بدن را در مقابل بيماريها افزايش مي دهد .
3)سير كرم كش است .
4)سير محرك و تقويت كننده بدن است .
، براي درد گلو ميتوانيد يك حبه از سير را رنده كرده و يك قاشق مربا خوري آبليمو به آن اضافه نماييد سپس ميل كنيد، اگر اين كار را چند بار انجام دهيد براي درد گلو داروي مفيدي ميباشد. سير داروي سرماخوردگي و زكام است .
6)سير اثر خوبي در معالجه سل دارد
7)سير خون را رقيق مي كند
8)سير اثر خوبي در تنگي نفس دارد
9)خوردن مداوم سير لقوه و رعشه را از بين مي برد .
10)سير چون گرم و خشك است بنابراين رطوبت معده را از بين مي برد و دردهاي مفاصل را خوب مي كند.
11)سير درمان كننده دردهاي مفاصل ، سياتيك و نقرس مي باشد .
12)سير براي تقويت نيروي جنسي و افزايش توليد اسپرم در اشخاص سرد مزاج بسيار مفيد است .
13)آنهائي كه قطره قطره ادرار مي كنند بايد حتما سير بخورند تا بيماري آنها درمان شود .
14)سير زخم هاي ريه و درد معده را از بين مي برد .
15)سير سنگ هاي كليه را شكسته و خارج مي سازد .
16)سير را با زيره بپزيد براي تقويت دندان مفيد است .
17)ماليدن سير پخته به دندان ، درد دندان را تسكين مي دهد .
18)سير را بسوزانيد وبا عسل مخلوط كنيد و ضمادي از آن درست كنيد اين ضماد براي رفع خون مدرگي زير پلك چشم مفيد است .
19)سير بعلت مدر بودن براي رفع آب آوردن انساج مفيد است .
20)براي از بين بردن ميخچه كف پا از ضماد سير استفاده كنيد .
21)جهت رفع دردهاي رماتيمسي و عصبي ضماد سير بسيار موثر است .
22)جهت ضد عفوني كردن دستگاه تنفسي در هنگام بيماريهاي مربوطه از شربت سير استفاده كنيد :
مقدر 100 گرم سير را با 200 گرم آب و 200 گرم شكر يا قند مخلوط كرده و آنرا بجوشانيد تا له شود . مقدر مصرف براي اين منظور سه قاشق

سوپخوري در روز است .
23)جديدا در يكي از بيمارستان هاي آمريكا براي ضدعفوني كردن فضاي بيمارستان از سير استفاده ميكنند .
24)پاستور پزشك معروف فرانسوي آزمايشات زيادي روي سير انجام داد و اثر باكتري كشي سير را تائيد كرده است .
25)سير ضد انعقاد و لخته شدن خون است .
26) در شوروي سير بنام پني سيلين معروف است و معمولا هنگاميكه آنفولانزا شيوع دارد، مصرف آن بالا مي رود درچندسال پيش كه آنفلوانزا شيوع پيدا كرد مردم شوروي 500 تن سير مصرف كردند .
27)خوردن سير سلولهاي سرطاني را از بين مي برد .
28)يكي از دانشمندان آمريكايي كه در دانشگاه فلوريدا روي مرض ايدز تحققي مي كند معتقد است كه سير روي مرض ايدز اثر مثبت دارد .
29)مصرف سير مقدر كلسترول خون را پائين مي آورد . مقدار LDH را كاهش مي دهد . مقدر مصرف سير براي اين منظور 30 گرم در روز است . جالب است كه با مصرف سير در چند ماه اول مقدر كلسترول ممكن است بالا رود و اين بدين علت است كه كلسترول از داخل نسوج خارج شده و داخل خون مي شود كه از آنجا دفع گردد بعد از اينكه كلسترول بحالت نرمال رسيد بايد براي نگهداري آن روزي نصف سير خام مصرف كرد . گ
30)خوردن سير از سرطان جهاز هاضمه جلوگيري مي كند .
31)چيني ها قرن هاست كه براي پائين آوردن فشار خون از سير استفاده مي كنند

مضرات :

سير با آنكه خواص بسياري دارد بايد بحد اعتدال مصرف شود زيرا استفاده زياد از آن در بعضي اشخاص موجب سردرد ، ضعف نيروي جنسي ، ضعف چشم و عوارض بواسير مي شود . سير براي آنهائيكه اسهال دارند مضر است
آنهائيكه معده ضعيف دارند و بطور كلي سيستم هاضمه آنها ضعيف است نبايد در خوردن سير افراط كنند .
كسانيكه يبوست دارند نبايد سير بخورند و براي رفع مضرات آن سير را بايد با آب و نمك پخته و كمي به آن روغن بادام يا كره اضافه كنيد تا مضر نباشد .

تاريخچه سير

يكي از قديمي ترين گياهان مورد مصرف غذايي و دارويي گياه سير است. قديمي ترين اسناد به جاي مانده در مورد سير مربوط به كتيبه هاي سومريان است كه از 2600 سال قبل از ميلاد مسيح به جاي مانده است.

همچنين سير يكي از مهمترين داروهاي مصر باستان است كه حداقل 22 خاصيت درماني براي آن قائل بوده اند و در پاپيروس هاي به جاي مانده از 1550 سال قبل از ميلاد مسيح ثبت شده است.
هرودوت مورخ مشهور يونان كه در 45 سال قبل از ميلاد مسيح به مصر سفر كرده اند و در تاريخ خود مي نويسد: كارگران كه كه ساخت اهرام مصر رابه عهده داشته اند از مقادير زيادي پياز، تربچه و سير استفاده مي كرده اند هرودرت همچنين اضافه مي كند كه براي سيصد و شصت هزار كارگر سازنده اهرام مصر مقادير بسيار زيادي سير هر ساله جهت جلوگيري از امراض عفوني مورد نياز و مصرف بوده است.
اقوام يهود مصارف و فوائد سير را از مصريان آموخته و سپس اين تجربيات را به بيرون از مصر انتقال دادند. در بازار دارويي، اشكال مختلف فراوده هاي سير وجود دارد كه بيش تر از همه به صورت تنطوره ، قرص و يا پرل هاي حاوي روغن هستند كه توضيحات خلاصه اي درباره آنها داده مي شود.
تنطور سير شامل عصاره ي آبي الكلي مواد موجود در سير است كه به طور تقريبي همان خاصيت سير را دارد ولي داراي بوي شديد بوده به همين دليل از آن كمتر جايي استفاده مي شود.
قرص سير حاوي پودر سير خشك شده است كه بهترين شكل دارويي آن است و خواص آن تا حدودي شبيه سير تازه است و مواد موجود در ان نير حاوي اكثر موادي است كه در سير تازه وجود دارد.
بيش ترين فراوردهاي سيردر جهان به اين شكل است، و از آن جا كه اين قرص ها داراي روكش هستند، لذا داراي بوي سير نبوده ولي بعد از خوردن كمي بوي سير از دهان به مشام مي رسد.
سوال مهمي كه اكثر افراد دارند اين است كه آيا خواص سير به شكل ترشي و يا در غذاهاي پختني و يا سرخ كرده نيز مانند سير تازه است؟
از نظر علمي ، تركيبات و مكانيسم اثر سير تا حد زيادي پيچيده است و به طور مثال تركيبات موجود در سير تا زماني كه پوست حبه ها جدا نشده باشد با زماني كه سير پوست كنده و خرد شود كمي متفاوت است، يعني به محض له شدن سير و مجاور شدن آن با هوا تغييراتي در آن روي مي دهد.
چون مواد اصلي و موثر سير نسبت به هوا و به ويژه حرارت حساس هستند. هر چه سير بيش تر حرارت داده شود خواص آن كمتر مي شود.
بنابراين اثر سير در غذاهاي پخته و سرخ شده به مراتب كم تر از سير تازه است. همان بويي كه در آشپزخانه از غذاهاي پختني و يا سرخ شده ي حاوي سير به مشام مي رسد مربوط به مواد گوگردي سير است كه بالاتر از 60 درجه حرارت ، كم كم متصاعد مي شوند.

هم چنين سير وقتي به صورت ترشي در مي آيد دست خوش تغييراتي خواهد شد كه به حرارات محيط ، سركه زمان نگه داري و فاكتورهايي از اين قبيل بستگي دارد ولي در اكثر موراد داراي خواصي شبيه به سير است.

يك سوال رايج در مورد سير :

نكته بسيار مهم ديگري كه مورد سوال بسياري از مصرف كنندگان سير است اين كه بعضي افراد مي پرسند آيا مي توان حبه ي سير را بدون جويدن بلعيد تا هم بوي كم تري در دهان ايجاد كند و هم از خواص آن بهره مند شوند؟

بايد گفت كه تمام مواد موجود در گياهان، در سلول هاي آن نگه داري شوند. شرط خروج اين مواد از سلول ها له شدن يا پاره شدن و يا شكستن ديواره ي سلول هاست بنابراين تا وقتي كه گياهان به صورت له شده و يا پودر (خرد يا آسياب شده) مورد مصرف قرار نگيرند. مواد موثر آن ها در بدن استخراج نشده و قسمت اعظم آن دفع مي شود.

بنابراين هر چه سير بيش تر له شود مواد بيش تري از آن در بدن آزاد مي شود و در صورتي كه به صورت حبه يا تكه هاي بزرگ مصرف شود، كمترين مقدار مواد موثر آن به بدن مي رسد .

نكته ي ديگر اين كه براي از بين بردن كامل بوي سير از دهان راهي وجود ندارد چون تركيبات گوگردي سير پس از وارد شدن به بدن و خون از راه ريه ها و پوست بدن دفع مي شود و ارتباطي به دهان ندارد.

يعني تركيبات گوگردي كه مسئول بوي سير هستند در بازدم از ريه و با عرق بدن خارج مي شوند لذا فقط بعضي مواد و يا خوش بو كننده ها مي توانند به طور موقت و جزئي بوي دهان را تغيير داده و يا كمي بوي سير را كاهش دهند .

منابع مقاله :

www.parsiteb.com

www.iranmania.com

www.persiandiet.com

منبع: http://www.foodna.ir

# با کلم به جنگ سرطان بروید

به گفته محققان علوم غذايي ، مصرف انواع کلم براي سلامت انسان بسيار سودمند و مفيد است. خانواده اين گروه از سبزي‌ها شامل کلم برگ، کلم بروکلي، کلم بروکسل، گل کلم، کلم قمري و کلم‌پيچ است.
انواع کلم غني از ويتامين C و اسيدفوليك و داراي عناصري نظير ويتامين A ، بتاکاروتن، گوگرد، فسفر و کلسيم است. از مهم‌ترين خواص اين خانواده خصوصا کلم بنفش، بروکلي و گل کلم مي‌توان به تاثير آنها در پيشگيري از سرطان اشاره کرد.
ايندول موجود در انواع کلم در ايجاد خاصيت ضدسرطاني آن نقش دارد، به همين دليل اين سبزي ها خطر سرطان روده، معده، سينه و ريه را تاحد بسيار زيادي کاهش مي‌دهند. مطالعات آزمايشگاهي حاکي از آن است که کلم، ميکروب‌کش قوي است و ويروس‌ها و باکتري‌هاي مولد بسياري از بيماري‌هاي عفوني را از بين مي‌برد. در يك ليوان کلم خام 25 کالري، يك ليوان کلم پخته 40 کالري و 100 گرم گل کلم تنها 10کالري انرژي نهفته است.
کلم بروکسل
قسمت مورد استفاده آن به طور معمول جوانه‌هاي متورمي است که در اطراف ساقه گياه زير چتر برگ‌ها بيرون مي‌زند و به شکل غده‌هاي گوشتي سبز و سفت به اندازه فندق درمي‌آيد. فولات موجود در اين نوع کلم براي زنان باردار بسيار مفيد است و مانع بروز نواقص سيستم عصبي جنين مي‌شود. از سوي ديگر فولات در پيشگيري از بيماري‌هاي قلبي عروقي مفيد است. از اين رو افرادي که يك بار دچار سکته شده‌اند، خوب است به صورت مرتب از اين سبزي مصرف کنند. قابل ذکر است اثر کلم قرمز به خاطر ليکوپن موجود در آن براي اين افراد چند برابر است.
کلم بروکلي
در ميان خانواده کلم، بروکلي در پيشگيري از سرطان موثرتر است. داراي ماده‌اي به نام سولفورافان است که به طور محسوسي تعداد و اندازه و ميزان تکثير سلول‌هاي سرطاني را کاهش مي‌دهد. ايندول موجود در آن استروژن اضافي را که باعث رشد تومورهاست، خنثي مي‌کند. نقش بارز ويتامين‌هاي A ،C و E در کلم بروکلي موجب شده تا از بروز بيماري‌هايي نظير آلزايمر، بيماري‌هاي قلبي، آرتريت، التهاب مفاصل و کم‌خوني پيشگيري کند و مقدار بالاي فيبر غذايي موجود در آن براي افراد ديابتي بسيار مفيد است.
کلسيم موجود در بروکلي به همان ميزان کلسيم شير است، در نتيجه

مصرف آن براي افرادي كه به پوكي استخوان يا كمبود كلسيم دچارند، بسيار مفيد است.
قابل ذكر است شير علاوه بر كلسيم داراي ويتامينD مي‌باشد، لذا منبع بهتري براي جبران كمبود كلسيم است. هنگام خريد كلم بروكلي بايد به ساقه‌هاي ايستاده با رنگ سبز دقت كرده و از خريد آن با رنگ زرد خودداري كنيد. قابل ذكر است مواد ضدسرطان موجود در جوانه‌هاي كلم بروكلي در مقايسه با بروكلي رسيده بيشتر است.
گل كلم
قسمت مورد استفاده اين كلم، گل آذين آن است. آليسين موجود در گل كلم موجب بهبود عملكرد قلب و كاهش خطر ابتلا به سكته مي‌شود. سلنيوم موجود آن نيز با كمك ويتامينD موجب تقويت سيستم دفاعي بدن مي‌شود. همچنين گلوكوسينولات موجود در گل كلم در اثر مصرف طولاني و مرتب در جلوگيري از بيماري آلزايمر موثر است و حافظه را تقويت مي‌كند.براي بهره‌مندي بيشتر از مواد مغذي گل كلم بهتر است آن را به صورت خام به همراه كاهو و ساير سبزيجات ميل كنيد. اين نوع سالاد ترشح ادرار را زياد مي‌كند. اگر هم قصد پختن آن را داريد، در مقدار بسيار كمي آب بجوشانيد و آب آن را نيز در سوپ بريزيد.
كلم برگ
كلمي بدون ساقه است كه مصرف برگ يا آب آن داراي خاصيت ضدالتهابي بوده و اثر شفابخشي در افزايش مقاومت بدن در عفونت‌ها و زخم‌ها دارد.
توصيه
كلم در درمان بيماري‌هاي گوارشي مفيد است، اما مصرف آن را به افرادي كه داراي ناراحتي‌هاي كبدي و واريس هستند، توصيه نمي‌كنيم. افرادي كه مبتلا به گواتر هستند، بايد در مصرف كلم احتياط كنند زيرا از جذب يد به وسيله غده تيروئيد جلوگيري مي‌كند. زياده‌روي در مصرف كلم موجب ايجاد نفخ، خواب‌هاي پريشان، افزايش فشارخون و غليظ شدن خون مي‌شود.
نكته
به همراه غذاي خود از ترشي كلم رنده شده با سركه استفاده نماييد؛ چرا كه فرآيند تخميري حاصل در اين نوع ترشي به توليد هرچه بيشتر موادي كه در پيشگيري از سرطان موثرند كمك مي‌كند؛ لذا براي كاستن سديم موجود در اين مخلوط، بهتر است قبل از مصرف كلم، آن را بخوبي با آب بشوييد.
منبع: http://jamejamonline.ir

## تاثیر زنجبیل بر زنان باردار

زنجبيل در درمان حالت‌هاي تهوع و ويار زنان باردار بسيار موثر است.
اين گياه دارويي كه جزو گياهان ادويه‌اي محسوب مي‌شود، در حالتهاي تهوع دوران اول بارداري بسيار موثر مي‌باشد و اين در حالي است كه زنان باردار به خاطر وضعيتي كه دارند بايد از مصرف داروهاي شيميايي خودداري كرده و مصرف هيچ دارويي براي آنها به علت احتمال ايجاد اختلالات جنيني توصيه نمي‌شود.
چه شرايط و عواملي سبب توليد راديكال‌هاي آزاد در بدن مي‌شوند؟
عوامل گوناگوني باعث به وجود آمدن راديكال‌هاي آزاد در بدن مي‌شوند كه از آن جمله مي‌توان به موارد زير اشاره كرد:
فعاليت بدني، آلودگي هوا، ضربه، جراحت يا شكستگي هاي استخواني، قرار گرفتن طولاني مدت در معرض نور خورشيد، تشعشعات، سموم و داروها و دود سيگار.
بايد به خاطر داشت كه راديكال هاي آزاد نه فقط در بدن، بلكه ممكن است در مواد غذايي ايجاد شوند كه پس از مصرف اين گونه غذاها به بدن راه يافته و به تركيبات حياتي آن آسيب مي‌رسانند. مهم‌ترين مثال در اين رابطه، روغن‌هاي گياهي و محصولات حاوي آنها ( مانند سس‌ها، چيپس‌ها و پفك) است كه در صورت انقضاي تاريخ مصرف يا نگهداري در شرايط نامناسب، حاوي مقدار زيادي راديكال‌هاي آزاد مي‌شوند. توجه داشته باشيد كه گاهي اوقات، تاريخ انقضاي يك ماده غذايي (مانند چيپس) نگذشته اما روغن به كار رفته در آن كهنه شده و از اين رو كل ماده غذايي دچار فساد گشته است، بنابراين مصرف آن خطرناك بوده و استفاده از آن توصيه نمي شود. بيماري‌هاي متعددي مي‌توانند به دليل توليد راديكال‌هاي آزاد و تخريب بيولوژيك ناشي از آنها پديدار شود كه از آن جمله مي‌توان به پيري زود رس، انواع سرطان‌ها، سختي و انسداد رگ هاي تغذيه كننده قلب و مغز، ديابت قندي، آرتريت روماتوئيد آب مرواريد و آلزايمر اشاره كرد.
منبع:http://nasle-farda.ir

# آي نعنا، نعنا، پونه

نويسنده:Dir.R.Momeni
فصل بهار با بوي خوش نعنا و پونه در كنار جويبارهاي پر طراوت مزارع و دشت نداي سلامت را به ما مي رساند. بد ندانستيم كه سخني با نعنا داشته باشيم.
طعم تازگي بخش و بوي نعنا از هزاران سال پيش در همه جاي دنيا مورد توجه بوده است. از گذشته هاي دور نعنا را براي خوشبو كردن محيط به كار مي بردند. مردم چين باستان از آن در پخت غذا، طب و مراسم مذهبي استفاده مي كردند. يونانيان باستان نيز از نعنا، روغن ها و عطرهاي نيروزا و حيات بخش تهيه مي كردند و قهرمانان، آنها را قبل از شروع مسابقات، براي عضلاتشان استفاده مي كردند. يوناني ها و رومي ها اين عطرها را براي خوشبو كردن بدنشان به آب حمام اضافه مي كردند و عبري ها نعنا را روي كف كيسه ها مي پاشيدند كه بوي خوش و تازگي بخش آن فضا را پر مي كرد.
برگ هاي نعنا در مراسم خاصي حتي به تاج پادشاهان رومي و يوناني بسته مي شد. در تمدن هاي باستاني نعنا براي افزايش نشاط ذهن و فكر و بوي مطلوب آن به كار مي رفت. در حقيقت كلمه Mint(واژه انگليسي نعنا) از اسم لاتين Menteبه معني فكر است و در بين گياهان سمبل نيرو بخش جاوداني است. پليني دانشمند رومي مي گفت بوي ملايم نعنا به روح نيرو و حيات مي بخشد، همان طور كه مزه آن اشتها را افزايش مي دهد.
نياكان ما از خواص اشتهاآور و كمك كنندگي به هضم غذايي نعنا آگاهي داشتند اما، همچنين معتقد بودند كه نعنا ساير اميال را نيز تحريك مي كند كه ممكن است به صورت مانعي دربرابر ميزان هوشياري و تمركز فكر عمل كند.
نعنا سبب تحريك اشتها، هضم غذا و سبب افزايش جريان خون نيز مي شود.
چاي نعنا در يك روز سرد زمستاني شما را گرم مي كند اما، در هواي گرم نيز چاي نعنا با افزايش ميزان جريان خون در سطح بدن و افزايش انتشار گرما، از راه منافذ پوست سبب خنك شدن بدن مي شود. از اين خواص نعنا مي توان در پايين آوردن تب نيز استفاده كرد. در حقيقت مصرف چاي داغ نعنا به دليل ايجاد تعريق، درمان مناسبي براي عفونت و تب كودكان به شمار مي رود و به علت طعم دلچسب آن به آساني از سوي كودكان پذيرفته مي شود.
نعنا خواص ضد ميكروبي بالايي دارد كه به بدن در مبارزه بر عليه طيف

وسيعي از عفونت ها نظير سرماخوردگي، آنفلوانزا، عفونت هاي معده و روده كمك مي كند.نعنا خواص ضد باكتريابي، ضد ويروسي و ضد قارچي دارد كه در گذشته براي درمان اسهال، ديفتري، وبا و سل به كار مي رفته است. بسياري از روي تجربياتشان بوي نافذ نعنا را بر طرف كننده گرفتگي و احتقان سر و سينوس ها و رفع بلغم سينه مي دانند.
تمامي انواع نعنا توانايي زيادي در رفع احتقان راه هاي تنفسي و كاهش توليد معكوس دارند. با وجود اثرات تحريك كننده آن نعنا روي عضلات صاف در سرتاسر بدن به ويژه عضلات لوله گوارش، اثر شل كننده دارد. نعنا انقباض و گرفتگي عضلات را برطرف مي كند و به برطرف شدن حالت هايي نظير نفخ، قولنج، سوزش دل، سوءهاضمه، يبوست، اسهال و گريپ كوليت (درد شديد روده) كمك مي كند. نعنا در تسكين حالت تهوع و استفراغ نيز كمك مي كند؛ چه اين علائم به علت عفونت باشد، چه فشار رواني يا بيماري ناشي از سفر. علاوه بر اين تانن موجود در نعنا از بافت پوششي مجراي گوارشي در برابر تحريك و عفونت محافظت مي كند و بنابراين در درمان اسهال و سندرم روده هاي تحريك پذير و كوليت مفيد است.
همان طور كه گفته شد نعنا اشتها را بالا مي برد و مواد تند موجود در آن، كبد و كيسه صفرا را تحريك مي كند و موجب افزايش ترشح صفرا و ساير آنزيم هاي هضمي مي شود، بنابراين هضم و جذب را بهتر مي كند و شايد يكي از دلايل مصرف آن بعد از وعده هاي اصلي غذا، همين خاصيت كمك هضمي آن است. مصرف نعنا بعد از وعده غذاي سنگين وقتي كه احساس سيري و خواب آلودگي وجود دارد، علاوه بر هضم غذا سبب مي شود كه شخص حالت هوشياري و بيداري خود را حفظ كند. نعنا علاوه بر اثر آرام بخشي خود، اثر ضددرد نيز دارد و داشتن اين خواص موجب مي شود كه در برطرف كردن حالات تنش زا و دردناك نظير سردرد،گرفتگي عضله، درد معده، دردهاي متناوب و پشت درد به كار مي رود. در استعمال خارجي تأثير خنك كننده و ضددرد شگفت انگيزي دارد.
روغن رقيق نعنا را مي توان در بيماري هايي نظير آرتروز و روماتيسم روي مواضع گرم و ملتهب زد. همچنين مي توان از آن براي بهبود علائم دردناك نظير درد عصبي و گرفتگي عضلات استفاده كرد. پس از يك روز پياده روي طولاني در خيابان هاي شهر يا فعاليت روزانه كه پاها خسته و دردناك مي شود مي توان مقداري روغن نعنا را به پارچه اي آغشته كرد و براي ماساژ دادن پاها آن را به كار برد.
كاركرد ديگر نعنا در استعمال خارجي، كمك به كاستن التهاب يا عفونت پوست مانند بيماري تب خال يا كچلي است. چاي نعنا، غرغره خوبي براي گلودرد است و براي بيماري هاي لثه زخم دهان شوينده خوبي به حساب

مي آيد.
در مجموع، نعنا گياهي با خواص درماني شگفت انگيز است. همگي انواع نعنا خواص ذكر شده را دارند اما، هرچه بوي نعنا قوي تر باشد خواص و اثر آن نيز بيشتراست. اگر برگي از نعنا را بين انگشتان خود بماليد و آن را بو كنيد، دراثر بوي آن ايجاد هوشياري و سرزندگي، رفع احتقان مجاري تنفسي، ايجاد آرامش و سبكي را در خود احساس خواهيد كرد. اگر فردي هستيد كه مدام در حال مطالعه يا مرور دروس براي امتحان هستيد يا كار شما نيازمند تمركز و هوشياري است استفاده ازنعنا براي شما مفيد است. اگر احساس خستگي مي كنيد و مغز شما ديگر كشش فراگيري مطالب را ندارد، استفاده از نعنا به شما نيرو مي بخشد.
اگر احساس عصبانيت يا فشار رواني مي كنيد، استفاده از نعنا به شما آرامش مي بخشد. به دليل تأثير زياد نعنا روي اعمال فكري، نعنا را بالابرنده توانايي انسان در درك وفهم افكار و عقايد به شمار مي آورند. بنابراين هنگامي كه مي خواهيد آمادگي و هوشياري ذهني خود را حفظ كنيد يا احساس خواب آلودگي را از بين ببريد، يا هنگامي كه مي خواهيد تمركز ذهني خود را علي رغم خستگي ناشي از شركت در جلسه يا سخنراني حفظ كنيد، مزه مزه كردن قرص يا آب نبات نعنا (البته بدون قند) براي شما مفيد خواهد بود.
منبع:ماهنامه بين المللي تغذيه و رژيم درماني سرآشپز شماره 18 /س

# انجير ؛ از چاقي تا درد دندان

نويسنده:زهرا ديوبندي
جهت درمان لاغري و چاق شدن بايستي 40 روز هر روز صبح مقداري انجير را با كمي بادان رومي ميل نموده تا سستي و ضعف بدن رفع و شخص لاغر چاق گردد .
جهت نروييدن موها كافي است پس از كندن موها با جيوه و سرنج و زاج را نرم ساييده در آب انجير حل كرده بمالند يا خاكستر گياه كبر را در شيره ي انجير بپزند و بمالند .
چنانچه خردل را له كرده و با چند عدد انجير له شده خمير نماييد و فتيله كرده و در گوش بگذاريد جهت رفع خارش خوب است .
جهت رفع لك و كك و مك و برص كافي است چند عدد انجير تازه را له كرده و با كمي بوده ارمني مخلوط كنيد و بر پوست بماليد و اين عمل را چندين بار تكرار كنيد اگر مقداري برگ شنبليله را در يك قابلمه ريخته و چند عدد انجير تازه را به آن افزوده و به قدري بجوشانيد تا پخته شود و آب آن را صاف نماييد و روزي يك قاشق مرباخوري از آن را ميل كنيد رفع خشونت سينه مي كند و عفونتهاي ريوي و تنفسي شما را به خوبي درمان مي كند .
اگر چند عدد انجير را در تنور يا فر بگذاريد به قدري كه سوخته شود و سپس آن را نرم ساييده و به وسيله ي مسواك تر يا با انگشتي تميز به دندانها بكشيد در سفيد كردن دندانهاي شما بي مانند بوده و در قطع خونريزي لثه نيز مفيد است .
جهت درمان سردردهايي كه معمولاً پس از بيدار شدن از خوابهاي عميق به وجود مي آيد مقداري خاكستر چوب درخت انجير را در سركه حل كنيد و بر پيشاني و سر بماليد .
برگ انجير به دليل داشتن درصد بالايي گوگرد در آن جهت تقويت پياز مو و رفع ريزش مو دارويي مناسب است . به همين منظور كافي است روزانه سر را با آب جوشانده 20 گرم انجير را در يك ليتر آب چندين مرتبه شستشو دهيد .
اگر مقداري از شيره درخت انجير را به پنبه زده و بر بن دندان بماليد يا در حفره دندان كرم خورده بگذاريد در تسكين فوري درد دندان مؤثر بوده و آن را به خوبي برطرف مي كند .
منبع:مجله خانواده شاد شماره 39

خواص 6 گياه در كلام پيشواي صادق

سخنان امام صادق (عليه‌السلام) در خواص بعضي از گياهان
به طوري كه از مجلات و مطبوعات طبي استفاده مي‌شود, طب جديد نزد بعضي از دانشمندان به عصر گياهان دارويي بازگشت كرده است و به منافع آن به ديده اعتبار مي‌نگرد و اثر طبيعي آن را در معالجه برخي از بيماري‌ها مي‌پذيرد, به طوري كه پزشكان در مناسبت‌هاي گوناگون بيماران خود را به استفاده از آن وادار مي‌كنند, چون مي‌بينند كه استفاده از گياهان دارويي در عين سادگي و تأثير گذاري ضرري ندارد و يا ضرر آن اندك است.
تعجبي ندارد, زيرا كه پيشرفت فكر بشري و تلاش او در راه كشف حقيقت به ناچار انديشمندان و محققان و افكار روشن را به كنه بعضي از منافعي كه خدا درگياهان طبيعي گذاشته, رهنمون مي شود تا آثاري را كه خدا در آنها قرار داده است به دست آورند.
در آن هنگام كه اطباء از فوائد گياهان دارويي غافل بودند و يا آن را در جاي خود به كار نمي‌بردند, دانشمندان اسلام و پيشوايان دين حنيف از آن غافل نبودند و از فوائد و خواص آن چيزهايي را گفته اند كه كتاب‌ها از آن پر است و احاديث بسياري در اين زمينه از ائمه معصومين (عليهم السلام) رسيده است, بنگريد به كتاب طب الائمه و طب الرضا و طب النبي و كتاب كشف الاخطار و كتاب بحارالانوار و كتابه‌هاي ديگر كه خواننده را از اطاله سخن در اينجا بي‌نياز مي‌كند.
براي اينكه از اصل بحث خود كه همان طب امام صادق (عليه السلام) است خارج نشويم, اينك برخي از سخنان طبي و راهنمايي‌هاي بهداشتي آن حضرت را درباره گياهان نقل مي‌كنيم؛ گياهاني كه پزشكان, پس از گذشت زماني طولاني به منافع آن ها پي برده‌اند و تفصيل مطلب را به كتاب‌هاي مفصل واگذار مي‌كنيم.
اينك بعضي از سخنان آن حضرت را مي‌آوريم و آنها را با سخنان پزشكان اين عصر تطبيق مي‌دهيم.
?ـ سير
امام صادق (عليه السلام) فرمودند: با سير مداوا كنيد ولي پس از خوردن آن به مسجد نرويد. و فرمود: پيامبر مي فرمودند: سير بخوريد كه آن دواي هفتاد نوع بيماري است.
اين سخني است كه امام (عليه السلام) در مقام هدايت و ارشاد اصحاب خود فرموده است ولي آيا آنها ندانستند كه اين گياه عجيب به چه نوع بيماري فايده دارد؟ البته كه نه, ولي اكنون در قرن بيستم, علم آن را

كشف كرده و به مغز سخن امام رسيده است.
روزنامه‌هاي فرانسه مقاله‌اي را از دكتر «ريم» پخشكردند كه مجله «الحكمه» چاپ لبنان آن را تحت عنوان «گوارا باد سير» به عربي ترجمه كرد. در اين مقاله آمده است:
خوشحال خواهي شد اگربداني كه پزشكان در فارماكولوژي جايگاه شايسته اين گياه را به آن داده اند و گفته‌اند كه كارگراني كه در هرم «خوفو» در مصر در سال ???? پيش از ميلاد كار مي‌كردند زياد سير مي‌خوردند تا بدنشان قوي شود و از بيماري‌ها نجات يابند.
در جاي ديگري از اين مجله آمده كه تجربه‌هاي پزشكان معروفي مانند «سالين» و «لوتر» و «دوبريه» و ديگران روشن كرده كه سير بلورهايي را كه در بدن جمع مي‌شوند و باعث تصلب شرايين مي‌گردند, از بين مي‌برد و خون را رقيق مي‌كند.
در طب جديد ثابت شده كه سير عضله‌هاي قلب را تقويت مي‌كند و فشار خون را تنظيم و خون را تصفيه مي‌كند و بااين كار بيماري‌هايي كه از فساد خون ناشي مي‌شود مانند سختي حيض در زن‌ها, مداوا مي‌كند. همچنين سير پيري زود رس و بواسير و روماتيسم را از بين مي‌برد و مجاري تنفسي را باز مي‌كند و تنگي نفس را بهبود مي‌بخشد و بعضي از انواع سل ريوي را معالجه مي‌كند به خصوص اگر با شير با هم خورده شود, چون به ميكروب «كخ» كه عامل بيماري سل است تأثير مي‌گذارد.
همچنين سير در برابر بيماري‌هايي مانند آنفلوآنزا و تب مصونيت ايجاد مي‌كند و رنگ صورت را زيبا و سرخ مي‌كند و روده‌ها را به خصوص در اطفال از عفونت پاك مي‌سازد و از تيفوئيد و ديفتري و خروسك حفظ مي‌كند.
گفته شده در شهرهايي كه مصرف سير زياد است عمرها طولاني است و از سلامت خوبي برخوردارند: به اضافه اين كه سير باعث پاك سازي عفونت‌هاي داخلي و از بين رفتن التهاب‌ها و زخم‌هاي مزمن و حاد معده مي‌شود حيض و ادرار را به خوبي دفع مي‌كند و سنگريزه و كرم را در اطفال برطرف مي سازد.
اين بود برخي از فوائدي كه از اطباء درباره اين گياه به دست ما رسيده است و بقيه هفتاد نوع بيماري را كه در حديث آمده بايد از كتاب‌هاي طبي مفصل جستجو كرد. به كلام امام صادق (عليه‌السلام) بنگريد كه چگونه در عصري كه اهل آن نمي‌توانستند چيزي را درك كنند و اهل اين زمان با وسايل جديد و پس از رشد عقل با تجربه‌ها و گسترش علوم درك مي‌كنند, سخن گفته است.
?ـ پياز
امام صادق (عليه‌السلام) فرمودند: پياز بخوريد كه در آن سه خاصيت وجود

دارد دهان را خوشبو مي‌كند و لثه‌ها را محكم مي‌سازد و بر نيروي جنسي مي‌افزايد و نيز فرمود: پيازدهان را خوشبو و پشت را محكم و بشره را زيبا مي‌كند و نيز فرمودند: پياز خستگي را از بين مي‌برد و اعصاب را قوي مي‌سازد و ميل جنسي را زياد مي‌كند و تب را مي‌برد.
اين سخن را امام صادق (عليه‌السلام) در قرن دوم هجري و پيش از كشف منافع پياز در طب امروز, فرموده است و در زمان او پياز چيز بي‌ارزشي بوده ولي امروز تجربه‌هايي كه درباره اين گياهان به عمل آمده, اسرار و منافع آن‌ها را نشان مي‌دهد و مي‌بينيم دكتر لاكوفسكي پس از آزمايش‌هاي بسيار فوايد پياز را به دست آورده و اثبات كرده كه در پياز ماده‌اي است كه ضد سرطان است همان بيماري مرموزي كه دانشمندان در كشف عامل آن رنج بسيار كشيده‌اند.
دكتر لاكوفسكي مي‌گويد: تجربه‌ها را ادامه مي‌دهيم و اميد داريم كه پياز در آينده علاج كننده بعضي از بيماري‌ها باشد.
دكتر دامر مي‌گويد: پياز در آن واحد هم طعام است و هم دوا و پزشكان آن را براي افزايش ادرار و درمان بيماري‌هاي كليوي و استسقاء به كار مي‌برند و بهتر است كه به صورت خام خورده شود.
پزشك ديگري مي‌گويد: پياز محتوي ماده با ارزشي است كه باعث تخفيف درد در بيني و حلق و مجاري تنفس مي‌گردد و مانند آنها.
اين چيزي است كه طب جديد درباره منافع پياز به آن رسيده است و در آينده, بقيه آنچه امام گفته است كشف خواهد شد, پس درست بينديش و انصاف بده كه امام چقدر از طب آگاهي داشته است و او اين مطالب را از پدران و نياكانش از منبع وحي به دست آورده واستاد و مدرس و معلمي نديده است.
?ـ ترب
پزشكان در خواص اين گياه گفته‌اند كه ترب ادرار را زياد مي‌كند, معده را براي هضم غذا آماده مي‌سازد و هضم را آسان مي‌كند و رماتيسم را معالجه مي‌كند و نفخ شكم را از بين مي‌برد و گاهي هم نفخ ايجاد مي‌كند كه دواي آن نمك است و نيز سينه را صاف مي‌كند و اشتهاآور است و بلغم را از بين مي‌برد و سنگريزه‌ها به خصوص سنگ كبد را مي‌شكند و خلط آور و بواسير را تسكين مي‌دهد.
مي‌گوييم: ترب داراي مواد معدني مفيد و محتوي ويتامين‌هاي ب – د- ث است.
امام صادق (عليه‌السلام) پيش از دوازده قرن فرموده است:
ترب بخوريد كه در آن سه خاصيت است: برگ آن بادها را مي‌شكند و مغز آن ادرار را آسان مي‌كند و باعث هضم غذا مي‌شود و ريشه آن بلغم را قطع مي‌كند همچنين امام درباره ترب مطالب زيادي شبيه اين مضمون

فرموده است.
?ـ هويج
پزشكان در خواص هويج گفته‌اند كه آن داراي مقدار زيادي قند گياهي است كه زود جذب مي‌شود ولي هضم آن براي كودكان دشوار است. آب آن مفيداست و اگر همراه با عسل باشد تقويت كننده باه است, همان گونه كه براي امعاء و در تنگي نفس و ناراحتي اعصاب مفيد است و به رشد بدن در سن كودكي كمك مي‌كند و ريگ‌ها را برطرف مي سازد و كرم روده را نابود مي‌نمايد البته اگر خام خورده شود و همچنين باعث افزايش خون و جريان آن در بدن مي‌شود و جز آنچه گفته شد فوائد ديگري هم دارد كه طب امروز آن را كشف كرده و بيماران را به خوردن آن توصيه نموده است.
امام صادق (عليه‌السلام) در حديثي فرمودند:
هويج اماني از قولنج است و بواسير را درمان مي‌كند و به قوه باه كمك مي‌نمايد ونيز فرمودند: خوردن هويج از كليه‌ها مواظبت مي‌كند و ميل جنسي را افزايش مي‌دهد.
مي‌گوييم: هويج داراي ويتامين‌هاي آ- ب – ث مي‌باشد.
?ـ بادمجان
پزشكان در فوايد آن گفته‌اند: بادمجان غذايي است كه با بيشتر بيماري‌ها سازگار است, مقوي معده و ملين سفتي‌هاست و اگر با سركه همراه شود ادرار آور است و پخته آن به طحال و زهره هم سودمند است.
امام صادق (عليه السلام) فرمودند:
بادمجان بخوريد كه براي زهره مفيداست و به صفرا زيان نمي‌رساند.
و نيز فرمودند: بادمجان بخوريد كه بيماري را از بين مي‌برد و ضرري در آن نيست.
مي‌گوييم بادمجان به بيماري پوستي ضرر دارد و مصلح آن روغن است اگر در آن جوشيده شود.
?ـ كدو
پزشكان گفته‌اند: كدو سرد است و دماغ را مرطوب مي‌كند و رگ‌هاي بسته را باز مي‌نمايد و ادرارآور و ملين معده است به خصوص براي معده كساني كه مزاج گرم دارند سودمنداست, همچنين كدو براي يرقان و تب‌هاي حاد و بي‌خوابي مفيد است و كساني كه عمر آنها از نيمه گذشته وطبعاً نيرو و فكر آنها به تحليل رفته, بايد بيشتر كدو بخورند كه براي تجديد قوا و انساج بدن مفيد است.
امام صادق (عليه‌السلام) فرمودند: كدو بر عقل و دماغ مي‌افزايد و براي درد قولنج نافع است.
گفته شده كه كدو داراي ويتامين آ مي‌باشد.

اين بود شمه‌اي از خواص گياهان كه به طور اختصار نقل شد.
منبع: كتاب طب الصادق (عليه‌السلام) ص ??? تا ???

# طبّ گياهي و خواصّ ميوه ها در كلام امام باقر (ع)

يكي از موضوعات بسيا رمهم در عصر حاضر، موضوع طبّ؛ بويژه طبّ اسلامي است كه دانشمندان علم طبّ و آشنايان با معارف اسلامي بايد به تحقيق در اين مهم، همّت گمارده، در توسعه و ترويج آن بكوشند. در اين راستا به دليل پيوندي كه بين طبّ اسلامي و طبّ گياهي وجود دارد، شناخت گياهان دارويي و شفابخش نيز امري لازم و ضروري است. امام صادق عليه السلام وجود طبيب را يكي از نيازمندي هاي ضروري اجتماع مي داند.(?) اسلام، مشوّق مسلماناني است با جسمي سالم و نيرومند و بدني قوي و آماده. در قرآن مجيد نيز به هنگام شرح صفات «طالوت» و صلاحيت او براي مقام رهبري بني اسرائيل، نيروي جسماني او را در رديف نيروي علمي او آورده و مي فرمايد: «انّ الله اصطفاه عليكم و زاده بسطه في العلم و الجسم»(?)

در روايات نيز به اين موضوع بسيار توجّه شده است؛ زيرا هرگونه تلاش و كوشش در راه سالم سازي جسم؛ مي تواند كوششي در راه تقويت بنيه هاي معنوي و انساني محسوب گردد.

در اين راستا گياهان و ميوه ها جهت شفابخشي و سلامتي بشر، داروهاي مفيد و مؤثّري به شمار مي روند. قرآن كريم و روايات اهل بيت عليهم السلام با بردن نام و ذكر دستورات درماني شان، فوايد و جايگاهشان را در درمان بيماري ها و امراض روحي و جسمي بشر يادآور شده اند. در اين مقاله سعي مي كنيم دستورات و نسخه هاي شفابخش بسياري از گياهان و ميوه ها را در مكتب و انديشه امام باقرعليه السلام مورد بررسي قرار دهيم.

الف) خواصّ درماني گياهان و سبزي ها

كاسني

امام باقرعليه السلام فرمود:

كاسني، تقويت كننده قواي جنسي است، از دور ريختن و هدردادن آن دوري كنيد.(?)

امام صادق عليه السلام از پدر بزرگوارش روايت مي كند كه وي از دور ريختن و هدر دادن كاسني هنگام غذا خوردن نهي مي فرمود.(?)

بادروج

اين گياه معرّب «بادرو» فارسي است و نوعي از ريحان است كه به فارسي، آن را ريحان كوهي مي گويند. برگش ريز و ساقه اش به شكل مربع، پرشاخ و بويش كمتر از ريحان است. رنگ گلش نيز مايل به سرخي است.(?) امام باقرعليه السلام فرمود: بادروج از آن ما، شفاي دردها و

ريشه آن نيز از بهشت است.(?)
حزاء
حزاء يا بيوه زا، گياهي است كه در طبرستان آن را جعفري مي گويند. حزاء، گياهي است مشابه كرفس كه گفته شده، بيشتر در آذربايجان مي رويد.(?)
عمروبن ابراهيم گويد: از ضعف معده به امام باقرعليه السلام شكايت نمودم كه حضرت فرمود: حزاء را با آب سرد بخور.(?)
سُماق
در روايتي از امام باقرعليه السلام آمده است: سماق نافع بواسير خوني است.(?)
سندروس
سندروس يا رزين ساندراك، به صورت قطعه هاي كوچك و به رنگ زرد روشن است. طبع گرم و خشك دارد و دودش نافع سرماخوردگي، بواسير، خونريزي است واگر براي خوردن استفاده شود لاغر كننده، نافع ضعف چشم و تنگي نفس است.(??)
امام باقرعليه السلام در روايتي، سندروس را با ساير ادويه به طريق بُخور، نافع ديوانگي دانسته اند.(??)
شكر طَبرزد (سفيد)
جميل بن درّاج از زراره و او از امام باقرعليه السلام نقل مي كند كه فرمود: اي زراره! مردم را چه چيزي از فضيلت شكرطبرزد (سفيد) غافل كرده است؟ شكر براي هفتاد درد و بيماري شفا و سود رسان است. بلغم را مي خورد و ريشه اش را از بين مي برد.(??)
حضرت در روايت ديگري فرمود: اگر شخصي كه تب دارد ناشتا ? مثقال شكر را با آب سرد بخورد، تبش از بين مي رود.(??)
شونيز (دانه سياه)
زراره مي گويد: از امام باقرعليه السلام شنيدم كه از رسول خداصلي الله عليه وآله وسلم درباره شونيز (دانه سياه) سؤال شد كه آيا مورد علاقه رسول خدا بود؟
فرمود: بله! ولكن پيامبرصلي الله عليه وآله وسلم مرگ را از آن استثناء كرده است. آيا نمي خواهي تو را به چيزي كه از آن رساتر است، راهنمايي كنم كه رسول خداصلي الله عليه وآله وسلم مرگ را در آن استثناء نكرده است؟ عرض كردم: بله اي فرزند رسول خدا! حضرت فرمود: دعا، كه قضاي حتمي را رد مي كند و آن را محكم مي گرداند و صدقه دادن آتش غضب را خاموش مي كند. و سپس، حضرت انگشتانش را جمع كرد.(??)
سَويق خشك
امام باقرعليه السلام فرمود: چه بزرگ است بركت سويق خشك (آرد گندم

و جو). وقتي انسان در سيري از آن بخورد، غذا را هضم مي كند. هر وقت انسان در حال گرسنگي آن را بخورد، او را سير مي گرداند، و چه خوب توشه اي در حال سفر و حضر است!(??)

عدس

عدس از جمله حبوباتي است كه ارزش غذايي دارد. نشاسته آن زياد (?? درصد)، سفيده مانندش (?? درصد) و چربي آن (? درصد) است. هر صد گرم آن ??? كالري حرارت توليد مي كند و هضم آن به علّت داشتن سلولز زياد، متوسّط است. پخته آن براي لاغرها و كساني كه ترشي معده دارند مفيد است. عدس براي كساني كه ازت و اسيد اوريكشان بالاست، مضرّ است. مواد معدني آن: گوگرد، فسفر، كلر، سديم، پتاسيم، منيزيم، كلسيم، مس، روي، منگنز، يُد و از همه مهم تر آهن است. ويتامين هاي آن نيز B? و B?است.(??)

امام باقرعليه السلام درباره اين نوع سبزي يعني عدس، كه از زمره حبوبات است، چنين فرموده اند: دختري كه خون حيضش قطع نمي شود، به او سويق عدس بدهيد تا بنوشد، كه به سرعت، حيض قطع مي شود. (??)

زعفران

زعفران داراي يك روغن مايع فرّار و ماده رنگيني است كه تارهاي پيچيده آن به رنگ نارنجي است و داراي خاصيت نيروبخش است.

امام باقرعليه السلام در روايتي، معجوني از عسل، زعفران، خاك قبر امام حسين عليه السلام و آب باران را شفا بخش دانسته است.(??)

همچنين امام باقرعليه السلام فرمود: مردي از خراسان نزد امام سجّادعليه السلام آمد و گفت: اي فرزند رسول خدا! حج را به جا آوردم و هنگام بيرون آمدن، نيّت كردم كه نزد شما بيايم؛ اما از درد طحال رنج مي برم. دعايم كنيد تا از آن رهايي يابم. امام سجّادعليه السلام فرمود:

خداوند تو را از آن كفايت كند! حمد و سپاس براي اوست. هر وقت آن درد را احساس كردي، اين آيه (??) را با زعفران و آب زمزم بنويس و بنوش، كه درد از تو دور مي شود.(??)

هويج

امام باقرعليه السلام فرمود: «الجزُ امانٌ من القولنج و البواسير، و يعينُ و علي الجماع»؛ استفاده از هويج نوعي ايمني است از قولنج و بواسير و بر جماع نيز كمك مي نمايد.(??) ا

يشان همچنين فرمود: خوردن هويج كليه ها را گرم مي نمايد.(??)

اسپند

امام باقرعليه السلام، استفاده از آن را براي درمان سَلسُ البول (قطره قطره آمدن بول) مفيد دانسته اند و فرموده اند: اسپند را با آب سرد ? بار

و با آب گرم نيز يك بار بشوي. سپس آن را در سايه، خشك كن. سپس با روغن گندم و يا جوي خالص بكوب و ناشتا به اندازه دارو از آن استفاده كن. اين دارو شما را از آن عارضه شفا خواهد داد به اذن خداوند.(??)

بنفشه

امام باقرعليه السلام فرمود: اگر مردم مي دانستند در بنفشه چه خاصيتي است و چه دردهاي بسياري را درمان مي كند، آن را جرعه جرعه مي نوشيدند.(??)

تره

امام باقرعليه السلام فرمود: تره، «سپرز» را درمان مي كند. چون «سپرز» شما دردناك شود، تره را در روغن بپزيد و از آن بخوريد كه درد آرام خواهد يافت.(??)

چغندر

حضرت امام باقرعليه السلام، چغندر را براي درمان «بَرَص»، مفيد دانسته است. ايشان مي فرمايد: بني اسرائيل از بَرَص ناليدند و شكايت كردند. حضرت موسي اين شكايت را به خداوند متعال رساند، خداوند عزّوجلّ امر كرد كه گوشت گاو را با چغندر بخورند تا از بَرَص شفا يابند.(??)

كرّاث

كراث سبزي معروف بوداري است كه به سير شباهت دارد. امام باقرعليه السلام فرمود: در كرّاث چهار خصلت است: باد درون را طرد مي كند، دهان را خوشبو مي نمايد، بواسير را قطع مي كند و امان از جذام است. (??)

شلغم

امام باقرعليه السلام فرمود: هيچ مخلوقي نيست؛ مگر اينكه در آن رگي از جذام هست، آن را با شلغم آب كنيد.(??)

ب) خواصّ درماني گوشت

امام باقرعليه السلام فرمود: سَيِّدُ الطَّعامِ اللَّحْمُ؛ بهترين غذا، گوشت است. (??)

زراره مي گويد: من پانزده روز با امام باقرعليه السلام غذا خوردم و غذاي ما گوشت بود.(??)

ايشان پس از بيان فضيلت غذايي گوشت، آن را براي درمان «يرقان» مفيد دانسته است و بهترين نوع آن را براي رفع اين بيماري، «گوشت قطا»(??) معرّفي نموده است. ايشان در روايتي نيز «گوشت گاو» را براي درمان بَرَص مفيد مي داند.(??)

درمان سنگ مثانه

امام باقرعليه السلام فرمود: از اين ?? مادّه: هليله، بليله، آمله، فلفل، دارفلفل، دارچين، زنجبيل، شقاقل، انيسون و خولنجان، به طور مساوي

برداريد و با هم بكوبيد و سپس آن را در روغن گاو بپزيد. اين معجون وقتي با عسل صاف شده آميخته شود و هر روز به قدر فندقي از آن تناول شود، سنگ مثانه را مي شكند.(??)

خواصّ درماني سنجد

امام باقرعليه السلام فرمود: ميوه ي سنجد، گوشت را مي روياند، به پوست بدن، توانايي مي بخشد و قلوه ها را گرم مي كند. نيز سنجد در علاج بيماري هاي بواسير و سلس البول بسيار سودمند است.(??)

درمان درد زخم

حضرت باقرعليه السلام فرمود: قير تازه (مادّه اي كه بر كشتي مي مالند) و مثل آن را با پيه بُز و پارچه اي تازه و كوزه سفالين تازه بردار. ظاهر آن را قيرمالي كن، سپس بر آن شير بريز و زيرش آتشي ملايم روشن كن. سپس كاغذي نوشته شده (??) را بردار و روي دستت بگذار و بر آن قير بمال و بر روي زخم ببند. اگر زخم عميق بود از كتان، ريسمان بتاب و بر روي زخم قير بريز و سپس آن ريسمان را در آن زخم بگذار. ان شاءالله بهبودي مي يابد.(??)

درمان اسهال خوني

ابوحمزه ثمالي مي گويد: مردي به امام باقرعليه السلام از اسهال خوني شكايت كرد. امام عليه السلام به او فرمود: از خاك ارمني بردار و با آتشي ملايم آن را بپز و سرخ كن. سپس استفاده كن كه اسهال قطع مي شود.(??)

امام باقرعليه السلام فرمود: قدري از گِل ارمني بر روي آتش گرم كنيد و به بيمار اسهال بخورانيد كه وضعيت دروني اش آرام خواهد گرفت.(??)

نمك

امام باقرعليه السلام فرمود: نمك براي هفتاد بيماري، دارويي اثر بخش است.(??)

ج) خواصّ درماني ميوه ها

خرما

امام باقرعليه السلام فرمود: «لم تستشف النّساء بمثل الرُّطَب، انّ الله اطعمه مريم في نفاسها»؛ زنها در هيچ چيز مثل خرما شفا نمي يابند، چون خدا به مريم در موقع زايمان خرما داد.(??)

سيب

ابي بصير مي گويد: امام باقرعليه السلام فرمود: موقعي كه خواستي سيب بخوري، قبلاً آن را استشمام كن، سپس بخور؛ زيرا اين كار هر ناراحتي را كه بر روحت عارض شده، آرام مي كند.(??)

آلو

حضرت مي فرمايد: آلو نافع صفرا، حرارت، بادهاي بدن، زهره، خشكي

مفاصل و فشار خون است.(??)
جابر مي گويد: مردي به امام باقرعليه السلام از هيجان مرّه (زهره) شكايت كرد و عرض نمود: كم مانده ديوانه شوم! آن حضرت فرمود: آن را با اجاصّ (آلو) معالجه كن.(??)
انجير
امام باقرعليه السلام فرمود: انجير بخوريد كه براي قولنج نافع است.(??)
ابوحمزه ثمالي از امام باقرعليه السلام نقل مي كند كه وقتي پادشاه قبطي خروج كرد و خواست بيت المقدّس را خراب كند، مردم به اطراف حِزْقِيل پيغمبر جمع شده و به وي شكايت نمودند. حزقيل شب با خدا مناجات كرد و خداوند به مَلَك مسئول هوا وحي فرمود كه نفوس و ارواح آنان را بگيرد و همگي مردند. حزقيل اين خبر را به قومش رساند. آنان بيرون رفتند و ديدند همه آنان مرده اند، اما عُجب و خودپسندي بر حزقيل عارض شد و با خود فكر كرد كه سليمان پيغمبرعليه السلام بيش از من فضيلتي ندارد، چون به من اختيار هوا نيز داده شده است. در اين حال زخمي بر كبد حزقيل عارض شد و او را اذيّت نمود، حزقيل با خدا مناجات و خشوع كرد و روي خاكستر نشست، خداوند به وي وحي نمود كه: شيره انجير را بگير و از بيرون بر سينه خود بمال. حزقيل چنين كرد و خوب شد.(??)
انگور
در روايتي امام باقرعليه السلام به فرزندش امام صادق عليه السلام فرمود: انگور را دانه دانه بخور. و فرمود: شفا در ميوه اي است كه رسيده باشد، چنان كه خداوند فرموده: «كُلُوا من ثمره اذا اثمر»(??)؛ يعني از ميوه درخت بخوريد وقتي كه برسد. [ايشان انگور را به دليل خوب رسيده بودنش شفاي بسياري دردها مي دانند.(??)]
بِهْ
امام باقرعليه السلام مي فرمايد: ميوه «بِهْ» غبار اندوه را از خاطر محو مي كند، همان طور كه انگشتان شما قطرات عرق را از پيشاني تان مي برد.(??)
گلابي
امام باقرعليه السلام فرمود: گلابي مانند اجاصّ (آلو) براي درمان صفرا و جلوگيري از برانگيخته شدن آن نيكوست و براي درد آن آرام بخش است.(??)
پي نوشت :
?. تحف العقول عن آل الرّسول، ص ???.
?. انفال / ??.
?. طبّ الائمّه، سيد عبدالله شبّر، ص ???.

?. همان، ص ???.
?. ر.ك: تحفه حكيم مؤمن، ص ??.
?. محاسن، ج ?، ص ???.
?.دورنماي طبّ اسلامي،آيهالله مصطفي نوراني،ص ???.
?. اصول كافي، ج ?، ص ???.
?. طبّ الائمّه، حسين و عبدالله بن بسطام نيشابوري، ص ??.
??. گياهان دارويي، دكتر زرگري، ج ?، ص ???.
??. بحارالانوار، ج ??، ص ???.
??. طبّ الائمّه، ص ???.
??. مكارم الاخلاق، ص ???.
??. طبّ الائمّه، ترجمه جابر رضواني، ص ??.
??. همان، ص ??.
??. دورنماي طبّ اسلامي، ص ???.
??. امالي، شيخ طوسي، ج ?، ص ???.
??.محاسن،ج ?،ص ???؛مكارم الاخلاق،ص ??و???.
??. منظور، آيه ??? و ??? اسراء است.
??. طبّ الائمّه، ص ??.
??. مكارم الاخلاق، ص ???.
??. محاسن، ج ?، ص ???.
??. طبّ الائمّه، ترجمه جابر رضواني، ص ??.
??. خصال، شيخ صدوق، ص ???.
??. طبّ الائمّه،ترجمه واقتباس جوادفاضل،ص ???.
??. طبّ چهارده معصوم، محمد مهدي تاج لنگرودي، ص ??.
??. همان، ص ?? - ??.
??. طبّ الائمّه، ترجمه جابر رضواني، ص ???.
??. طبّ چهارده معصوم، ص ???.
??. همان، ص ???.
??. منظور گوشت نوعي كبوتر است كه شبيه به قمري مي باشد؛ (همان، ص ??).
??. مكارم الاخلاق، ص ???.
??. طبّ الائمّه،ترجمه واقتباس جوادفاضل،ص ???.
??. همان، ص ??? - ???.
??. زيرا جوهر به كار برده شده در كاغذ (كاغذ نوشته شده) به جذب و چسبندگي موادَّدرماني كمك مي كند.
??. طبّ الائمّه، بسطام نيشابوري، ص ??? - ???.
??. طبّ الائمّه، ترجمه جابر رضواني، ص ??.

??. طبّ الائمّه،ترجمه واقتباس جوادفاضل،ص ???.
??. همان، ص ???.
??. تفسير مجمع البيان، ج ?، ص ???.
??. بحارالانوار، ج ??، ص ???.
??. همان، ص ???.
??. خصال، شيخ صدوق، ص ???.
??. اصول كافي، ج ?، ص ???؛ دورنماي طبّ اسلامي، ص ??.
??. محاسن، ج ?، ص ???.
??. انعام / ???.
??. محاسن، ج ?، ص ???؛ مكارم الاخلاق، ص ?.
??. طبّ الائمه، ترجمه و اقتباس جواد فاضل، ص ???؛ رمزالصحه في الطب النبي والائمّه؛ سيد محمود دهسرخ اصفهاني، ص ???.
??. طبّ الائمّه، ترجمه جابر رضواني، ص ???؛ رمزالصّحه في الطبّ النّبيّ والائمّه، ص ???.
منبع:http://www.sibtayn.com

خواص دارويي پونه

نويسنده :دكتر محمد صالحي سورمقي
نام فارسي :پونه
نام علمي : Mentha pulegium
نام عمومي : European pennyroyal
نام انگليسي : European pennyroyal
نام عربي : حبق ( Hhabaq)
نام فرانسوي : Pouliot
نام آلماني : Polei-Minze
نام هاي مترادف : Mentha exigue,Pulegium vulgar
نام خانواده : Labiatae (نعناع )
گياه شناسي :
پونه گياهي است علفي و بوته اي به ارتفاع تا 60 سانتي متر كه به صورت خودرو در بسياري از دست ها و اطراف جريان هاي آب مي روید . برگ ها بيضي شكل و نوك تيز و اكثراً داراي دندانه هاي كوچك و منظم هستند . از كليه قسمت هاي گياه و به خصوص برگ ها بوي بسيار قوي و نافذي به مشام مي رسد . گل ها به صورت مجتمع در كنار برگ ها و اكثراً در قسمت هاي بالاي محور ساقه قرار مي گيرند كه به رنگ بنفش و گاهي گلي كمرنگ مي باشند .
پونه گونه هاي مختلفي دارد كه به نام هاي گوناگون معروفند . يكي از اين گونه ها به نام ويلوزا ، پوشيده از كرك هاي فراوان و داراي بوي تندي است ؛ به همين دليل آن را براي استفاده پرورش مي دهند . قسمت هوايي پونه و به خصوص برگ ها مورد استفاده مي باشند .
پونه در بسياري از نقاط ايران خصوصاً نواحي شمالي مي روید و گونه اي از آن به نام خالواش در گيلان مشهور است كه بوي معطر و مطبوعي دارد و به صورت سبزي خوراكي و يا اشكال ديگر مصرف مي شود .
تركيبات مهم :
پونه حاوي 1 تا 2 درصد اسانس مايل به زرد و يا سبز است . پولگون موجود در اسانس برگ آن از 9 درصد در نوع برزيلي تا 30 درصد در انواع آمريكايي وجود دارد .ميزان پولگون گونه هاي اروپايي از 90 تا 94 درصد مي باشد .
موادي كه به طور طبيعي در اسانس پونه وجود دارند و يا خود به خود اكسيده مي شوند ، عبارتند از :آلفايي نن ، بتاپي نن ، ليمونن ، 3 ـ اكتانول . 3 ـ اكنانول ، پاراسيمن ، 3 ـ اكتيل استات ، منتون ، ايزومنتون ، پولگون ،

ايزوپولگون ، پي پريتون ، سيس و ترانس پولگون اكساید و كاريوفيلن .
تركيبات مهم ديگر گياه شامل اسيدلوريك ، اسيد ميريستيك ، اسيد پالميتيك ، سالي سيل آلدهيد ، ديوسزمين و هسپريدين است . دانه هاي خشك پونه حاوي تا 25 درصد پروتئين ، 27 درصد چربي ، 11 درصد خاكستر ، 0/9 درصد كلسيم ، 05/ درصد سديم و تا 1/5 درصد پتاسيم مي باشند .
داروشناختي و اثرات مهم :
برگ هاي پونه براي ايجاد طعم و مزه ، درست كردن چاي و به عنوان ادويه استفاده مي شوند . يكي از مصارف مهم آن به عنوان طعم دهنده نوعي خوراك گوشت مي باشد كه گاهي آن را با فلفل و عسل نيز مخلوط مي كنند . اين گياه بوي منحصر به فردي دارد كه كاملاً از نعناع قابل تشخيص است .
طعم پونه در ابتدا گرم ، كاملاً معطر و تقريباً گس و تلخ است و پس ا مدتي ايجاد احساس خنكي مي كند . اسانس پونه داراي طعم تلخ و احساس سردي است .
بوي پونه كمي شبيه بوي سيترونل است و از آن در صابون هاي معطر استفاده مي شود . اسانس پونه در حشره كش ها به كار مي رود . همچنين ، از آن به صورت پودر براي پاشيدن بدين منظور استفاده مي شود .
اسانس پونه يكي از منابع توليد طبيعي منتول مي باشد . يكي از محصولات پونه عرق طبي آن است .
در زمان قديم پونه را در اتاق افرادي كه تشنج داشتند آويزان مي كردند و معتقد بودند كه تاثير آن بيشتر از گياه گل سرخ است . همچنين ، آن را براي بهبود سردرد و گيجي به دور سر مي بستند.
چاي پونه را نيز براي رفع سرماخوردگي ، سرفه و مشكلات قاعدگي مصرف مي كردند . در هرصورت ، پونه بايد با دقت مصرف شود ، زيرا مصرف بيش از حد آن باعث مسموميت مي گردد . در آمريكا برگ و اسانس پونه به طور قانوني به فروش نمي رسد . در اروپا از آن به عنوان ضد عفوني كننده ، ضد نفخ ، صفراآور ، معرق، هضم كننده ، قاعده آور ، ضد سرفه و محرك استفاده مي شود .
سميت و عوارض جانبي :
مصرف خوراكي در حد يك قاشق چايخوري اسانس پونه مي تواند عوارض جدي به همراه داشته باشد . به طور مثال در گزارشي از 1978 كلرادوي آمريكا آمده است : مصرف خوراكي اسانس پونه براي سقط جنين باعث مرگ زن جواني شد . مصرف در حد دارويي اسانس و يا فراورده هاي پونه عارضه جانبي ندارد .
آمار ديگر نشان مي دهد كه مصرف خوراكي 2 قاشق چايخوري اسانس پونه يك مادر 18 ساله را به مرگ كشانده است . حتي نصف قاشق

چايخوري اسانس پونه مي تواند باعث تشنج و كما شود .
طريقه و ميزان مصرف :
ـ 1 تا 4 گرم گياه خشك به صورت دم كرده يا به صورت هاي ديگر تا سه بار در روزخوراكي .
ـ عصاره مايع هيدروالكلي 1 تا 4 ميلي ليتر تا سه بار در روز خوراكي .
ـ اسانس پونه 5 % تا 2 ميلي ليتر در روز به صورت مخلوط با مواد ديگر .
اصولاً اسانس گياهان را نبايد به هيچ وجه مستقيماً مصرف كرد و خورد .
ـ از گياه تازه نيز مي توان استفاده نمود . البته برگ ها طعم و مزه گس و كمي سوزاننده دارند .
مهم ترين اثرات گزارش شده :
ضد درد ، ضد چسبندگي پلاكت ها ، بي حس كننده ، ضد باكتري ، ضد سرطان ، ضد ادم ، ضد التهاب ، ضد موتاژن ، ضد اكسيدان ، ضد روماتيسم ، ضد اسپاسم ، ضد تومور ، ضد ويروس ، قابض ، ضد كانديدا ، ضد نفخ ، محرك ، CNS دپرسانت ، ضد احتقان ، معرق ، ادرارآور ، قاعده آور ، قارچ كش ، مسكن ، مقوي معده ،شل كننده عضلات و مهار كننده سيكلواكسيژناز.
نكات قابل توجه :
1 ـ پونه آمريكايي حاوي تا 2 درصد و نوع اروپايي تا 1 درصد اسانس است كه ميزان پولگون اين اسانس ها از 85 تا 92 درصد مي باشد.
2 ـ پولگون جسمي است كه مصرف زياد آن مي تواند عوارض جانبي خطرناكي داشته باشد ؛لذا پونه هاي نوع آمريكايي و اروپايي كه درصد بالايي پولگون دارند ، بايد به مقدار كم و با احتياط مصرف شوند .
3 ـ از ميان گونه هاي پونه ايراني ، خالواش مورد تحقيق قرار گرفته است كه درصد كمي پولگون دارد و مي توان آن را به صورت سبزي خوراكي مصرف نمود ؛ به طوري كه ساليان درازي است كه اين گياه در گيلان كشت و استفاده مي شود .
4 ـ به طوركلي هر پونه اي را كه حاوي پولگون با درصد پايين باشد مي توان با اطمينان مصرف كرد و در غير اين صورت بايد در مصرف آن احتياط نمود .
5 ـ در كانادا مصرف پونه هايي كه حاوي پولگون نباشند مجاز است .
6 ـ مصرف خوراكي اسانس پونه هايي كه حاوي پولگون با درصد بالا هستند باعث عوارض كبدي ، كليوي و مخاطي مي شود .
7 ـ عوارض خوراكي اسانس پونه با درصد بالاي پولگون شامل اسهال ، دردهاي شكمي ، بالا رفتن فشارخون ، استفراغ و در موارد شديد سقط جنين است .
8 ـ بهتر است در زمان شيردهي و حاملگي از مصرف پونه خودداري شود .

9 ـ در كتاب قانون ابن سينا پونه به نام فودنج معرفي و شرح مفصلي در مورد آن داده شده است .
در اين كتاب ابن سينا هم به چندين نوع پونه اشاره كرده و علم امروز گياهشناسي گونه هاي مختلف اين گاه را تقسيم بندي نموده است كه مواد موثر موجود در آنها خواص مشترك و در مواردي متفاوت دارد . همچنين ، ممكن است بعضي گونه ها داراي موادي با عوارض جانبي باشند . اما در قانون به پونه جويباري (پونه كنار آبي ) ، پونه كوهي ، پونه شاك و پونه اي كه آن را غليجن مي نامند ، اشاره شده است . ابن سينا معتقد است كه پونه كوهي از پونه جويباري قوي تر است . البته اثرات گونه هاي مختلف را شبيه مي داند و مي گويد : پونه خون را به سمت پوست مي كشد ، طبيعت گرم دارد و معرق مي باشد . داراي خاصيت ضد درد و كوفتگي ماهيچه هاست ، اشتهاآور و مقوي معده است و سكسكه را بر طرف مي كند . آب پز پونه ادرارآور است . بيمار مبتلا به تب و لرز اگر آب پز پونه بخورد يا پونه را در روغن بپزد و از آن روغن بر تن بمالد ، بسيار نافع است . دود برگ پونه حشرات را دور مي كند . پونه بياباني داروي نيش كژدم است .
بسياري از خواصي كه ابن سينا راجع به پونه نوشته است با كتب علمي امروز مطابقت دارد . البته بايد گونه هاي مختلف نعناع ( Mentha) و پونه كه گونه اي از نعناع است و گونه هاي مختلف پونه ، به خصوص انواع ايراني آن ، مورد تحقيق و مطالعه قرار گيرند تا با تجزيه و شناسايي كمي و كيفي مواد موجود در پونه هاي ايراني بتوان به آثار دارويي و درماني آنها پي برد و آنها را به طور صحيح مصرف نمود .
منبع : مجله دنياي تغذيه شماره ي 86

درباره جعفري

نويسنده: سپيده سليمي
منبع:sharghnewspaper.ir
جعفري گياهي مملو از ويتامين C، پيش ماده ويتامين A، آهن، كلسيم، پتاسيم، فسفر، منيزيم، سولفور، مس و سيليس است. تركيبات روغني موجود در جعفري خواص ضدباكتري دارند كه مي توانند با تب و برخي از انواع عفونت ها مبارزه كنند.جعفري كه احتمالاً ميزان مصرف آن در سطح جهان گسترده تر از ساير سبزيجات است از زمان روم و يونان باستان از اعتبار ويژه اي برخوردار بوده است و در اساطير يونان دسته هايي از جعفري را بر روي سنگ قبر مردگان مي گذاشتند و آن را به ملكه عالم ارواح تقديم مي كردند تا براي شخص تازه درگذشته در جهان ديگر شانس بياورد. روميان باستان برگ هاي جعفري را در داخل رداي خود قرار مي دادند و گلادياتورها براي افزودن بر قدرتشان جعفري مي خوردند.
در طب سنتي اروپا نيز براي درمان يرقان، مالاريا و استسقا از ريشه جعفري استفاده مي كردند.جعفري خام براي فقر آهن و درمان كم خوني بسيار مفيد است زيرا ويتامين C موجود در آن جذب آهن را افزايش مي دهد. جعفري با افزايش فعاليت معده و ترشح آنزيم هاي گوارشي اشتها را تحريك مي كند و عمل هضم و جذب را بهبود مي بخشد از اين رو براي بيماراني كه دوران نقاهت را پشت سر مي گذارند ماده اي مفيد است. اين سبزي همچنين اثري آرام بخش بر روي دستگاه گوارش دارد و موجب از بين رفتن گاز معده، كوليت و سوءهاضمه مي شود. جعفري ماده اي مدر است و دفع سموم از بدن را افزايش مي دهد به همين سبب براي بيماري هايي مانند آرتروز و نقرس بسيار مفيد است. روغن دانه جعفري انقباض عضلات را رفع مي كند و سردرد، ميگرن، آسم، التهاب مثانه و سوءهاضمه را بهبود مي بخشد. گردش خون را تحريك مي كند و براي دستگاه عصبي مفيد بوده خواب آلودگي و اضطراب را از ميان مي برد.
اگرچه خوردن جعفري پس از زايمان و در دوران شيردهي فوايد زيادي دارد كه از آن جمله مي توان به جمع شدن سريع تر عضلات رحم و ازدياد شير مادر اشاره كرد اما مصرف آن در دوران بارداري به مقدار زياد توصيه نمي شود زيرا ممكن است با تحريك انقباضات رحمي موجب بروز مشكل در بارداري شود. برگ جعفري تازه كوبيده در تسكين بخشيدن جاي نيش حشرات موثر است. جويدن برگ جعفري تازه بوي بد ناشي از خوردن پياز و سير را از دهان مي زدايد. آب جعفري تازه كه با يك قطعه كوچك پنبه بر روي دندان دردناك قرار داده شود مي تواند درد دندان را تسكين دهد.

همچنين شستن موها با آب جعفري موجب درخشان شدن مو مي شود.
در طباخي ايراني از جعفري چه به صورت خام و چه پخته استفاده هاي فراواني مي شود. از جعفري در طبخ اغلب آش ها و بسياري از سوپ ها استفاده مي كنيم. افزودن يك يا دو قاشق جعفري تازه خرد شده به انواع سالاد طعم دلپذيري به آنها مي بخشد. در تهيه ساندويچ ها نيز جعفري خرد شده همراه با پياز يا ساير سبزيجات به كار برده مي شود ضمن آنكه از جعفري به دليل فرم خاص برگ هايش كه به شكل گلي چندپر است در تزئين بسياري از غذاها نيز سود مي بريم .

# کشف تاثير مصرف آلو در جلوگيري از پوكي استخوان

نويسنده: رضا دهقان
منبع:هفته نامه سلامت
نوعي آلو (آلو سياه) نويد دهنده افزايش ضريب سلامت زنان و به ويژه ساختار استخواني آنها پس از دوران يائسگي است. پروفسور ارجمندي محقق سرشناس ايراني دانشگاه فلوريداي آمريكاست كه پس از سالها تحقيق و پژوهش درباره تاثيرات اين ميوه ارزشمند در آستانه ارايه فرمولي جديد و موثر براي كمك به زنان مستعد ابتلا به پوكي و مشكلات استخواني است.
به گزارش خبرگزاري مهر ، پوكي استخوان بيماري همه گيري است كه به تنهايي در آمريكا 10 ميليون را مبتلا كرده است و مهمتر آن است كه 80 درصد اين جمعيت در معرض خطر را زنان تشكيل مي دهند. در كنار مصرف داروهاي مختلف، تغذيه مي تواند نقش مهمي در سلامت استخوانها و جلوگيري از ابتلا به پوكي استخوان ايجاد كند. اين ماموريت علمي و تحقيقاتي است كه پروفسور ارجمندي از دانشگاه فلوريدا به مدت 5 سال است كه در دانشگاه اكلاهاما در حال انجام آن است.
اكنون جامعه علمي آمريكا و جهان منتظر است تا نتايج تحقيقات اين محقق برجسته ايراني درخصوص تاثير مثبت و حيرت آور مصرف آلو سياه بر جلوگيري از ابتلا به پوكي استخوان در تابستان 2008 منتشر شود.تحقيقات صورت گرفته از سوي پروفسور ارجمندي نشان مي دهند كه آلو سياه تاثير فوق العاده مثبتي در تنظيم و مقاوم سازي توده هاي استخواني در حيوانات مبتلا به پوكي استخوان داشته است. اكنون پروفسور ارجمندي در حال آزمايش متغيرهاي مشابه در پروژه تحقيقاتي خود در دانشگاه فلوريدا است و در آن به بررسي دقيق تاثير مصرف آلو سياه در زناني مي پردازد كه در فاصله زماني 2 تا 10 سال پس از دوران يائسگي خود قرار دارند.اين تحقيقات آنچنان از اهميت برخوردار است كه وزارت كشاورزي آمريكا حمايت خود را از آن اعلام كرده و پيش بيني مي شود نتايج قطعي آن در تابستان 2008 اعلام شود .

# پيش گيري از سكته قلبي با مصرف پسته

نويسنده:هاله بهداد فر
منبع:روزنامه كيهان
هر روز به شمار كساني كه مصرف گياهان و سبزيجات را توصيه مي كنند، افزوده مي شود. بسياري از ما كه دچار زندگي صنعتي شده ايم براي تناسب اندام و كاهش توده هاي اندوخته شده چربي مصرف ميوه و سبزيجات را حداقل در وعده شام تجربه كرده ايم و يا كساني بوده اند كه چنين توصيه هايي به ما بكنند. خوشبختانه اين رويكرد خوب يعني مصرف ميوه و سبزيجات روي هم رفته اتفاق مباركي است به شرطي كه گراني روزافزون قيمت ميوه ها ما را از اين مواهب بي نظير محروم سازند و اما خبر خوب...
خوشبختانه افرادي كه ميوه هاي مغزدار را دوست دارند، بدانند ميوه هاي مغزدار به تنهايي يك رژيم غذايي سالم محسوب مي شوند.براي مثال، آخرين تحقيق نشان مي دهد كه پسته براي قلب مفيد است زيرا رگهاي خوني را شل كرده و موجب كاهش فشار خون مي شود. اين يافته بدنبال مطالعه «واكنش هاي قلب» توسط تيمي از محققان به سرپرستي پن استيت صورت گرفته است. او بيان مي كند مصرف ميوه هاي مغزدار مي تواند فشار خون بالا را كنترل كند.
گروه تحقيق اين مطالعه را براساس سه رژيم موفقيت آميز مطرح كرده است.يك قلب سالم نيازمند 25 درصد كالري از طريق چربي و هشت درصد چربي خالص است. يك رژيم با 30 درصد كالري از طريق چربي و 8 درصد چربي خالص باضافه 5/1اونس پسته، يا يك رژيم با 34درصد كالري از طريق چربي و 8 درصد چربي خالص باضافه 3 اونس پسته است.
محققان در پايان چهار هفته هر كدام از رژيم ها را مورد بررسي قرار داده و فشارهاي دخيل شده خون را مورد مطالعه قرار دادند، و قوه ارتجاع رگ هاي خون را ارزيابي كردند، سپس دو آزمايش فشار از آنها گرفتند.آنها متوجه شدند 5/1 اونس رژيم پسته، فشارخون (فشار بالا) انقباض قلب و رگها را تا 8/4 ميلي متر و 3 اونس رژيم پسته فشار خون انقباض قلب و شرايين را تا 4/2 ميلي متر مركوري كاهش مي دهد، همچنين سرخرگ را شل مي كند، تعمير مفيدي كه روي هم رفته موجب احياي كار قلب مي شود.اين مطالعه توسط انجمن پسته كاليفرنيا مورد حمايت قرار گرفته و در ماه آپريل 2007 در كنفرانس بيولوژي تجربي گزارش شده است.
ميوه هاي مغزدار مثل پسته معمولا بسيار چرب هستند اما اكثر آنها داراي يك چربي ناخالص است كه براي قلب مفيد است. در حقيقت مي بايست

در خوردن اين ميوه ها اعتدال را رعايت كرد. البته ميوه هاي هسته دار از همه نوع آن موجب كاهش بيماري قلبي و حمله قلبي مي گردد.

# اثر درمانگر ميوه هاي خشك

منبع:روزنامه كيهان
مصرف ميوه هاي خشك به اندازه هشت گرم در هفته خطر ابتلا به بيماري هاي قلبي را تا حدود 11درصد كاهش مي دهد .
اين ميوه هاي خشك شامل گردو، بادام، پسته شامي و از اين قبيل مي باشند.
تحقيقات نشان داده است كه خوردن مقدار كمي از اين ميوه ها پنج بار در هفته تاثير بسيار اندكي در افزايش وزن دارد.
آزمايشات نشان داده اند كه مصرف خشكبار براي جلوگيري و كاهش گرفتگي رگ ها و عروق تا چه اندازه اهميت دارد.
از آنجايي كه خطر ابتلا به بيماري هاي قلبي در افراد چاق و يا سيگاري بسيار زياد است، با مصرف خشكبار ميزان بيماريهاي قلبي عروقي در ميان اين افراد به مراتب كمتر از افرادي است كه خشكبار در رژيم غذايي آنها گنجانده نشده است.
همچنين مصرف مقدار متعادل از خشكبار، ريسك سكته مغزي را نيز كاهش مي دهد. اما تصور نكنيد كه مي توانيد چاق باشيد، فشار خون داشته، جلوي تلويزيون بنشينيد و انتظار داشته باشيد كه خوردن خشكبار شما را از ابتلا به بيماريهاي قلبي و يا سكته محافظت كند.
تحقيقات ديگري كه در مورد مصرف خشكبار به عمل آمده نشان مي دهد كه بعد از مدت شش ماه استفاده پي در پي از خشكبار تنها حدود يك پوند (نيم كيلو) به وزن افراد اضافه شده است كه با توجه به ميزان كالري موجود در اين مواد خوراكي انتظار مي رفت اين مقدار حدود 10پوند (5كيلو) باشد كه اين مطلب بيانگر مفيد بودن استفاده از اين نوع مواد خوراكي نيز هست.

# خرما، عامل شادابي، طراوت و درمان بيماري ها

نويسنده:صديقه پارسانيا
منبع:روزنامه ايران
خرما ميوه اي بسيار قديمي است و نام آن در قرآن كريم 42 بار تكرار شده است. اين ميوه پرخاصيت براي مردم كشورهاي اروپايي و آمريكايي تا حدي نا آشناست و آن را فقط در كيك و شيريني مصرف مي كنند ولي در خاور ميانه مخصوصاً در كشورهاي عربي به عنوان يك غذاي اصلي به كار مي رود. مي گويند درخت خرما از قديم در فلسطين به فراواني وجود داشته به طوري كه در ناحيه بين درياي گاليله و درياي مرده جنگل بزرگي از خرما بوده است.در مسيحيت برگ درخت خرما سمبل و نشانه شهادت و شهدايي است كه در راه ديانت حضرت مسيح جان باخته اند.خرما (Dates) ميوه اي بسيار مقوي است كه مواد معدني بسياري چون آهن، پتاسيم، روي، و منگنز و ويتامين A-B-E را داراست. تحقيقات درباره خرما نشان داده كه اين ميوه مي تواند از بسياري از سرطان ها مانند سرطان كولون معده و... پيشگيري كند. يكي از خواص خرما ملين بودن آن است. البته اگر 6 تا 7 عدد خرما را در 2 ليوان آب جوش خيس كرده و صبح و شب آن را به صورت گرم بنوشيد و يا مقداري خرما ميل كنيد و بلافاصله يك تا دو ليوان آب گرم روي آن بنوشيد. خاصيت ديگر خرما، خنثي كردن اسيد اضافي معده است از آنجا كه زيادي اسيد معده باعث ترش كردن و دل درد مي شود، بنابراين هر وقت دل درد گرفتيد مي توانيد فرمول چيني ها در طب سنتي را استفاده كنيد.
بدين طريق كه 2 تا 3 عدد خرماي تازه و له شده را در آب جوش بيندازيد بعد آن را هم زده و بنوشيد. خرما را به عنوان ميوه نيز مي توان مصرف كرد. همچنين حتماً براي خواب راحت تر و آرامش بيشتر شام خود را در حدود ساعت 7 بعد از ظهر صرف كرده و قبل از خواب يك عدد خرما و يك ليوان شير گرم ميل كنيد.خرما براي افراد سالمند و بچه ها بسيار مفيد است. سعي كنيد به جاي قند و شكر از خرما براي نوشيدن چاي استفاده كنيد و يا در طباخي از آن استفاده بيشتري ببريد. ورزشكاران به علت فعاليت زياد به طور حتم بايد از عصرانه اي مقوي كه با خرما باشد استفاده كنند.مصرف خرما، روش شناخته شده اي براي درمان سرطان و ساير بيماري هاي عفوني است.علت ابتلاي بسيار كم ساكنان شبه جزيره عربستان به بيماري هايي نظير تصلب شرايين، مرض قند و سرطان مصرف فراوان خرما است.خرما مي تواند با مهار راديكال هاي آزاد از تخريب مولكولي و جهش رساني ناشي از اين راديكال ها جلوگيري كند.

خرما داراي قند زيادي است. حدود 70درصد آن را كربوهيدرات تشكيل مي دهد كه 60 تا 65 درصد آن قندهاي گلوكز و فروكتوز و 2/5 درصد فيبر غذايي است.به همين دليل براي افرادي كه نمي توانند ساكاروز را تحمل كنند مناسب است.گلوكوز و فروكتوز از ساكاروز مشتق مي شوند. اين قندها به راحتي و فوراً توسط بدن جذب شده، بدون نياز به هضم در بدن توليد انرژي كرده و يا ذخيره مي شوند.يك كيلوخرما بيش از 3000 كالري انرژي توليد مي كند.خرما به تنهايي يك منبع غني مواد معدني است. فسفر موجود در خرما به اندازه مجموع فسفر موجود در زردآلو، گلابي و انگور است.به دليل سديم كم آن (? ميلي گرم در 100 گرم خرما)، براي افراد دچار فشار خون بالا كه بايستي رژيم كم سديم داشته باشند، مفيد است. آهن موجود در خرما (3 ميلي گرم در 100 گرم خرما) يك سوم RDA يا نياز روزانه مردان به آهن را تأمين مي كند.فيبر موجود در خرما براي بهبود عملكرد سيستم گوارش و هضم و دفع مواد غذايي مفيد است. خرما درختي است از تيره گرمسيري جزو تيره نخلها كه ميوه اش جزو ميوه هاي سته است يعني تمام قسمت بريكاري آن گوشتي و محتوي مواد غذايي است. داراي هسته اي سخت و پوست نازك و شيرين كه به شكل خوشه اي بزرگ از شاخه آويزان شده و برگ هاي آن بزرگ است. ارتفاع نخل به 10 تا 20 متر و شايد هم بيشتر مي رسد.

دكتر يوسف اسكندري متخصص تغذيه مي گويد: امروزه خرما اساسي ترين ماده غذايي در رژيم درماني، درمان بيماري ام.اس، اختلال جذب و دفع غذا و بيماري سنگ مثانه به شمار مي آيد.

دكتر اسكندري مصرف اين ماده غذايي را به مادران توصيه مي كند. مطالعات نشان مي دهد كه مصرف خرما، باعث افزايش شير مادر شده همچنين در ايجاد آرامش مادران در دوران بارداري نيز مؤثر است. در ايران تقريباً ?? درصد از كل خرماهاي جهان توليد مي شود.

ويژگي هاي خرما

ضد ميكروب است، سبب تقويت ستون فقرات و افزايش دهنده توان جنسي شده و قوه بينايي و شنوايي را تقويت مي كند و همچنين سبب هضم غذا و خوشبو شدن دهان شده و نابود كننده دردهاست.

كلسيم موجود در خرما عامل اصلي استحكام استخوان ها است و نيز داراي فسفر است كه مانع ضعف اعصاب و خستگي مي شود.

خرما داراي سديم است كه وجود آن از زكام جلوگيري مي كند.

پتاسيم موجود در خرما از بروز زخم معده جلوگيري مي كند. اين عنصر معدني اشتها آور بوده و كمبود آن امراض حلقي بويژه تورم لوزه ها را ايجاد مي كند. گاهي تورم قوزك پا نيز به علت كمي پتاسيم در بدن است.

به مبتلايان فلج اطفال، خوردن روزانه چند عدد خرما توصيه مي شود.

سالمندان نيز براي جبران كاهش سلول هاي مغزي بايد غذاهاي منيزيم دار مصرف كنند. منيزيم از عناصر موجود در خرماست. بويژه اين كه منيزيم به عنوان تنها ماده معدني ضد استرس در دنيا شناخت شده است.
مبتلايان به ديابت (مرض قند) مي توانند به جاي قند از خرما استفاده كنند. زيرا منيزيم موجود در آن كار كليه و لوزالمعده را آسان مي كند.
خرما در تعادل يونهاي بدن نقش مؤثري داشته و در شست وشوي خون، اثري شگرف دارد.
خرما چون كالري زياد ايجاد مي كند رطوبت را از بين مي برد. خرما ريشه حساسيت را از بين برده و در كليه التهابات (پوستي - چشمي- داخلي- گوش و...) مي توان خرما مصرف كرد.
براي مبتلايان به بيماري هاي رماتيسم و پوست و چشم و ... كه در نتيجه حساسيت به وجود آمده است داروي ارزنده اي است. استفاده از شير با گردو و خرما براي كليه بسيار مفيد است و در زيبايي پوست مؤثر است.
خرما براي كساني كه دوره نقاهت را مي گذرانند لازم است و همچنين مانع تجمع چربي شده و به دليل دارا بودن عناصر مفيد براي كبد، دفاع بدن را در برابر امراض بالا مي برد.
خرما براي بيماراني كه از چربي خون و چاقي، ناراحتي هاي تنفسي و بويژه تنگي نفس (آسم) رنج مي برند، مفيد است. با مصرف خرما كار غده تيروئيد نيز تنظيم مي شود.
زناني كه قرص ضد بارداري مصرف مي كنند بهتر است به گونه اي مرتب و روزانه از جيره غذايي خرما استفاده كنند.
خرما در انسان آمادگي تفكر به وجود مي آورد.
جوش جواني يا آكنه را بهبود مي بخشد و يكي از عناصر تجديد قواي جواني به شمار مي رود. در همين حال خرما براي رويانيدن مژه و درمان زخم و خارش چشم مفيد است.
علاوه بر اين چند عدد خرما بدون هسته را مي توان سوزانيد و پودر بسيار نرم آن را به صورت سرمه روزي يكبار در پلك ها ماليد.
لازم به ذكر است زياده روي در مصرف خرما موجب گرفتگي كبد و طحال شده و فشار خون را بالا مي برد و سبب پوسيدگي و كرم خوردگي دندانها مي شود. همچنين چاقي به همراه دارد. پس بهتر است به ميزان لازم مصرف شود و حدود مصرف حفظ شود. خرما داراي ماده اي شبيه هورمون كورتون است كه براي تسكين التهاب مؤثر است.
احاديث و روايات
درخت باليده و بلندي را كه داراي الياف تودرتو و متراكم است روزي بندگان خود قرار داديم و به آن كشور مرده اي را زنده كرديم.
قرآن كريم

اي مريم درخت خرما را بتكان كه براي تو رطبي روشن و تازه فروريزد و بخور و بياشام و چشمانت را از آن روشن گردان.
سوره مريم
ميان فرزندانتان عدالت و مساوات برقرار كنيد اگر چه با دو نيمه يكدانه خرما باشد.
رسول اكرم(ص)
نخل از بازماندگان گل آدم آفريده شده است.
رسول اكرم(ص)
ازامام صادق(ع) نقل شده: خرما شفاي امراض است و ميوه ا ي است كه درد و ناراحتي ندارد.

# خواص میوه ها و تأثیر آن در تعادل سیستم بدن

منبع:روزنامه کیهان
هر يك از ميوه هاي تابستاني داراي خواصي هستند كه خوردن آنها در فصل گرما كه بدن به مايعات و املاح معدني بيش از ساير فصل ها نياز دارد، نقش اساسي در ايجاد تعادل براي سيستم بدن دارد.براساس گزارش هاي وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشكي، مصرف روزانه ميوه، كلسترول خون را 10درصد، احتمال وقوع سكته مغزي را 40درصد و احتمال بروز سكته قلبي را به ميزان 15درصد كاهش مي دهد.
مديركل دفتر بهبود تغذيه جامعه وزارت بهداشت در اين زمينه به خبرنگار ايرنا، گفت: اشخاصي كه به صورت بلندمدت و روزانه مصرف هشت عدد توت فرنگي معادل 45كالري را در برنامه غذايي خود قراردهند، سطح فولات (اسيدفوليك) در خونشان به طرز چشمگيري افزايش پيدامي كند.
«سيدمرتضي صفوي» با بيان اينكه فشار خون بالا يكي از عوامل خطرساز بروز سكته هاي قلبي است، افزود: توت فرنگي با كاهش فشار خون، با اين عامل خطرساز مقابله مي كند.
وي اظهار داشت: اين ميوه خوش آب و رنگ، اشتهاآور و تقويت كننده نيز است كه اگر آن را به صورت له شده، با آب يا آب پرتقال مخلوط كنند، نوشيدني خوش رنگي به دست مي آيد كه عطش و خستگي را رفع مي كند.صفوي افزود: افرادي كه از ضعف حافظه رنج مي برند و يا نگرانند كه با افزايش سن، قدرت حافظه خود را از دست بدهند، بايد به خاطر داشته باشند كه مصرف بلند مدت توت فرنگي به نحو مؤثري، باعث تقويت حافظه مي شود.اين متخصص تغذيه گفت: انواع سيبهاي تابستاني با داشتن ويتامين هاي «اي»، «ب»، «سي» و پتاسيم، در تأمين املاح و ديگر ويتامين هاي بدن نقش دارند و سيب به سبب داشتن فيبر فراوان به حفظ سلامت دستگاه گوارش كمك كرده، در كنترل قند و چربي خون نقش دارد.
صفوي از هندوانه نيز به عنوان محصولي مفيد در تأمين آب و املاح بدن ياد و تصريح كرد: اين محصول كه از جمع صيفي جات است، با داشتن مقادير فراوان آب، پتاسيم، منيزيم، ويتامين «سي» و ويتامين «اي» نقش مهمي را در حفظ آرامش اعصاب ايفاء مي كند.
وي گفت: آلبالو نيز كه از غني ترين منابع ويتامين «سي» است، با داشتن يك عامل ضدباكتري، در پيشگيري از پوسيدگيهاي دندان و بيماريهاي لثه مفيد است.
صفوي به افرادي كه در شرايط فشار رواني(استرس) قرار دارند و يا سيگار مي كشند، توصيه كرد كه روزانه ميوه و سبزي حاوي ويتامين «ث»

مصرف کنند.
وي گفت: اين ويتامين در فلفل سبز دلمه اي، پرتقال، کيوي و ساقه سبز پيازچه، موجود است.

# باقلا اثري نيرو بخش دارد

منبع:روزنامه جوان
باقلا حاوي ويتامين هاي آ.ب.ث و املاح مفيدي از جمله آهك، فسفر، آهن و غيره مي باشد. به همين علت در گروه خوراكي هاي خون ساز قرار دارد و مغز قلم استخوان ها را نيز تقويت مي كند. براي افرادي كه دوره نقاهت را به سر مي برند، باقلا اثري نيروبخش دارد و در مبتلايان به برونشيت ايجاد خلط مي كند، ضمنا باقلا كليه ها را تقويت كرده و به ريه ها نيرو بخشيده و سلول هاي مغز استخوان را فعال مي سازد. اين خوراكي زود هضم بوده و به سرعت از معده مي گذرد و با خود فضولات را نيز به سهولت دفع مي كند، ضمنا سينه و ريه را پاك و تقويت و سرفه هاي خشك را درمان مي كند. براي درمان رماتيسم، سياتيك، نقرس و درد مفاصل توصيه شده است كه در حدود ?? الي ?? گرم از گل باقلا را در يك ليتر آب جوشانده و بعد از صافي گذرانده و در فواصل غذا يك فنجان از آن را نوش جان نماييد. به افرادي كه از ميگرن رنج مي كشند، سفارش گرديده است كه ?? الي ?? گرم از گل باقلا را جوشانده و در فواصل غذا يك فنجان بنوشند. توصيه مي شود هرگز آب پخته باقلا را دور نريزيد و آن را به همراه باقلا بنوشيد. زيرا گلو را نرم كرده و از توليد سنگ جلوگيري مي كند و گرفتگي معده را نيز برطرف مي كند. افراط در خوردن باقلا باعث نفخ و سنگيني معده شده و موجب كندي ذهن مي شود. البته اگر با آب آن خورده شود عوارض آن كمتر خواهد بود. خوردن باقلا همراه ماست، موجب دل پيچه مي گردد و اگر به طور تازه زياد مصرف شود باعث تاول دهان مي شود. بعضي افراد به باقلاي تازه حساسيت داشته و مبتلا به بيماري فاويسم مي شوند. علامت اين بيماري زرد شدن رنگ پوست بدن و احساس خستگي و سستي در اعصاب، پيدا شدن خون در ادرار، سردرد و استفراغ است. در اين عارضه خون بدن كم مي شود و درمان آن معمولا تزريق خون و سرم هاي غذايي است. بهترين راه براي جلوگيري از ابتلا شدن به اين بيماري دو لپه كردن باقلا و جوشاندن آن در آب و دور ريختن آب آن است و همچنين پختن آن در روغن و افزودن ادويه اي مانند آويشن، دارچين، فلفل، ميخك و از همه مهمتر گلپر مي باشد. افرادي كه به بيماري هايي نظير، كلسترول، تصلب شرائين، ضعف حافظه، آترومي، افسردگي، اسيداوريك، سردرد، ميگرن، نفخ دل درد، ماليخوليا، سنگ اورات، خارش پوستي، فشار خون، صرع، بادفتق، احتقان و يبوست مبتلا مي باشند نبايد در خوردن باقلا زياده روي كنند.

# تاثير توت در رفع تشنگي

منبع:روزنامه جوان
توت ميوه اي خوشمزه، شيرين و مطبوع بوده و داراي مواد مفيدي مثل پتاسيم، منيزيم، كليسم، فسفر و مقداري آهن و مواد قندي مي باشد كه ارزش دارويي آن را چند برابر مي كند. ميوه خشك شده آن نيز از تنقلات مفيد محسوب مي شود. توت براي افرادي كه مبتلا به قندخون مي باشند ضرري نداشته و افراد چاق نيز مي توانند از اين ميوه استفاده كنند البته به اين شرط كه توت را قبل از غذا با يك ليوان آب و يا يك استكان چاي مصرف نمايند تا مانع پراشتهايي اينگونه افراد بشود. توت حاوي فسفر بوده و بنا به اين علت يك ميوه عالي براي افرادي است كه به كارهاي فكري مشغول مي باشند. توت مدر، ملين، انرژي زا، ضدسوءهاضمه، تصفيه كننده خون، مقوي نيروي جنسي، كبد و طحال بوده از خشكي دماغ نيز جلوگيري مي كند.در طب كتب سنتي ذكر شده است كه براي محكم كردن لثه ها و جلوگيري از كرم خوردگي دندان ها بهتر است كه از مضمضه جوشانده برگ توت و يا از صمغ درخت توت استفاده نماييد در اين مورد بايد صمغ توت را خوب بجويد.
مصرف توت در موارد زير تاثير درماني دارد: تشنگي زياد، ضعف اعصاب، مسموميت، زخم معده و روده، ضعف حافظه، حصبه، آبله و ناراحتي ريه. خوردن توت علاوه بر رفع حساسيت بدن و نارسايي كبد به دفع سموم بدن و مواد سمي مثل اسيد اوريك، اوره و درمان نقرس ،كلسترول و ... نيز كمك مي كند. توت خشك در رشد كودكان و تامين انرژي حياتي و حفظ تندرستي سالمندان اثر بسزايي داشته و فعاليت كبد و قلب و كليه را تنظيم مي كند.خوردن توت بعد از يك غذاي سير موجب سوءمزاج مي شود. اشخاصي كه صاحب طحال ضعيف مي باشند در مصرف توت بايد احتياط كنند و زياده روي در مصرف توت موجب ناراحتي معده، قلب، اسهال و توليد صفرا مي شود.بايد دقت شود كه توت را چه موقع مصرف كنيد؛ توت كه براي تقويت اشتها موثر است اگر با پر بودن معده مصرف شود سبب سوءهاضمه مي شود. بنابراين در زمان و مكمل غذايي توت خشك در هنگام مصرف بايد دقت كرد.

# مصرف زيتون به جاي داروهاي مسكن

منبع:روزنامه كيهان
تحقيقات جديد، نشان مي دهد كه نوع مرغوب روغن زيتون داراي يك ماده شيميايي طبيعي است كه مانند يك داروي مسكن عمل مي كند.
نتيجه اين تحقيقات نشان مي دهد كه 50 گرم روغن زيتون فرآوري نشده، معادل يك دهم يك دز داروي ايبوپروفن اثر تسكين بخش دارد.
به گفته گروهي از پژوهشگران ماده اي كه در روغن زيتون وجود دارد يعني اولئوكانتال مانند يك داروي ضد التهاب موثر است.
پژوهشگران مي گويند درحالي كه اين ماده تا آن اندازه قوي نيست كه براي تسكين سر درد از آن استفاده شود، ولي نشان دهنده منافع رژيم هاي غذايي كشورهاي حوزه درياي مديترانه است.
ماده اولئوكانتال كه مقدار آن در زيتون تازه، بيشتر است مانند ايبوپروفن و ساير داروهاي ضد التهاب درفعاليت آنزيم هايي كه موجب التهاب و تورم مي شوند تاثير مي گذارد. عارضه التهاب به عوامل مختلف از جمله بيماري قلبي و سرطان ارتباط داده شده است.
رژيم غذايي كشورهاي حوزه درياي مديترانه كه روغن زيتون يكي از مواد اصلي آن است از مدتها قبل براي سلامتي انسان مفيد تشخيص داده شده بود و دركاهش خطر سكته مغزي،بيماريهاي قلبي، سرطان پستان، سرطان ريه و برخي از انواع فراموشي تاثير مثبت دارد.
پژوهشگران هنگامي متوجه خاصيت هاي تازه روغن زيتون شدند كه ديدند روغن زيتون فرآوري نشده به همان شيوه ايبوپروفن، موجب ناراحتي در قسمت عقب گلو مي شود.
روغن زيتون داراي رشته خواصي است كه ضد اكسيدان بودن از آن جمله است ولي اين كه بگوييم روغن زيتون اثر دارويي دارد، موضوعي است كه به تحقيقات بيشتري نيازمند است.
كلر ويليامسون يادآور مي شود كه مقدار چربي روغن زيتون زياد است و تنها در حد اعتدال بايد مصرف شود.

# چاي بابونه شفابخش است

منبع:روزنامه قدس
تازه ترين يافته ها نشان مي دهد چاي بابونه حاوي موادي است كه خواص درماني دارد. در طول هزاران سال، از اين چاي گياهي در درمان بسياري از بيماريها استفاده شده است. چاي خوش عطر گياهي بابونه براي آرامش و تسكين اعصاب مصرف مي شود. پيشتر عقيده بر اين بود كه آثار تسكين دهنده چاي به دليل خواص ضدالتهابي آن است. اما تحقيقات جديد خواص درماني چاي را تأييد مي كند. مصرف اين چاي، مقاومت بدن در مقابل عوامل بيماريزاي عفوني و سرماخوردگي را افزايش مي دهد. اين مطالعه يكي از مطالعات بي شماري است كه نشان مي دهد محصولات طبيعي گياهي حاوي موادي هستند كه خواص دارويي دارند. در يك تحقيق كوچك 14 شركت كننده براي مدت دو هفته روزي پنج فنجان چاي بابونه نوشيدند. از شركت كنندگان در اين مطالعه آزمايش ادرار گرفته شد. نتيجه آزمايشها نشان داد نوشيدن چاي بابونه سبب افزايش دو ماده به نامهاي هيپوريت و گليسين در ادرار مي شود. «هيپوريت» محصول تجزيه ماده فلاونوييد در چاي است. اين ماده خواص ضدباكتري دارد.
محققان مي گويند، افزايش «هيپوريت» در ادرار بعد از نوشيدن چاي مي تواند توجيه كننده خاصيت افزايش مقاومت در مقابل عوامل عفوني باشد. گليسين ماده اي است كه اسپاسم شديد عضلاني را بهبود بخشيده و سبب آرامش اعصاب مي شود. ميزان «هيپوريت» و «گليسين» حتي تا دو هفته پس از مطالعه در خون بالا مي ماند كه اين امر نشانگر خواص دراز مدت اين چاي گياهي است.

خروسك

علايم: تنفس دشوار، بطوريكه قسمتهاي تحتاني قفسه صدري با هر دم به سمت داخل كشيده مي شوند. خس خس كردن، تيره يا كبودشدن رنگ صورت از ديگر علائم آن است.خروسك به صدايي مي گويند كه بهنگام عبور هوا از ناي تنگ شده و تارهاي صوتي ملتهب بوجود مي آيد. معمولا تنها اطفال كوچك به اين ناراحتي دچار مي شوند؛ زيرا برونشهاي آنها باريك بوده و هنگام التهاب بر اثر مخاط مسدود مي شوند و شايعترين علت ايجاد التهاب نيز در برونشها، يا ويروسها هستند، مانند: سرماخوردگي و يا بعلت عفونتهايي نظير برونشيت.
در موارد نادر بعلت ورود جسم خارجي در راههاي هوايي بوجود مي آيد. اين بيماري در كودكان بزرگتر خطر زيادي در بر ندارد و به آن ورم تارهاي صوتي (لارنژيت) گفته مي شود.درصورتي كه خروسك كودك شما شديد باشد، مشكلات تنفسي بوجود خواهد آورد و بايد بصورت اورژانس درمان شود.
چه بايد كرد؟
خونسرد باشيد و كودك خود را نيز آرام كنيد تا بر اثر ترس و دلهره وضعيت تنفسي وي بدتر نشود.
هواي مرطوب مي تواند اثري تسكين دهنده بر كانالهاي تنفسي كودك داشته باشد. اگر هواي بيرون خنك و مرطوب است كودك را كنار پنجره ببريد و او را تشويق كنيد تا نفس عميق بكشد يا او را به حمام برده و با بازكردن شيرآب داغ، فضايي بخار آلود ايجاد كنيد.
هنگان خواب يا استراحت زير سر كودك بالش يا تكيه گاهي بگذاريد يا او را به حالت نشسته در آغوش خود بگيريد، زيرا در اين وضعيت نفس كشيدن راحت تر صورت مي گيرد.
اگر پوست كودك كبود يا تيره شده و براي تنفس تقلا مي كند كه بايد بصورت اورژانس به دكتر مراجعه كنيد و در صورتي كه كودكتان دچار حمله خروسك شده است، فورا نزد پزشك برويد.
در صورتي كه علائم جدي باشند، دكتر كودك را زير اكسيژن قرار مي دهد.
هنگام حمله اگر جسم خارجي در مجاري هواي كودك وجود داشته باشد بايد سريعا آن را خارج سازيد.

# گلهاي تيغ دار از سرماخوردگي جلوگيري مي كنند

منبع:روزنامه قدس
محققان آمريكايي اعلام كردند درمان گياهي سرماخوردگي با گل تيغي مي تواند ريسك ابتلا به اين بيماري را تا 50 درصد كاهش دهد. به نقل از بي بي سي، اين گياه درصد ابتلا به سرماخوردگي را تا حدود 58 درصد كاهش داده و طول دوره آن را تا يك روزكاهش مي دهد.
متخصصان معتقدند مجموعه اي از 9 گياه وابسته به گونه تيغي كه در مناطق آمريكاي شمالي يافت مي شود كمك زيادي به سلامت سيستم ايمني بدن مي كند.
در تحقيقات مركز پزشكي آمريكا مشخص شده اين گياه بايد همراه ويتامين c مصرف شود تا ابتلا به سرماخوردگي را تا 86 درصد كاهش دهد.بيش از 800 نوع ماده وجود دارد كه تركيبي از گياه تيغي در آن ديده مي شود.

انجیر میوه درمانگر

انجیر ضد سرطان بوده و در معالجه بيماريهاي پوستي موثر است.
انجیر چاق کننده است. افرادي که مي خواهند وزنشان اضافه شود و يا براي بيماراني که دوره نقاهت خود را مي گذرانند، بسيار مفيد است. بنابراين مي توان آن را با شير سويا مخلوط و بين غذاها مصرف کرد.
انجیر يبوست را برطرف کرده و يکي از بهترين ميوه ها براي تميز کردن روده بزرگ و رفع يبوست است. در قديم براي از بين بردن يبوست از شربت انجير استفاده مي کردند.
براي درمان ناراحتي هاي سينه حدود 20 گرم از خرما، عناب، انجير خشك و مويز را با هم مخلوط و آسياب کرده سپس اين پودر را با يك ليتر آب جوشانده تا حجم آن به نصف برسد. از اين جوشانده مي توان به مقدار سه فنجان در روز مصرف نمود.
جوشانده انجير خشك درمان کننده التهاب مجاري دستگاه تنفسي، کليه، ذات الريه، ذات الجنب، سرخك، مخملك و آبله مي باشد.
براي برطرف کردن سياه سرفه، برونشيت و ذات الريه از قهوه انجير استفاده کنيد و براي درست کردن اين قهوه انجير را ابتدا بو داده و سپس آن را آسياب کنيد تا بصورت پودر درآيد.
انجير دستگاه هاضمه را تقويت مي کند. همچنين براي درمان سوء هاضمه مفيد است.
سوپ انجير بسيار مقوي بوده و براي افزايش شير در زنان شيرده مفيد است. براي تهيه سوپ، انجير نارس را با گوشت بپزيد.
براي برطرف کردن ورم گلو، 50 گرم انجير زرد را در 500 گرم شير، به مدت 15 دقيقه نگه داشته سپس آن را غرغره و مقداري نيز از آنرا بنوشيد (مي توانيد آن را با عسل هم شيرين کنيد).
جوشانده انجير خشك در شير براي درمان آنژين، ورم لثه و ورم مخاط دهان نيز موثر است.
مخلوط شير بز و انجير سياه يکي از داروهاي بسيار موثر براي درمان آرتروز و درد مفاصل، مي باشد. اين مخلوط سموم مختلف را از بدن خارج کرده و درد را از بين مي برد.
انجير را مي توان همراه با ميوه هاي ديگر مصرف کرد. اما با ميوه هاي اسيدي مانند پرتغال و گريپ فروت سازگار نيست.
انجير براي افرادي که قند خونشان پايين مي آيد و يکباره احساس ضعف مي کنند مناسب است. زيرا قند آن به سرعت در روده کوچك جذب مي شود. خوردن انجير باعث افزايش نيروي جنسي مي شود.

انجير تقويت كننده كبد است. چنانچه ترشح ادرار كم باشد خوردن انجير باعث ازدياد آن مي شود. همچنين انجير تعرق را زياد و باعث كاهش حرارت بدن مي شود.
گفتني است، انجير براي كبدهاي ضعيف مناسب نيست و كساني كه كبد ضعيف دارند بايد انجير را با گردو بخورند.
همچنين زياده روي در مصرف انجير توليد نفخ شكم و اسهال كرده و براي چشم نيز مضر است.

# گريپ فروت براي سلامت قلب و عروق و كاهش وزن بدن مفي

منبع:روزنامه كيهان
گريپ فروت سرشار از ويتامين «ث» و پتاسيم، منبعي غني از آهن، كلسيم و ساير مواد معدني است.انواع سرخ و صورتي گريپ فروت انباشته ازكاروتن يعني زمينه ساز ويتامين «آ» است. فيبر گياهي آن فراوان ولي ميزان كالري آن جزئي است. داراي بيوفلاونويد و شماري ديگر از مواد گياهي است كه از انسان درمقابل بروز سرطان و بيماري هاي قلبي مراقبت مي كنند.
ميوه گريپ فروت، اشتها را تقويت و عمل هضم را آسان مي كند و جريان اسيد معده و ترشح كيسه صفرا را سرعت مي بخشد.گريپ فروت سرشار از ويتامين هاي «ث» و «ب» است. اين دو ويتامين درحفظ سلامت قلب و عروق بدن مؤثرند. همچنين به توليد قند و مواد حياتي دستگاه بدن كمك مي كند.گل هاي گريپ فروت، خاصيت ضدتشنج ولرز را دارد و دم كرده آن را موقع تشنج، زكام و تب مي نوشند.اگر گريپ فروت صبح ناشتا خورده شود، خواص ادارآور آن زياد شده و سموم را از بدن خارج مي كند.
گريپ فروت خون را تصفيه وكليه و كبد را پاكسازي مي كند، ضد خون ريزي بواسير است و عطش را رفع مي كند.گريپ فروت اختلالات مفصلي را درمان مي كند و همچنين براي كساني كه موهاي سرشان مي شكند مي توان آن را تجويز كرد، براي كساني كه عفونت هاي ريوي و تب خيز دارند مفيد است.
افرادي كه از رژيم گريپ فروت پيروي مي كنند، دچار كاهش وزن مي شوند. اما اين بدان جهت است كه آنها مواد غذايي ديگر را كم تر مي خورند و اين عمل به كاستي هاي غذايي مي انجامد. حتي اگر اين گونه باشد، گريپ فروت، ميوه مفيدي براي متعادل ساختن وزن بدن شمرده مي شود؛ و مقدار زياد فيبرگياهي آن، گرسنگي را فرو مي نشاند.چنانچه مي خواهيد از وزن تان بكاهيد، روزانه پيش از هر خوراكي، آن را بخوريد تا جلوي پرخوري تان را بگيرد، در ضمن ميان وعده ايده آلي به شمار مي رود.
جالب اين كه گريپ فروت سرشار از پكتين (الياف گياهي حل شدني) است كه به كاهش كلسترول خون كمك مي كند. همچنين پژوهش هاي اخير حاكي از آن است كه ميوه مورد بحث داراي مواد ديگري است كه از بروز بيماري ها پيشگيري مي كند.
بررسي شش ساله دانشگاه هاروارد كه توسط پزشكان و ساير كارشناسان بهداشت صورت گرفت، حكايت از آن داشته است كه مصرف

هفته اي 10وعده مواد غذايي سرشار از ليكوپن، سبب كاهش 50 درصد سرطان پروستات مي شود.گروهي از مبتلايان به آماس مفصل رماتيسمي، لوپوس و شماري ديگر از مبتلايان به اختلالات التهابي دريافته اند كه گويي مصرف هر روزه گريپ فروت نشانه هاي مرضي شان را تقليل مي دهد كه اين ويژگي از مواد شيميايي گياهي كه مانع از ايجاد پروستاگلاندين يعني ماده اي آماس زا مي شود، ناشي مي شود.
شايان ذكر است، افرادي كه به مركبات حساسيت دارند، احتمالا در برابر گريپ فروت نيز از خود حساسيت نشان مي دهند. اين حالت ممكن است به خاطر خود ميوه يا روغن موجود درپوست آن باشد.

## آب ميوه هاي طبيعي

آب ميوه طبيعي به عنوان ماده و غذايي غني از ويتامين ها و مواد معدني مي تواند جايگزين مناسبي براي ساير مايعات همچون نوشابه هاي گازدار باشد.نوشيدن يك ليوان آب ميوه طبيعي معادل دوواحد ميوه است، آب ميوه مصنوعي هرگز نمي تواند خواص آب ميوه طبيعي را داشته باشد، چرا كه حاوي افزودني و نگه دارنده هاست؛ همچنين با مقادير زياد قند، احتمال بروز چاقي و پوسيدگي دندان را نيز در افراد افزايش مي دهد.پزشكان شير را نوشيدني هاي مفيد و مناسب براي رفع تشنگي دانسته و مي گويند: اين نوشيدگي با تأمين نياز روزانه بدن به كلسيم دركاهش بروز پوكي استخوان در افراد به ويژه سالمندان بسيار موثر است، به طوري كه سه ليوان شير نياز روزانه افراد بالغ را به كلسيم تأمين مي كند.

هندوانه خنك

محققان كشاورزي آمريكا اعلام كردند: خوردن هندوانه بسيار سرد ممكن است دلچسب تر باشد، اما خواص تغذيه اي آن كمتر از هندوانه اي است كه در دماي اتاق نگه داشته شده است.هندوانه هايي كه در دماي معمولي اتاق نگهداري مي شوند، نسبت به نوع يخچالي و خيلي خنك اين ميوه به مراتب خواص بيشتري دارند و در واقع خواص تغذيه اي خود را حفظ مي كنند.به گفته اين محققان، هندوانه سرشار از ليكوپن است. ليكوپن آنتي اكسيداني است كه موجب رنگ قرمز در ميوه هايي چون هندوانه و گوجه فرنگي مي شود و مي تواند از ابتلا به بيماري هاي قلبي يا برخي از انواع سرطان ها جلوگيري كند. اين محققان دريافتند كه هندوانه حتي پس از اين كه از بوته اش چيده مي شود، به توليد موادمغذي ادامه ميدهد، اما در صورت سردشدن اين روند آرام مي شود.

عمر معمول هندوانه در دماي 13 درجه سيليسيوس پس از برداشت محصول بين 14 تا 21 روز است اما در دماي يخچال طول عمر اين ميوه كاهش پيدا كرده و پس از يك هفته ميوه خراب شده و خواص خود را از دست مي دهد.

# بروكلي و گوجه فرنگي، دو ميوه مفيد براي سلامت مردان

منبع:روزنامه كيهان
تحقيقات نشان مي دهد بروكلي و گوجه فرنگي، سبزيجاتي كه خاصيت ضدسرطاني آنها تأييد شده به لحاظ اثر بر تومورهاي پروستات نيز مورد توجه قرار گرفته اند و نكته مهم مصرف اين دو با هم است.
به گزارش وب مد محققان مي گويند اثر مضاعف فوق به اين دليل است كه تركيبات فعال بيولوژيك مختلف هر يك در راههاي ضدسرطاني متفاوت عمل مي كنند.
آزمايشات انجام شده در موش هاي آزمايشگاهي نشان داده است تغذيه آنها با پودر گوجه و بروكلي باعث كاهش وزن تومورهاي پروستات در اين حيوان شده است. بروكلي به تنهايي باعث كاهش 42 درصدي وزن تومورها شد و اين ميزان براي گوجه فرنگي 34درصد بود.شايد تنها درماني كه به سطح اثر رژيم غذايي حاوي بروكلي و گوجه فرنگي مي رسد جراحي است كه گزينه مطلوبي براي مردان نيست.
به گفته محققان اينكه تأثير اين دو ماده خوراكي با اثر جراحي قابل مقايسه است حائز اهميت مي باشد.
توصيه اين محققان به مردان سالمندي كه مبتلا به سرطان پروستات با رشد كم هستند و شيمي درماني و پرتودرماني مي كنند اين است كه تغيير رژيم غذايي شان به سمت مصرف بروكلي وگوجه بيشتر را جدي بگيرند.براي بهره مندي از فوائد ضد سرطاني اين مواد كه در مطالعه فوق مطرح شده، يك مرد 55ساله بايد روزانه 4/1 فنجان بروكلي خام و 5/2 فنجان گوجه تازه، يك فنجان سس گوجه مصرف كند.اين مطالعه نشان مي دهد خوردن موادغذايي بطور كامل بهتر از مصرف اجزاء جدا شده آنهاست. براي مثال خوردن يك گوجه فرنگي كامل بر دريافت قرص حاوي ليكوپن ارجحيت دارد و گوجه پخته حتي بهتر از خام آن است. پختن گوجه و بخارپز كردن يا حرارت دادن بروكلي قابليت دسترسي بيولوژيك اجزاء ضدسرطاني موجود در آنها را افزايش مي دهد.
همچنين درمورد بروكلي تركيبات مفيد پس از بريدن اين سبزي به قطعات تشكيل مي شوند. بنابراين توصيه مي شود 5دقيقه قبل از پختن به دو يا چهار قسمت تقسيم شود. بروكلي و گوجه فرنگي موادي هستند كه تهيه و پخت آساني دارند و براي وعده هاي مختلف غذايي شامل ناهار و شام و حتي خوراك جزئي عصرانه مي توان از آنها استفاده كرد.

# هندوانه بخوريم يا ليكوپن؟

نويسنده:نيوشا قره گوزلو
كدام يك از ما تا كنون برش هاي قرمز رنگ هندوانه معروف به «شتري»را نخورده است؟ اين ميوه سرد و تر بهترين ميوه تابستان است كه بدن را شاداب مي كند.
هند + وانه: همان طور كه از نام اين ميوه پيداست زادگاه اصلي هندوانه هندوستان است به همين خاطر وجه تسميه آن -هندوانه- است و به معناي ميوه هند معروف شده است گرچه اكنون در تمام نقاط جهان كاشته مي شود.هندوانه از خانواده بزرگ كدوييان است و به روز هاي گرم و آفتابي بسيار نيازمند.انواع آن عبارتند از: قرقي، محبوبي، جهرمي، تركمن، شريف آباد، يوسف سفيد همدان و...
خواص هندوانه: خواص اين ميوه بهشتي خيلي بيشتر از چيزي است كه ما تصور مي كنيم. ?? در صد كالري هندوانه را قند تشكيل مي دهد آن هم قند طبيعي كه ديگر دشمن ما نيست! بلكه ماده غذايي حياتي براي تامين سوخت انرژي به ويژه مغز است. ازآن جا كه اين ميوه مدراست به پايين آوردن فشار خون كمك مي كند و به خاطر خنك بودنش براي افراد گرم مزاج بسيار خوب است. طب قديم مي گويد: براي رفع خارش بدن هندوانه را با تمر هندي بخوريد.براي بر طرف كردن تب و گرماي بدن هندوانه را با شيرخشت ميل نماييد و براي بيشتر خنك كردن بدن در روزهاي گرم تابستان هندوانه را با شكر نوش جان كنيد! مطالعات جديد نشان مي دهد كه نبايد از خوردن پوست سفيد داخل هندوانه نيز غافل بود زيرا براي زخم گلو و دهان موثر است. هندوانه تشنگي را برطرف و ادرار و عرق را زياد و به همين دليل تا حد زيادي خون را پاك مي كند. از توصيه هاي طب قديم است كه مي گويد از خوردن مرباي پوست سفيد هندوانه غفلت نكنيد زيرا سرفه را درمان مي كند به شرط آن كه مربا را با عسل و شكر توامان طبخ كنيد. چرا هندوانه قرمز است؟ اين ميوه چاره اي جز قرمز بودن ندارد چون حاوي مواد شيميايي طبيعي به شكل رنگدانه هاي قرمز رنگ مانند گوجه فرنگي است.با خوردن هندوانه قرمز رنگ بدن ما ليكوپن را از ديواره سلولي ميوه دريافت مي كند. مطالعات نشان مي دهد يك فنجان ونيم هندوانه حاوي ?تا??ميلي گرم ليكوپن است و به طور متوسط ليكوپن موجود در اين ميوه ?? در صد بيشتر از ليكوپن موجود در گوجه فرنگي است.

# سير، دشمن باكتري و ويروس

سير يك گياه علفي دوسانه و چندساله است كه از خواص دارويي زيادي برخوردار است از جمله مهمترين آنها تاثير اين گياه در رفع گرفتگي عضلاني است.
«محمودرضا دادوند» كارشناس گياهان دارويي و عضو پژوهشكده گياهان دارويي جهاد دانشگاهي در خصوص ساير مزاياي اين گياه دارويي در گفت وگو با ايرنا افزود سير در كاهش فشارخون و افزايش گلبول سفيد خون موثر است.
وي گفت: تحقيقات پزشكي نشان داده است كه سير مي تواند بسياري از انواع باكتري ها، برخي از ويروس ها، عفونت هاي قارچي و حتي انگل هاي روده اي را از بين ببرد.
دادوند افزود: سير همچنين بطور سنتي جهت درمان برونشيت مزمن، سرماخوردگي، سياه سرفه و آسم ناشي از برونشيت مصرف مي شود.
اين كارشناس گياهان دارويي در زمينه موارد منع مصرف سير گفت: سير را در دوران شيردهي و بارداري نبايد مصرف كرد.
مهمترين بخش اين گياه كه مصرف دارويي و طبي دارد، هسته آن است ، هر هسته سير از 4 تا 30 دانه تشكيل شده است و وزن هر دانه به حدود يك گرم مي رسد.
عضو پژوهشكده گياهان دارويي جهاد دانشگاهي اضافه كرد: سير در بيشتر نواحي ايران بخصوص در نواحي شمالي كشور مي روید و ارتفاع ساقه آن به 30 تا 100 سانتيمتر مي رسد.
گلهاي سير به رنگ صورتي كم رنگ يا سبز متمايل به سفيد است كه هر بوته آن هشت تا 20 حبه دارد.
دادوند گفت: يكي از راه هاي مصرف سير استفاده از دانه خشك شده آن به ميزان دو تا چهار گرم بصورت سه بار در روز است.
مصرف خارجي آن باعث تحريك و سوزش پوست بدن شده و ممكن است باعث ايجاد التهاب و تاول شود.
سير عمدتا در درمان نفخ شكم، ورم روده و بعنوان خاصيت كرم كشي بصورت داخلي مصرف مي شود.
سير به عنوان ادويه در غذاهاي گوشتي، سس و سوپ به كار مي رود و بطور گسترده اي در كشورهاي منطقه مديترانه و در شرق استفاده مي شود.
بوي سير كه براي برخي از افراد مشمئزكننده و زننده است، جذب خون مي شود و در نتيجه از طريق تنفس و حتي پوست بدن فرد به مشام مي

رسد.
گفته مي شود كارگران ساختماني كه اهرام مصر را مي ساختند براي مراقبت از خود در قبال بيماري ها سير مصرف مي كردند. همچنين گورکنان فرانسوي در اوايل قرن نوزدهم عصاره سير مصرف مي كردند تا از ابتلاي آنها به طاعون كه جان بسياري از انسانها را در اروپا تلف كرد، پيشگيري كند.

# هويج دشمن كم خوني

منبع:روزنامه كيهان
متخصصان تغذيه مي گويند: مصرف هويج باعث توليد املاح معدني خون شده و ضد كم خوني است .
هويج فعاليت روده ها را تنظيم مي كند. ضد اسهال و نرم كننده و ضد عفونت روده ها و التيام دهنده زخم روده است.هويج به مقدار زياد كاروتن دارد و ضد صفرا و بيماري هاي كبدي است.هويج له شده، اثر تسكين دهندگي بر روي زخم ها دارد. همچنين هويج در درمان بيماري هاي پوستي مختلف مانند خارش، اگزما و سوختگي ها بسيار سودمند و در بيماري تنگي نفس و ضد اعصاب مفيد بوده و همچنين عطش را از بين مي برد. اين ميوه در درمان جوش هاي صورت مؤثر و در معالجه رماتيسم، نقرس و كم شيري مادران سودمند است.
علاوه بر اين، مقدار كلسترول خون را كم مي كند، لذا براي زيبايي چهره مفيد است.هويج براي درمان بواسير، يبوست و عفونت هاي ريوي نيز مفيد است.شيره هويج، ماده تميز كننده پوست و تقويت كننده نور چشم و حتي در جلوگيري از رشد سلول هاي سرطاني مفيد است.آب هويج نيز براي درمان زرد زخم مؤثر است. آب هويج مخلوط با شير، در معالجه بيماري گرفتگي صدا مفيد است و اگر آب هويج خام يا مخلوط با شير را صبح ناشتا ميل كنند براي معالج آسم مؤثر است.لازم به ذكر است، هويج براي كساني كه ضعف دارند و يا دچار كمبود املاح معدني شده اند و اختلالات رشدي و نرمي استخوان دارند، بسيار سودمند است .

آب هندوانه

منبع:روزنامه کیهان
هندوانه برطرف کننده التهاب و عطش، سازنده و رقیق کننده خون و به خاطر دارابودن سلولز زیاد نفاخ است.
---
هندوانه منبع غني ويتامينA(به شكل بتاكاروتن) و ويتامينC است. اين ميوه پرفايده التهاباتي را كه در بيماريهايي نظير آسم، تصلب شرائين، سرطان روده و التهاب مفاصل وجود دارد، از بين مي برد.
---
همچنين منبع خيلي خوبي از آنتي اكسيدان كاروتنوئيدي بنام ليكوپن است. ليكوپن يك رنگدانه شيميايي است كه باعث ايجاد رنگ قرمز در هندوانه مي شود و اثرات ضداكسيداني قوي دارد. اين آنتي اكسيدان به تمامي نقاط بدن رفته و راديكال هاي آزاد را خنثي مي كند.
---
باعث اكسيده شدن كلسترول مي شوند، در نتيجه كلسترول به ديواره رگهاي خوني مي چسبد و مي تواند باعث بروز حملات قلبي و سكته شود.
---
باعث انقباض و بسته شدن راههاي تنفسي و در نتيجه تشديد حملات آسم مي شوند.
---
باعث افزايش التهابات ناشي از استئوآرتريت1 و آرتريت روماتوئيد 2 مي شوند، در نتيجه تخريب مفاصل را در اين شرايط بيشتر مي كنند.
---
باعث آسيب سلولهاي ديواره روده و تبديل آنها به سلولهاي سرطاني مي شوند.
---
خوشبختانه ويتامينC و بتاكاروتن بعنوان آنتي اكسيدن هاي قوي (كه هر دو در هندوانه به مقدار فراوان وجود دارند)، راديكال هاي آزاد را به دام انداخته و از اثرات مخرب آنها در بدن جلوگيري مي كنند.
---
يك ليوان آب هندوانه 20 درصد نياز روزانه به ويتامينCو 14 درصد نياز روزانه به ويتامينA را تأمين مي كند.
---
اين ميوه به دليل دارا بودن ويتامين(آ) و (ث)، براي افراد گرم مزاج بسيار

مفيد است؛ معده را تقويت كرده و به كساني كه ناراحتي معده دارند، مصرف آب آن توصيه مي شود. خوردن هندوانه در ناشتا مناسب نيست و بهتر است كه بعد از غذا ميل شود.

---

مغز تخم هندوانه از بين برنده كرمهاي موجود در معده و روده بوده و پوست سفيد هندوانه براي زخم گلو و دهان بسيار مؤثر است.

---

هندوانه با 92 درصد آب براي كليه مفيد است. پزشكان قديم از جمله ابن سينا براي بيماريهاي كليه خوردن هندوانه را تجويز مي كردند

# سويا، لوبياي سحرآميز

نويسنده:اشرف پورمند
دانه گياهي نه چندان محبوب
سويا از انواع حبوبات است كه محل كشت اوليه آن در آسيا بوده اما توليد انبوه آن در امريكا آغاز شد. اين دانه نه چندان محبوب را مي توان يك دانه همه كاره ناميد. سوياي گياهي مدت ها است غذاي مردم آسيا به ويژه چين بوده است و چيني ها آن را همراه برنج به عنوان غذاي اصلي خود مي خورند.
سويا در ايران
سويا در ايران به نام لوبياي روغني، لوبياي چيني، سوژاودانه سويا معروف است و هنوز نمي دانيم كه ورود اين دانه پر ارزش به چرخه غذايي مان در چه زمان بوده است.
سويا گياهي است كه ???? گونه آن شناخته شده و رنگ دانه آن بر حسب انواع مختلف متفاوت است و انواع رنگ هاي زرد، سياه، سفيد، خاكستري، خالدار آن در مغازه ها و عطاري ها موجود است.
با كشف خواص متعدد سويا و پيشرفت علم فناوري صنعت غذا تحولات بسيار عظيمي را در نوع شيوه مصرف اين گياه به وجود آورده و فرآورده ها و محصولات متنوعي از سويا تهيه و به بازار عرضه مي شود از آن شمار:شير سويا، آرد سويا، خمير سويا، جوانه سويا، سويا برگر و هات داگ سويا، پنير حاصل از شير سويا، آجيل سويا كم چرب تر از بادام زميني، دانه هاي سوياي پخته شده كه مثل حبوبات مصرف مي شود، شير خشك سويا و سس سويا.
سويا چه دارد؟
سويا به دليل داشتن مواد مغذي و تركيبات شيميايي سبب بهبود عملكرد بسياري از اندام هاي بدن در نتيجه كاهش بيماري ما مي شود:
* كاهش وزن: به علت دارا بودن مقادير زيادي فيبر سبب كاهش بافت هاي چربي مي شود و علاوه بر آن به علت داشتن كالري بالا انرژي بيشتري را در بدن توليد مي كند و مانع از مصرف بي رويه غذا مي شود.
* تقويت حافظه: مصرف سويا باعث افزايش هوش و تقويت حافظه مي شود كه علت اصلي آن پروتئين موجود در اين گياه و شيوه عملكرد آن بر مغز تشخيص داده شده است.
* كاهش كم خوني: استفاده ?? درصد سويا به همراه گوشت قرمز فرآيند جذب آهن را افزايش مي دهد و مداومت در استفاده آن كاهش كم خوني را درپي دارد و تحقيقات انجام شده نشان داده اند افرادي كه در غذاي

خود سويا مصرف مي كنند كمتر به كم خوني مبتلا مي شوند.
* بهبود پوست: وجود استروژن و كلاژن در اين دانه گياهي باعث تقويت پوست و حالت نرم و انعطاف پذير آن مي شود و مصرف مداوم اين گياه از شل شدن و افتادگي پوست جلوگيري مي كند.
از ديگر خواص اين گياه مي توان به هضم بهتر غذا، تقويت استخوان ها، كاهش عوارض ديابت، كاهش كلسترول و بيماري هاي قلبي و كاهش عوارض يائسگي اشاره كرد.

خواص عسل

اين ماده زرين، غـني و فـوق الـعـاده محصول معجزه آساي زنبـورهــاي عسل است و جايگزين منـاسبـي بـراي شـكـر سفيد به شـمـار مـي رود. هر چند در تمامي سال موجودمـي بـاشـد، امـا بايـد دانسـت كه در تابستان و پاييز بعمل مـي آيد و در اين موقع از سال از سايـر مـواقـع تـازه تر مي باشد.

فرايند اعجاب انگيز تهيه فرايند اعجاب انگيز تهيه عسل از چرخش زنـبـورهــا به دور گل ها شروع مي شود. آنها در همين حال شهد گـل ها را در دهـان خـود جـمـع مي كـنـنـد. شـهـد گـل هـا بـا آنــزيم مخصوصي كه در بزاق دهان زنبور وجود دارد، تركيب شده و طي يك فرايند شيميايي تبديل به عسل مي شود. زنبورها، عسل را به داخل كندو مي برند و آنرا درون حفره ها و ديواره هاي هر شبكه از كندو ذخيره مي كنند. ارتعاشي كه از بال زدن هاي آنها ايجاد مي شود، كار تهويه را انجام داده و موجب مي شود رطوبت بيش از اندازه آن از بين رفته و آماده مصرف گردد.

فوايد

علاوه بر اينكه عسل به عنوان شيرين كننده مغذي و طبيعي به شماره مي رود، تحقيقات حاكي از اين امر هستند كه تركيبات منحصر بفرد عسل، از آن يك ضد ميكروب و ضد اكسيدان قوي درست مي كنند.

عسل ناخالص (خام) – ماده اي ضد باكتري، ضد ويروس، ضد قارچ

خواص عسل – مانند اكثر مواد غذايي – به كيفيت آن بستگي دارد؛ اما در اين مورد بخصوص، كيفيت از اهميت بالاتري برخوردار است، چراكه گرده هايي كه به پاهاي زنبور عسل مي چسبند، خاصيت درمانيشان در گياهان مختلف، متفاوت مي باشند. به علاوه در فرايند درست شدن عسل بسياري از مواد مغذي در داخل كندو باقي مي ماند. مي توان گفت كه عسل ناخالص ( يا همان عسل اوليه) حاوي همان صمغي است كه در موم وجود دارد. موم گاهي اوقات با نام "چسب زنبور" نيز شناخته مي شود كه عبارت است از يك مخلوط مركب صمغي شكل و مواد ديگري كه زنبور هاي عسل با استفاده از آن كندو را آب بندي مي كنند و آنرا درمقابل باكتري و ساير ميكرو ارگانيسم ها محفوظ نگه مي دارند. زنبور عسل موم را با تركيب كردن صمغ گياهان با ترشحات خود درست مي كند. جالب است بدانيد كه موادي شبيه به قير خيابان نيز در موم ديده مي شود. گاهي اوقات زنبورهاي نگهبان از پرده هاي خاصي در داخل هر يك از حفره هاي كندو استفاده مي كنند تا موم را در آن محوطه انباشته كنند، سپس ساير زنبورها از اين ماده در دورتادور شانه عسل استفاده مي كنند و كليه

شكاف ها را از اين صمغ ضد باكتري، ضد ويروس و ضد قارچ پر مي كنند. صمغي كه در موم وجود دارد تنها حاوي مقدار كمي از مواد مغذي است كه در عسل يافت مي شود. تحقيقات نشان داده اند كه به طور كلي عناصري كه در عسل و موم وجود دارند مي توانند از بروز سرطان و تومور جلوگيري نمايند. از اين موارد ميتوان به فنيل كتينوري متيل اسيد، فني اتيل دي متيل كافيت اشاره كرد. محققان بر اين باورند كه اين تركيبات از بروز سرطان روده در حيوانات جلوگيري مي كنند كه اين امر با كم شدن فعاليت دو آنزيم با نام هاي فسفاتيديلينوسيتول نوعي فسفو ليپاز C ليپوكسيجن امكان پذير مي شود. زمانيكه عسل خام طي فرايند گرمايشي قرار مي گيرد بسياري از خواص مفيد اوليه خود را از دست مي دهد.

عسل كارايي ورزشي را افزايش داده و موجب بهبود جراحات مي شود

اصولاً از عسل به عنوان ماده اي انرژي زا استفاده مي كنند. در تحقيقات اخير ثابت شده كه از عسل همچنين مي توان به عنوان يك ماده ارگوژنيك (موادي كه قابليت اجرايي ورزشكاران را ارتقا مي بخشد) نيز استفاده كرد. همچنين اين ماده در بهبود زخم ها و ساير جراحات نيز نقش مهمي را ايفا مي كند.

سال ها پيش در زمان بازي هاي المپيك معمولاً ورزشكاران براي بدست آوردن نيرو و توان بيشتر از مواد غذايي مخصوصي استفاده مي كردند كه در اين ميان مي توان به عسل و انجير خشك اشاره كرد. در حال حاضر نيز عده اي از پژوهشگران تحقيقات خود را بر روي اين ماده شروع كرده اند. يكي از تحقيقاتي بر روي 39 نفر ورزشكار وزنه بردار كه هم شامل خانم ها مي شدند و هم آقايون، انجام شد. اين افراد تحت آموزش هاي سنگين وزنه برداري و بدن سازي قرار داشتند. آنها پس از اتمام تمرينات مكمل پروتيئن خود را يا با شكر يا مالتودكسترين و يا عسل مخلوط كرده و مصرف مي نمودند. قند خون گروهي كه از عسل استفاده مي كردند در تمام طول مدت 2 ساعت تمرين ثابت باقي مي ماند. همچنين قدرت ماهيچه ها و نيروي ذخيره شده در آن دسته از افرادي كه از مكمل پروتئين و عسل استفاده كرده بودند نسبت به سايرين افزوني داشت.

ثابت نگه داشتن قند خون در طي تمرينات استقامتي در كنار مصرف كربوهيدرات يكي از راههاي مناسب براي ذخيره گليكوژن در ماهيچه هاست. همانطور كه مطلع هستيد گليكوژن نوعي قند ذخيره شده در ماهيچه هاست كه حالت سوخت آماده مصرف را دارد. به همين دليل ورزشكاراني كه از عسل استفاده مي كردند گليكوژن كافي در ماهيچه هايشان ذخيره مي شد و روز آينده مي توانستند با بالاترين آمادگي و دارا بودن بالاترين ميزان سلامتي در تمرينات شركت كنند. تا اين لحظه ثابت شد كه عسل مي تواند به عنوان منبع ديگري از كربوهيدارت به

ورزشكاران كمك كند تا در بهترين وضعيت واكنش نشان دهند و مي توان ادعا كرد كه نسبت به تمام انتخاب هاي ديگر ارجحيت دارد.
از ديگر خواص شفا بخش عسل، مي توان به قابليت بالاي آن در بهبود جراحات اشاره كرد. براي قرن ها عسل به عنوان يك ماده ضد عفوني كننده و همچنين گندزدا مورد استفاده قرار مي گرفت و به صورت موضعي بر روي زخم ها، سوزش ها و جراحات استعمال مي شد. در يكي از بررسي هايي كه در هند انجام شده، محققان خواص دارويي عسل را با درمان قراردادي (سولفاديازين) بر روي 104 بيماري كه داراي سوختگي درجه يك بودند، امتحان كردند. پس از گذشت يك هفته از شروع درمان 91 % از بيماراني كه تحت معالجه با عسل قرار گرفته بودند، هيچ گونه عفونتي نكردند. اين در حالي است كه تنها 7% از افرادي كه از دارو استفاده كرده بودند، دچار عفونت نشدند. همچنين بسياري از بيماراني كه در گروه درماني عسل قرار گرفته بودند، قادر شدند تا خيلي زودتر بهبود پيدا كنند. يكي ديگر از مزاياي عسل در تحقيقي كه بر روي افراد سزارياني و هستوركتومي ( بيرون آوردن رحم) انجام شد، كاملاً مشهود است. بدن اين افراد خيلي زودتر از سايرين، از كليه عفونت ها پاك شد و خيلي زودتر از بيمارستان مرخص شدند.
واكنش شفابخش عسل آن هم زمانيكه به صورت موضعي استعمال مي گردد، از روند خاصي پيروي مي كند. از آنجاييكه عسل به طور اخص از گلوكز و فراكتوز ( دو نوع قندي كه آب زيادي به خود جذب مي كنند) تشكيل شده، به همين دليل آبي را كه در روي زخم ها جمع مي شود را به خود جذب مي كنند، از اينرو رشد باكتري ها و قارچ ها در آن محل متوقف مي شود. اين ميكروارگانيسم ها (همان موجودات ذره بيني "قارچ و باكتري") در محيط هاي مرطوب و نمدار رشد مي كنند.
همچنين عسل خام داراي آنزيمي به نام گلوكز اكسيداس مي باشد كه وقتي با آب مخلوط مي شود، پراكسيدهيدروژن توليد مي كند كه اين ماده خود به عنوان نوعي ضد عفوني كننده خفيف شناخته مي شود. علاوه بر آنزيم هاي خاصي كه در عسل يافت مي شوند و نقش مرهم را ايفا مي كنند، عسل شامل آنتي اكسيدان فلاوانويد نيز ميباشد كه نقش آنتي باكتريال را اجرا مي كند. يكي از ضد اكسيدانها، چينوسمرين نام دارد كه تنها مختص به عسل مي باشد، پژوهشگران هم اكنون در حال مطالعه اين عنصر هستند تا با خواص ضد اكسنده آن بيشتر آشنا شوند. يكي ديگر از مطالعات آزمايشگاهي بر روي عسل سترون نشده نشان داده است كه اين ماده واكنش بجايي در مقابل استافي لوكسز (باكتري كه در همه جا وجود دارد و باعث ايجاد عفونت در زخم هاي باز مي شود) از خود نشان مي دهد. عسلي كه رنگ آن كمي تيره تر است، به ويژه عسلي كه از گل

هاي گندم سياه، و تپلو درست شده باشد حاوي مقادير بيشتري آنتي اكسيدان نسبت به ساير انواع عسل ها مي باشد. همچنين عسل خام و عسلي كه تحت فرايندهاي شيميايي قرار نگرفته باشد، داراي مزاياي بيشتري نسبت به انواع مشابه خود مي باشد.
روزانه يك قاشق عسل بدن را در مقابل راديكال هاي آزاد محافظت مي كند
مصرف روزانه يك قاشق عسل گردش خون در رگ ها را تسريع مي بخشد و موجب توليد آنتي اكسيدانهاي خاصي در بدن انسان مي شود. اين امر در دويست و بيست و هفتمين نشست جامعه دارويي آمريكا كه در 28 مارچ سال 2004 در كاليفرنيا برگزار شد، به اثبات رسيد. در اين همايش "هيدرون گرس" زيست شيميدان و همكارانش 25 تحقيق مشابه را از دانشكده ديويس كاليفرنيا ارائه دادند. طي اين مطالعات، افراد تحت آزمايش علاوه بر رژيم غذايي روزانه خود، يك قاشق سوپخوري عسل مصرف ميكردند. پس از اينكه محققان نمونه هاي خوني آنها را در طي فواصل زماني معين، بر روي نمودار بردند، به اين نتيجه رسيدند كه ارتباط مستقيمي ميان مصرف عسل و ميزان پلي فنوليك (نوعي آنتي اكسيدان) در خون وجود دارد.
عسل براي افراد سالم، كسانيكه كلسترول بالا و ديابت نوع 2 دارند، مفيد ميباشد
در آزمايش هاي مختلفي كه بر روي افراد سالم و كسانيكه داراي كلسترول بالا بودند و يا اينكه دچار ديابت نوع دوم بودند، انجام شد، دانشمندان به اين نتيجه رسيدند كه عسل يكي از مناسب ترين شيرين كننده ها براي تمام گروه هاي ذكر شده مي باشد.
براي 15 روز، به 8 فرد سالم، 6 بيمار با كلسترول بالا، و 7 بيماري كه داراي ديابت نوع دوم بودند به ميزان مشابهي شكر، عسل مصنوعي، و عسل طبيعي خورانده شد.
در افرادي كه از سلامت كامل برخوردار بودند، مصرف شكر و عسل ساختگي يا تاثير منفي بر روي آنها داشت و يا به طور كلي هيچ تاثيري نداشت. اين در حالي است كه مصرف عسل طبيعي در اين افراد منجر به كاهش 7 درصدي كلسترول، 2% تري گليسريد، 6% هموسيستين ( يكي از فاكتورهاي ريسك ابتلا به بيماري هاي قلب – عروقي)، و 6% قند خون شد. همچنين HDL و يا همان كلسترول خوب خون آنها به ميزان 2% افزايش پيدا كرد.
در بيماراني كه داراي كلسترول بالا بودند، عسل مصنوعي ميزان LDL يا همان كلسترون بد خون را كاهش داد. اين امر در حالي است كه مصرف طبيعي عسل منجر به كاهش 8 درصدي كلسترول شد كه در اين ميان

سهم كلسترول بد خون 11% بود. همچنين پروتيئن انفعالي C نيز تا 75% كاهش پيدا كرد.
و نهايتاً در بيماراني كه مبتلا به ديابت نوع دوم بودند، مصرف عسل طبيعي باعث كاهش قابل توجه قند خون در آنها گرديد. بنابراين بهتر است كمي عسل را صبح ها در شير، ظهرها در ماست و يا يعد از ظهر در چاي خود مخلوط كنيد و از نوشيدن آن لذت ببريد. به نظر مي رسد كه مصرف يك قاشق عسل به طور روزانه، نياز شما به مصرف داروهاي مختلف را تا حد زيادي كاهش مي دهد.
هر چند آداب غذايي جديد، مانند گذشته به خواص غذايي فوق العاده عسل اهميت نمي دهد، اما نبايد فراموش كرد كه عسل حاوي مقادير زيادي ويتامين B2، ويتامين B6و آهن و منگنز مي باشد.
تعريف
عسل يك شيرين كنده چسبناك است كه به طور طبيعي توسط زنبورها براي تغذيه شخصي شان درست مي شود. تهيه عسل از چرخش زنبورها به دور گل ها شروع مي شود. آنها در همين حال شهد گل ها را در دهان خود جمع مي كنند. شهد گل ها با آنزيم مخصوصي كه در بزاق دهان زنبور وجود دارد، تركيب شده و طي يك فرايند شيميايي، تبديل به عسل مي شود. زنبورها، عسل را به داخل كندو مي برند و آنرا درون حفره ها و ديواره هاي هر شبكه از كندو ذخيره مي كنند. ارتعاشي كه از بال زدن هاي آنها ايجاد مي شود، كارتهويه را انجام داده و موجب مي شود رطوبت بيش از اندازه آن از بين رفته و آماده مصرف گردد.
عسل در محدوده رنگ ها متفاوتي از جمله سفيد، كهربايي، قرمز، قهوه اي و تقريباً سياه درست مي شود. طعم و حالت آن به شهد گل هايي كه عسل از آن تهيه ميشود، بستگي دارد. بيشتر زنبورها عسل را از شهد گل هايي نظير شبدر، يونجه، خلنگ، و اقاقيا درست مي كنند، اما مي توان گفت كه عسل از گل هاي متفاوت از جمله سنبل و آويشن نيز مي تواند گرفته شود.
تاريخچه
عسل از قرن ها پيش هم به عنوان غذا و هم به عنوان دارو مورد استفاده بشر قرار ميگرفته. پرورش زنبور عسل به منظور تهيه عسل، برمي گردد به 700 سال پيش از ميلاد مسيح. براي مدت ها عسل به عنوان يك ماده خوراكي مقدس و نادر شناخته مي شده. در زمان باستان از عسل بيشتر در مراسم مذهبي به عنوان ماده اي براي تكريم خدايان استفاده مي شده. همچنين از عسل براي مومياييي كردن مردگان نيز بهره مي جستند. از اين گذشته به عنوان دارو و وسيله اي براي آراستن و زيبايي نيز به كار مي رفته. در تاريخ اينطور آمده كه براي مدت ها، تنها خانواده هاي ثروتمند،

توان استفاده از عسل را داشتند چرا که این ماده آنقدر گران بوده که تنها خانواده هاي متمول قدرت خريد آنرا پيدا مي كردند.
پرستيژ عسل براي قرن ها ادامه داشت تا زمانيكه طرز تهيه شكر تصويه شده از چغندر قند و نيشكر "كشف" شد. از آنجايي كه توليد شكر در مقادير انبوه، گسترش پيدا كرد و از قيمت مناسبي نيز برخوردار بود، توانست جاي خود را در ميان مردم باز كند. به مجرد جلب توجه مدرم به شكر، عسل در مصارف آشپزي جاي خود را به شكر داد. هر چند عسل هنوز هم به عنوان يك ماده شيرين كننده شناخته مي شود، اما بيشتر براي مصارف دارويي و شيريني پزي مورد استفاده قرار مي گيرد.
انتخاب و نگهداري
عسل را هم مي توان به صورت بسته بندي و هم به صورت عمده خريداري كرد. اين روزها اغلب عسل را پاستوريزه مي كنند، اما در بازارهاي بومي مي توانيد انواع خام آنرا نيز پيدا كنيد. عسل خام كه پاستوريزه و تصفيه نشده است، داراي بالاترين خواص آلي مي باشد و جزء بهترين انتخاب ها محسوب مي شود. دنبال انواعي از عسل برويد كه روي آن برچسب : "100% طبيعي" خورده باشد. عسل هاي طبيعي معمولاً نيمه شفاف هستند، عسل هاي كرمي رنگ، غير شفاف هستند و باافزودن بلور عسل به عسل مايع درست مي شوند. عسل با كيفيت ويژه، از نكتار گل هاي مختلف مانند سنبل و آويشن درست مي شود و به صورت فراوان در دسترس مي باشند. به خاطر داشته باشيد كه هر چه عسل پر رنگ تر باشد، طعم آن سنگين تر است.
مي بايست عسل را در يك ظرف در بسته نگهداري كنيد و از ورود هوا به داخل آن جلوگيري نماييد. اگر عسل را در محلي خشك و خنك نگهداري كنيد، مي توانيد براي زمان نامحدود از آن استفاده نماييد. دليل اين امر وجود مقدار زيادي شكر و PH اسيدي بالاي در آن مي باشد كه از رشد هر گونه ميكروارگانيسمي جلوگيري مي نمايد. اگر عسل را در محل سرد نگهداري كنيد، غليظ و سفت مي شود و اگر آنرا در محل گرمي نگهداري كنيد رنگ آن تيره شده و طعم اوليه خود را از دست مي دهد.
نكاتي براي استفاده از عسل در غذاها
اگر عسل شما بلوري شده باشد، بايد آنرا به مدت 15 دقيقه داخل آب گرم قرار دهيد؛ اين كار به شما كمك مي كند تا مجدداً آنرا به حالت اوليه خود دربياوريد. از قرار دادن عسل در مايكروفر خودداري كنيد چرا كه اين كار منجر به افزايش هيدروكسي متيل فورفورال (HMF) شده و اين امر سبب برگشتن مزه عسل مي شود. براي جلوگيري از چسبيدن عسل به پيمانه، از عسل رقيق استفاده كنيد.
عسل در بيشتر دستورهاي غذايي به عنوان جايگزين مناسبي براي شكر

شناخته ميشود. از آنجاييكه ميزان شيريني عسل از شكر بيشتر است به ازاي هر يك پيمانه شكر بايد نيم و يا يك سوم پيمانه عسل استفاده كنيد. به علاوه درجه حرارت پخت را نيز تا 25 درجه فارنهايت كاهش دهيد چرا كه عسل رنگ غذاها را خيلي سريع تر به سمت قهوه اي متمايل ميكند.

چند دستور مصرف ساده و سريع

از عسل به عنوان جا شكري روي ميز استفاده كرده و چاي خود را با عسل شيرين كنيد.

بر روي برش سيب از عسل و دارچين استفاده كنيد.

براي شيرين كردن شير خود مي توانيد به جاي شكر از عسل استفاده كنيد.

يك ساندويچ خوشمزه كه براي هر سني لذيذ مي باشد مخلوطي از كره بادام زميني يا بادام، عسل و موز مي باشد.

در يك قابلمه با شعله ملايم، مقداري شير سويا، عسل و شكلات تلخ سياه را مخلوط كنيد تا يك نوشيدني شير شكلات مغذي تهيه نماييد.

ايمني

به خاطر داشته باشيد كه فرايند تهيه عسل، عملكرد گياهان و طبيعت مي باشد كه پيرو آن گرده، شيره، شهد و صمغ گياهان جمع آوري مي شود. به نظر مي رسد كه ساير موادي كه در طبيعت يافت مي شوند، مانند فلزات سنگين، آفت كش ها، و آنتي بيوتيك ها نيز در عسل ديده مي شوند كه ميزان اين مواد به طور گسترده در انواع مختلف عسل ها متغير است.

نمودار مواد مغذي

عسل سرشار از ويتامين هاي B2 و B6 مي باشد و همچنين مقاديري از آهن و منگنز نيز در آن به چشم مي خورد.

خواص كشك، زينت آش ها

نويسنده:فريده آقازاده طاراني
غني ترين پروتيين حيواني
در كتاب برهان قاطع آمده است: دوغ خشك كرده را كشك نامند كه به تركي قروت خوانند و دوغ خشك كرده پس از آن كه روغنش گرفته باشند به شكل گوله اي به اندازه گردو و بزرگ تر درآورند و بيشتر قاتق بادنجان و چغندر و آش ها سازند.
مصرف كشك در كشورمان به هزاره ها مي رسد بسيار پيش تر از آن كه فردوسي شاعر حكيم بسرايد: يكي پاره پاره بگسترد مشك
نهاده به غربال بر نان كشك
شيوه تهيه كشك به روايت امروز: كشك از شمار فرآورده هاي فرعي شير است كه به روش سنتي از جوشاندن، تغليظ و يا خشك كردن دوغي كه پس از كره گيري باقي مي ماند و همچنين ماست بدون چربي تهيه مي شود. ماده اوليه كشك عبارت است از شير بز، گاو و ميش و يا مخلوطي از آنها. كشك با حجم كم خود ماده اي معجزه آساست كه تقريبا همه خواص شير را دارد و حاوي كلسيم، چربي، نمك، پروتيين و ويتامين نياسين است. ميزان انرژي توليد شده با خوردن ??? گرم كشك حدود ??? تا ??? كيلو كالري است كه مي تواند به عنوان يكي از تامين كننده هاي انرژي مورد نياز بدن در رژيم غذايي شما و خانواده تان گنجانده شود.
* فلسفه كشك و نعنا: ما همواره كشك خورده ايم و در بسياري از موارد هم ( كه كم هم نيستند!) از نعنا خشك به همراه كشك استفاده كرده ايم. طب قديم ما مي گويد كشك بسيار نفاخ است و روده را سفت مي كند به همين علت استفاده از نعناي خشك هضم آن را آسان تر مي كند. اسيدهاي آلي كشك از جمله وظيفه ضدعفوني كردن معده، روده كوچك و بزرگ را برعهده دارد. خود كشك به تنهايي غذايي مقوي است و گرسنگي را كاهش داده و حجم كمي از معده را اشغال مي كند.
* كشك گاه سم خطرناكي مي شود: با توجه به اين كه كشك يكي از غني ترين منابع پرتيين حيواني است بنابراين محيط مناسبي براي رشد و تكثير ميكرو ارگانيزم هاي مختلف است كه اغلب سبب مسموميت هاي شديد و حتي مرگ مي شود بنابراين چنانچه به كشك بسيار علاقه منديد و هفته اي هفت بار آن را قاتق غذايتان به ويژه آش ها مي كنيد به موارد زير توجه كنيد:
?- از كشك هاي بسته بندي( پاستوريزه) شده كه داراي برچسب و مجوز بهداشتي هستند استفاده كنيد.

?- همواره كشك مايع را در يخچال نگهداري كنيد.
?- تا حد امكان از خوردن كشك مايع پرهيز كنيد، در غير اين صورت قبل از استفاده با افزودن كمي آب بگذاريد ?? تا ?? دقيقه روي حرارت اجاق بجوشد تا بدين ترتيب ميكروارگانيزم هاي آن كاهش يابد.
چند ضرب المثل كشكي:
معلوم نيست كشك با اين همه خاصيت چرا در بيان و منظور بي خاصيت و انكار آمده است. مثلا مي گوييم همه اين حرف ها كشك است يعني بي خود است و يا چه كشكي و چه پشمي، كه بياني است براي هنگامي كه مي خواهيم حاشا كرده و يا موردي و يا وعده اي را انكار كنيم. باز در فرهنگ عامه است كه: سگي كه براي خودش پشم نمي كند، براي ديگران كشك نخواهد كرد

سویا در نقش قرص ضد بارداري

سویا مانند نخود فرنگي وساير لگومها منبعغني از استروژن ها ( هورمونها يزنانه ) است و بنابراين احتمالا ميتواندمانعي براي باروري باشد يا در دوران يائسگي كمكي براي جانشيني استرژن نمايد . در ازمايشي كه پزشكان هاروارد و دوك با بودجه تخصيص يافته از طرف موسسه ملي بهداشت امريكا نموده اند به گروهي از زنان در دوران يائسگي مقدار كمي از فراورده هاي سويا تجويز كردند براي اينكه ببينند ايا سطح هورموني انها بالا ميرود يا خير . اين ازمايش هنوز در جريان است. ضمن اين كه هورمونهاي طبيعي موجود در سويا ممكن است به عنوان داروي ضد باروري اثر داشته باشد ابتدا درجريان مطالعه اي كه در باغ حش سين سيناتي روي گربه هاي خارجي انجام مي شد اين جانوران غالبا نازا بودند . در پي گيري براي پيدا كردن دليل اين كه چرا اين جانوران غالبا نازا هستند محققان كشف كردندكه 50 درصد غذاي روزانه انها از سويا و فراورده هاي ان كه مملو از استروژنهاي گياهي است تهيه مي شده است . پس از اينكه جيره سوياي غذاي انها با خوراكهاي مرغ و جوجه جانشين شد ططرف مدت كمي علايم افزايش احساس باروريو ساير علامي مربوط به فعاليتهاي هورموني در گربه ها ظاهر دش . در عين حال با اينكه اصولا افزايش خوردن بقولات و حبوبات در اين راستا هنوز مجهول است. در پي حل اين معما محقق ديگري دريافته است كه اگر دردراز مدت مرتبا مقدار خيلي كمي خوراكي هاي گياهي استروژن دار خورده شود ممكن است اير ضد استروژن نداشته باشد و اثار ناخوشايند سرطان زايي غذاهاي مملو از استروژن كرا كاهش دهد .
نظريه اين است :
خوردن مقدار كمي از خوراكي هاي داراي استروژن ممكن است نسوج پستان را در مقابل اسيب مقدار زيادي ايستروژن مقاوم و غير حساس نمايد . نظير خوردن مقدار خيلي كمي از مواد الرژي زا كه انسان رادر عمس العمل هاي الرژي زايي مقدار زيادي ان مواد مقاوم و غير حساس مي نمايند .
اين نظريه ممكن است يكي از دلايلي باشد كه زناني كه گياه خوارند و مرتبا سويا ميخورند خيلي كمتر به سرطان پستان مبتلا مي شود . به هر حال با ااين كه حقايق امر هنوز به طور كامل روشن نيست عقيده غالب دانشمندان اين است كه هورمونهاي موجود در سويا و ساير انواع مشابه احتمال اثار بيولژيك عميقي دارد و جا دارد كه تحقيقات در اين مورد در سطح گسترده اي ادامه يابد .

توجه : انواع فراورده هاي سويا كه در اين بحث اشاره شده
شير سويا ، شير بريده سويا ، ارد سويا ، بلغور سويا ، سوياي بوداده ، پروتئين سويا ، سوس سويا ، سوياي تخمير شده ، جوانه سويا ، وساير انواع ديگر فراورده هاي سويا مي باشد.
به چه ميزان ؟ : خوردن روزي يك كاسه متوسط سوپ خمير سويا ( ميزو ) خطر سرطان معده رادر ژاپني ها 30 درصد كاسته است و اگر 6 بار در هفته از فراورده هاي سويا هر نوع كه باشد استفاده شود كلسترول بالا در خون را تا 20 درصد كاهش ميدهد.
منبع: http://www.taamasrar.com

تأثير ترب در بهبود ناراحتي كليه

در كتاب هاي طب سنتي با نام «فجل» و «فجل مزروع» از آن نام برده مي شود. به فرانسوي Radis و به انگليسي Radish گفته مي شود. گياهي است از خانواده Cruciferae و نام علمي آن Rephanus Sativusl است.
دو قسم ترب اهلي، يا فجل مزروع معمول است:
1. تربچه يا ترب تابستانه،
2. ترب سياه يا ترب زمستانه.
1. تربچه به رنگ هاي مختلف قرمز و سفيد، قرمز كه در انتها سفيد و زرد است، با اشكال مدور و دراز وجود دارد. تربچه را در تمام فصول مي توان كاشت، البته در هواي آزاد زمستان قابل كشت نيست. ارقام زودرس آن پس از يك ماه قابل برداشت است.
2. ترب سياه يا ترب زمستانه در اواسط تابستان كاشته مي شود و محصول آن در پاييز برداشت مي گردد.
خواص دارويي
بر اساس كتاب هاي گياهي طبي كاربرد دارويي ترب عبارت است از:
از مخلوط ريشه، برگ، گل و تخم آن ضمادي به دست مي آيد كه براي تسكين درد روماتيسم مؤثر است. عصاره ي ريشه را براي تسكين سرفه، تشديد تعريق و بهبود اسهال استفاده مي كنند. دياستاز موجود در آن به هضم غذاهاي نشاسته اي كمك مي كند.
ريشه ترب، بادشكن و نيرو دهنده است. پس از اين كه گياه به ميوه نشست و ميوه آن رسيد، جوشانده اي كه از غده هاي مغزدار ترب (پوك نشده باشد) تهيه مي شود براي قطع اسهال خوني بسيار نافع است. اين جوشانده را در چين با گوشت قرمز مي پزند و سوپ آن را براي قطع سرفه و استسقا مصرف مي كنند.
ريشه و تخم ترب براي نرم كردن سينه و ازدياد ترشح ادرار و تقويت معده مفيد است.
استعمال خارجي آن به هنگام ورم سينه در مادران شيرده بسيار مفيد و مؤثر است. ريشه ي ترب ايجاد گاز و نفخ و آروغ مي كند، ولي تخم آن گاز و نفخ را تحليل مي برد. (1)
پي نوشت ها:
1. روزنامه اطلاعات، ضميمه، 1386/5/21.
منبع:مجله نامه ي جامعه

انجير ميوه درمان گر

انجير ضد سرطان بوده و در معالجه بيماري هاي پوستي مؤثر است.
انجير چاق كننده است؛ از اين رو براي افراد لاغر و نيز بيماراني كه دوره نقاهت خود را مي گذرانند، بسيار مفيد است. مي توان آن را با شير سويا مخلوط كرد و در وعده هاي ميان غذا استفاده نمود.
يكي از بهترين ميوه ها براي تميز كردن روده بزرگ و رفع يبوست است.
براي درمان ناراحتي هاي سينه حدود 20 گرم خرما، عناب، انجير خشك و مويز را با هم مخلوط و آسياب كرده و پودر آن را با يك ليتر آب جوشانده تا حجم آن به نصف برسد. ميل كردن سه فنجان از اين جوشانده در روز مفيد است.
جوشانده انجير خشك درمان كننده التهاب مجاري دستگاه تنفسي، كليه، ذات الريه، سرخك، مخملك و آبله مي باشد.
با برشته كردن انجير و سپس آسياب نمودن آن، پودري تهيه مي شود كه مي تواند سياه سرفه، برونشيت و ذات الريه را درمان نمود.
انجير دستگاه هاضمه را تقويت مي كند و براي درمان سوء هاضمه مفيد است.
براي بر طرف كردن ورم گلو، 50 گرم انجير زرد را در 500 گرم شير، به مدت 15 دقيقه نگه داريد و سپس آن را غرغره كنيد.
جوشانده ي انجير خشك با شير، براي درمان آنژين، ورم لثه و ورم مخاط دهان مؤثر است.
مخلوط شير بز و انجير سياه يكي از داروهاي بسيار مؤثر براي درمان آرتروز و درد مفاصل مي باشد. اين مخلوط سموم مختلف را از بدن خارج كرده و درد را از بين مي برد.
انجير را مي توان همراه با ميوه هاي ديگر مصرف كرد، اما با ميوه هاي اسيدي، مانند: پرتغال و گريپ فروت سازگار نيست.
انجير براي افرادي كه قند خونشان پايين مي آيد و يك باره احساس ضعف مي كنند، مناسب است؛ زيرا قند آن به سرعت جذب روده ي كوچك مي شود.
انجير تقويت كننده كبد است. اگر ترشح ادرار كم باشد، خوردن انجير باعث ازدياد آن مي شود. انجير موجب افزايش تعريق بدن و كاهش حرارت آن مي گردد. به ياد داشته باشيم كه انجير براي كبدهاي ضعيف مناسب نيست.
زياده روي در مصرف انجير موجب نفخ شكم و اسهال مي گردد.(1)
پي نوشت ها:

1. روزنامه كيهان، 1386/5/18.
منبع:مجله نامه ي جامعه

## فراواني خواص كاهو

كاهو يكي از قديمي ترين سبزيجات دنيا به شمار مي آيد كه منشأ آن در هندوستان و آسياي مركزي است. پيشينه ي مصرف كاهو در ايران شش قرن قبل از ميلاد است. اين سبزي يك قرن قبل از ميلاد به روم راه يافت و جزو غذاهاي مهم روميان شد. كاهو گياهي است يك ساله و داراي برگ هاي پهن و دراز و سبز، با طعم كمي شيرين. كاهو موجب افزايش گلبول هاي قرمز خون شده و آهن موجود در آن براي درمان كم خوني مفيد است؛ از همين رو در گونه ها، سرخي مطلوب پديد مي آورد و اعصاب را منظم مي كند و بر قدرت بينايي مي افزايد.
اين ماده غذايي به ويژه حاوي ويتامين «ث» - ضد اسكوربوت - است. كاهو ارزش غذايي چنداني ندارد، اما از لحاظ درماني فوق العاده و سرشار از نمك هاي معدني با خاصيت قليايي است؛ به همين سبب خون را تصفيه مي كند و به حفظ هوشياري مغز و سلامت بدن كمك مي نمايد. برگ هاي بيروني كاهو ارزش خوراكي بسيار دارد؛ زيرا اين برگ ها بيشتر در معرض نور آفتاب قرار دارد و نسبت به برگ هاي داخلي حاوي ويتامين بيشتر است. هر چه كاهو سبزتر باشد، ويتامين بيشتري دارد. كاهوي پخته براي ازدياد شير مادر مناسب است. اين سبزي محتوي چند ماده مهم و شفابخش است. آب كاهو، خنك و شادابي بخش است و ميزان فراواني منيزيم در آب آن سبب تقويت بافت عضلاني، اعصاب و مغز مي شود. آب كاهو جنبه درماني دارد.
سلولز موجود در كاهو حجم مواد داخل روده و حركات روده را افزايش مي دهد كه اين امر درمان يبوست را آسان مي سازد. كاهو براي رفع بي خوابي نيز مؤثر است؛ زيرا داراي ماده اي خواب آور به نام لكتوكاريوم است كه حاوي كربوهيدرات است. اين ماده غذايي براي درمان ديابت ماده غذايي مناسب است و افراد ديابتي مي توانند به راحتي از آن استفاده كنند. استفاده از كاهو به علت داشتن املاح فراوان - به خصوص منگنز و روي - براي جلوگيري از ريزش و سفيد شدن مو مفيد است. (1)
پي نوشت ها:
1.روزنامه جام جم، ضميمه، 1386/5/4.
منبع: مجله نامه ي جامعه

# قارچ

نويسنده: خجسته ناطق
قارچ گياه بسيار زيبايي است كه كودكان در نقاشيها كلاهي قرمز با لكه هايسفيد براي آن مي كشند، اما آيا مي دانيد اين نوع قارچسمي است و نوعخوراكي آن نه تنها لكه اي ندارد بلكه كاملاً سفيد است.
متخصصان تغذيه بهخانواده ها توصيه مي كنند كه هميشه قارچ را در برنامه غذايي خود بگنجانند، زيراقارچ به علت داشتن «ژرمانيوم» موجب افزايش انرژي و رفع خستگي در افراد مي شود.
سابقه كشت قارچ
حدود دو هزار سال از كشت اين سبزي در دنيا مي گذرد. ژاپني ها اولين كساني بودند كه آن را كشت كرده و مورد استفاده قرار دادند. آب وهواي گرم و مرطوب ژاپن زادگاه مناسبي براي اين سبزي به حساب مي آيد.
قارچ در طبسنتي، مصارف بسياري داشته است، به اين ترتيب كه در طب شرقي از آن استفاده هايفراواني مي كردند، زيرا معتقد بودند كه اين سبزي براي قلب بسيار مفيد است و مقاومتبدن را در برابر عفونتهاي ويروسي افزايش مي دهد، به علاوه يك ماده غذايي بسيارمناسب براي رفع خستگي است.
در طب چيني نيز قارچ مصارف گوناگوني داشته است، امادر قرن پانزدهم به دليل امكان وجود سم و داشتن انرژي فراواني كه به اين سبزي نسبتداده مي شد، مصرف آن در ميان مردم اين كشور به شدت كاهش يافت.
سابقه كشت قارچدر ايران به 50 سال پيش برمي گردد و در حال حاضر، در حدود 120 واحد توليدي و پرورشقارچ خوراكي در كشور وجود دارد.
با اينكه هزاران نوع از اين سبزي در طبيعت يافتمي شود، اما تنها 25 نوع از آن كشت و مورد استفاده قرار مي گيرد.
شهرستانهايكرج، شهريار، ساوجبلاغ و نظرآباد به دليل برخورداري از شرايط مناسب آب و خاك،قابليت لازم را براي پرورش قارچ خوراكي دارند. در حال حاضر سرانه مصرف قارچ دركشور 150 گرم است، در حالي كه اين ميزان در جهان، بيش از يك كيلو و 500 گرم محاسبهشده است.
محققان معتقدند، حدود 38 هزار نوع قارچ شناخته شده است كه در ميانآنها قارچ هاي سمي نيز وجود دارند. اين سبزي به دليل كالري پايين براي كساني كه قصدكاهش وزن دارند، مناسب است.
مطالعات نشان مي دهد كه هر 100 گرم قارچفقط 12 كالري، انرژي

دارد. قارچهاي خوراكي كشت شده در كشور چهار دسته هستند، قارچدكمه اي، صدفي، ژاپني و چيني به علاوه سالانه 21 هزار تن قارچ خوراكي در استانتهران توليد مي شود.

فوايد بيشمار قارچ

قارچ يكي از سبزيهايي است كه بهتقويت سيستم ايمني بدن كمك مي كند. مطالعات اخير در مؤسسه هاي تحقيقاتي غربيبيان مي كند كه قارچ با تحريك گلبولهاي سفيد موجب فعاليت هر چه بيشتر دستگاه ايمنيمي شود.

مطالعات نشان مي دهد كه در قارچ دو نوع قند به نام هاي «ترهولوز» و«كيتين» وجود دارد كه دريافت بالاي آنها در بدن موجب تحريك سيستم ايمني بدن مي شود،به اين ترتيب آنها مانع فعاليت ويروسها و باكتريها شده و از فعاليتهاي زيانبار اينميكروبها جلوگيري مي كند.

اين سبزي داراي مقادير مناسبي «روي» است كه وجود اينماده مغذي به حفظ سلامت سيستم دفاع بدن كمك فراواني مي كند.

جالب است بدانيدقارچ داراي تركيبي از گروه «فيتونوترينتهاست» كه به نام «لنتينان» شهرت دارد. اينتركيب در قارچهاي دكمه اي و صدفي يافت مي شود و مانع رشد تومورهاي بدخيم مي گردد. به علاوه قارچ داراي مقادير بالايي ويتامينC است و نيز سرشار از سلنيوم مي باشد كهفعاليت آنتي اكسيداني دارد و از بروز سرطان كولون در افراد مستعد پيشگيري مي كند.

مطالعات نشان داده است، مصرف مرتب قارچ موجب تنظيم ميزان هورمون استروژن درخانمها شده و از بروز سرطان پستان جلوگيري مي كند.

اين سبزي باعث رقيق شدن خوننيز شده و مانند روغن ماهي به سلامت قلب و عروق كمك فراواني مي كند و با همينمكانيسم احتمال ابتلا به بيماريهاي قلبي را كاهش مي دهد.

همچنين اين سبزي سرشاراز فيبرهاي غذايي به نام «كيتين» و «بتاگلوكان» است كه هر دو پايين آورنده كلسترولبوده و به حفظ سلامت قلب كمك مي كنند، به طوري كه در هر 100 گرم قارچ يك گرم فيبرغذايي وجود دارد و نيز در همين مقدار قارچ 320 ميلي گرم پتاسيم موجود است كه مصرفآن براي افرادي كه از فشار خون رنج مي برند، بسيار كمك كننده مي باشد.

پخته و خام، کلم بخورید

نویسنده:نیوشا قره گزلو
از میان سبزي ها و تره بار
اين سبزي مفيد حاوي ويتامين هاي A، B، C، E و مواد معدني مانند كلسيم، سولفور، سيليكا، منيزيم، آهن، يد و كلروفيل است.
شواهد و قراين نشان مي دهد كه رابطه ما ايراني ها اصولا با كاهو بهتر است تا انواع كلم. شايد چون چند نوع از اين ماده غذايي چهار هزار ساله نخست در اروپا عمل مي آمده است. مشخص نيست كه كشت آن در ايران از چه زماني شروع شده اما گفته مي شود كاشت كلم قمري از ساليان دور در ايران رواج داشته و كشف انواع ديگر آن همچون گل كلم و كلم دگمه اي چندين سال است مورد توجه قرار گرفته است.
* خواص كلم: اگر كلم به صورت كمي بخار پز و يا خام خورده شود يك ماده غذايي بسيار ارزشمند به شمار مي رود. اين سبزي مفيد حاوي ويتامين هاي A، B، C، E و مواد معدني مانند كلسيم، سيليكا، منيزيم، آهن، يد و كلروفيل است و خواص فوق العاده كلم از قرن ها پيش شناخته شده است و جايي ويژه در طب قديم دارد. در مصر باستان كلم داراي چنان ارزش درماني بوده كه يك معبد به نام كلم ساخته شد و در روم باستان نيز آن را داروي همه دردها مي دانستند. فيثاغورس خوردن روزانه كلم خام را درمان ناراحتي هاي عصبي مي دانست و دريانوردان براي پيشگيري از ابتلا به بيماري اسكوروي، كلم مي خوردند. خوردن كلم از قديم به تصفيه خون و اثر پاك كنندگي بر روي پوست مشهور است و گفته مي شود كبد را از سموم پاك مي كند و براي درمان آرتروز و انواع سردرد مفيد است. مصرف خام اين گياه ارزشمند به دليل دارا بودن تركيبات سولفور(گوگردي) موجود در آن، باكتري ها و عفونت هاي دستگاه تنفسي را از بين مي برد و براي تقويت اعصاب مفيد است و بهتر است افراد مبتلا به فشارخون بالا، از خوردن آن غفلت نورزند.
* كلم چه دارد؟ در يكصد گرم كلم( معادل يك پيمانه)، ? كيلوكالري انرژي وجود دارد. در همين مقدار از كلم، يك گرم پروتيين، ? گرم كربوهيدرات، ?? گرم چربي، ? گرم فيبر و همچنين ?? ميلي گرم ويتامين C وجود دارد.
* نكات خريد ونگهداري كلم: انواع كلم ها را مي توان مدت ها به همان صورت، درسته، لاي كاغذ بزرگ يا ورق پيچيده و پس از گذاشتن در كيسه پلاستيكي، هفته ها در كشوي پايين يخچال نگهداري كرد. به هنگام خريد كلم دقت كنيد كه برگ ها لكه دار نباشند و به طور كامل به هم چسبيده باشند. خود كلم نيز بايد از وزن سنگيني نسبت به اندازه آن برخوردار

باشد.
* سوپ كلم، سوپ سرماخوردگي: عادت به خوردن سبزي مفيد اما نه چندان خوشمزه كلم زمان مي برد و تهيه سوپ از اين گياه پيشنهاد حكيم بيش از سه هزار ساله است. براي اين كار نخست برگ هاي كلم را جدا كنيد و خوب بشوييد و سپس به رشته هاي باريك خرد كنيد و به همراه زيره و دانه خردل در كمي روغن تفت بدهيد و بگذاريد به مدت ?? دقيقه با حرارت ملايم كاملا بپزد.حال سركه و آب مرغ و سير و گوجه فرنگي را بيفزاييد و با افزودن يك ليوان آب دوباره بگذاريد با همان حرارت آهسته بجوشد. در نهايت شويد را اضافه كنيد. سوپ كلم پاي ثابت و روزانه فرهنگ غذايي اروپايي هاست همان گونه كه قاب انواع پلوها و كته ها و چلوها بر سر سفره هاي ما خودنمايي مي كنند!

# تاثير روغن زيتون در جلوگيري از بيماري ها

روغن زيتون و سرطان:
سرطان يكي از علل عمده مرگ و مير در كشورهاي توسعه يافته است. انواع سرطان رابطه نزديكي با رژيم غذايي دارد. در سرطان‌هاي روده بزرگ و راست روده و پستان كاملاً مشخص شده كه نوع چربي مصرف شده، يكي از عوامل مهم در ايجاد اين سرطان‌هاست و مقدار چربي تأثير چنداني در بروز آنها ندارد.
مطالعات نشان داده كه روغن زيتون ميزان آسيب‌هاي سرطاني را كاهش داده و تعداد تومورهاي توسعه يافته را به شكل آشكاري كاهش مي دهد و اين تومورها تهاجم كمتر و درمان پذيري بيشتري دارند. اين اثر مربوط به وجود اسيد لينولئيك است كه يك اسيد چرب امگا 6 مي باشد. اين اسيد چرب در توليد پروستاگلاندين‌هايي موثر است كه از ايجاد و توسعه تومورها جلوگيري مي كنند.اكسيداسيون درون سلولي، عامل مهمي در ايجاد سرطان است و مواد آنتي اكسيدان موجود در روغن زيتون، مقاومت سلول‌ها را در برابر اكسيداسيون و سرطان افزايش مي دهد.
روغن زيتون و فشار خون:
فشارخون بالا زماني تعريف مي شود كه ميزان فشار خون به طور دائم بالاتر از 90/140 ميلي متر جيوه باشد. مصرف روغن زيتون به صورت منظم، هر دو فشار خون سيستولي و دياستولي را كاهش مي دهد و مقدار دوز داروهاي لازم براي كاهش فشارخون را در بيماران كم مي كند.
روغن زيتون و بيماري‌هاي قلبي:
سخت شدگي ديواره رگ‌هاي خوني در اثر تجمع كلسترول، با شيوه زندگي ارتباط مستقيم دارد. شيوه زندگي مجموعه‌اي از عادات فردي و ميزان فعاليت بدني و نوع رژيم غذايي است. پايين‌ترين ميزان مرگ و مير از بيماري‌هاي قلبي و عروقي در كشورهايي وجود دارد كه از روغن زيتون به عنوان تنها منبع چربي در رژيم غذايي خود استفاده مي كنند. روغن زيتون به علت داشتن اسيدهاي چرب غيراشباع مي تواند ميزان كلسترول خوب (HDL) را افزايش و كلسترول بد (LDL) را كاهش دهد و به اين ترتيب از رسوب كلسترول در رگ‌ها و سخت شدگي عروق جلوگيري مي كند.
روغن زيتون و التهاب روماتيسمي:
التهاب روماتيسمي از بيماري‌هاي عفوني مزمن است كه در مفاصل ايجاد مي شود. عوامل عفوني، ژن‌ها، هورمون‌ها و رژيم غذايي در بروز آن نقش دارند. مصرف منظم روغن زيتون باعث تسكين علائم اين بيماري مي شود. افرادي كه ميزان كمي روغن زيتون مصرف مي كنند، 5/2 برابر افرادي كه

رژيم غذايي سرشار از اين روغن را دارند به التهابات روماتيسمي مبتلا مي شوند. مكانيسم اين عمل هنوز مشخص نشده است، ولي اين اثر احتمالاً به آنتي اكسيدان‌هاي موجود در روغن زيتون مربوط مي شود.
روغن زيتون و دستگاه گوارش:
روغن زيتون، صفرا بر است و باعث تخليه كيسه صفرا مي شود، به اين ترتيب كه انقباض كيسه صفرا و توليد نمك‌هاي صفراوي را در كبد تحريك كرده و در نتيجه دفع كلسترول را از طريق صفرا افزايش مي دهد و از ايجاد سنگ‌هاي صفراوي جلوگيري مي كند.
روغن زيتون به علت داشتن سيتواسترول‌ها مانع جذب كلسترول در روده كوچك مي شود و جذب عناصر معدني مثل كلسيم، منيزيم و آهن را افزايش مي دهد. روغن زيتون ملين است و از يبوست جلوگيري مي كند همچنين اين روغن، انگل‌ها و كرم‌هاي روده را از بين مي برد.
روغن زيتون و احساس درد:
ماده‌اي به نام اوله آكانتال در روغن زيتون وجود دارد كه اثري مشابه قرص‌هاي مسكن مانند ايبوپروفن در كاهش درد دارد. آنزيم مخصوصي در بدن وجود دارد كه سبب آغاز درد مي شود و ماده اوله آكانتال جلوي فعاليت اين آنزيم را مي گيرد، در نتيجه فرآيند احساس درد متوقف مي شود. با مصرف روزانه 50 گرم روغن زيتون، حدود 9 ميلي گرم اوله آكانتال به بدن مي رسد، اين مقدار يك دهم ميزان داروي ايبوپروفني است كه براي كاهش درد يك فرد بزرگسال تجويز مي شود.
روغن زيتون و چاقي:
در كشورهاي غربي، چاقي مشكل بزرگ سلامت مردم است، زيرا ميزان كالري دريافتي از طريق غذاهاي مختلف افزايش يافته، ولي ميزان فعاليت روز به روز كاهش مي يابد، در نتيجه چاقي اتفاق مي افتد.
روغن زيتون مانند ساير چربي‌ها، 9 كيلو كالري انرژي دارد و به نظر مي رسد كه مصرف آن باعث چاقي مي شود. ولي ثابت شده رژيم غذايي غني از روغن زيتون بيشتر از غذاهاي كم چرب به كاهش وزن كمك مي كند. در واقع آنچه در بروز چاقي مؤثر است، نوع چربي مصرف شده است، نه مقدار چربي موجود در غذا.
از طرفي روغن زيتون كشش ماهيچه‌هاي حلقوي را در پايين معده كاهش مي دهد و در حركت توده غذا به سمت روده تأخير ايجاد مي كند، در نتيجه محتويات معده به آهستگي و به تدريج وارد دوازده مي شود و احساس سيري مدت بيشتري طول مي كشد و با كاهش اشتها فرد مي تواند غذاي كمتري مصرف كند.
روغن زيتون و تغذيه نوزاد:
رشد نوزاداني كه مادران آنها روغن زيتون مصرف مي كنند، از نظر قد و

وزن و رفتارهاي روان شناختي بهتر است. همچنين نوزاد براي جلوگيري از اكسيداسيون مواد در اثر ورود اكسيژن هوا، به ويتامين E نياز دارد. اگر چه ميزان اين ويتامين در روغن زيتون زياد نيست، ولي براي جلوگيري از اثرات اكسيداسيون كافي است.
اين ويتامين در مدت شيردهي در پستان‌ها تغليظ مي شود و مادر بايد ذخيره كافي از آن را در بدن خود داشته باشد تا مقدار مورد نياز اين ويتامين براي نوزاد در شير ترشح شود.
مصرف ميزان كافي ويتامين E در نوزادان داراي نارسايي لوزالمعده و كليه ضروري است. به علاوه روغن زيتون، اسيدهاي چرب مورد نياز براي رشد نوزاد را فراهم مي كند و نسبت اسيد لينولئيك به اسيد لينولنيك آن مشابه شير مادر است. مصرف روغن زيتون در سنين رشد، سبب بهبود حافظه و بالا رفتن قدرت يادگيري در كودكان مي شود.
روغن زيتون و پيري:
بسياري از بيماري‌هاي دورام پيري مثل پوكي استخوان و آلزايمر تحت تأثير رژيم غذايي قرار دارند. روغن زيتون با كمك به جذب كلسيم، باعث رسوب آن در استخوان‌ها شده و از پوكي استخوان جلوگيري مي كند.
روغن زيتون از بروز فراموشي و آلزايمر در افراد مسن جلوگيري مي كند، ولي مكانيسم عمل آن ناشناخته است. به نظر مي رسد اسيدهاي چرب غيراشباع موجود در روغن زيتون مي تواند باعث حفظ ساختار غشاي سلول‌هاي مغزي شوند.
فرآيند پير شدن در انسان با آسيب تدريجي و تغيير ساختمان پوست همراه است. تغييرات پوست مثل ضخيم شدن و از دست دادن قابليت ارتجاعي لايه‌هاي پوست، به علت تجمع كلاژن باعث مي شود كه پوست در برابر عوامل خارجي مثل تشعشات خورشيدي كه راديكال‌هاي آزاد را ايجاد مي كنند حساس شده و روند پيري تسريع شود. مواد آنتي اكسيدان خصوصاً ويتامين E موجود در روغن زيتون از ايجاد راديكال‌هاي آزاد و فرآيند اكسيداسيون در سلول‌هاي پوستي و ايجاد سرطان‌هاي پوست جلوگيري مي كند و كمك مي كند تا سلول‌هاي پوست انعطاف پذيري خود را حفظ كرده و عوارض پيري ديرتر ظاهر شود.
روغن زيتون و پوست:
ويتامين E موجود در روغن زيتون براي حفظ سلامت و زيبايي پوست و مو ضروري است. مصرف مداوم آن، پوست را شاداب نگه مي دارد. ماساژ پوست با روغن زيتون، تعريق را كاهش داده و مژه و ابرو را تقويت مي كند. كمپرس پوست با روغن زيتون در موارد آفتاب زدگي و سرمازدگي ، گزش مار و عقرب و نيش حشرات باعث التيام آن مي شود. همچنين سوزش و درد ناشي از سوختگي را تسكين داده و از بروز تاول جلوگيري

مي كند.
براي برطرف كردن خشكي و ترك پوست مي توان از مخلوط روغن زيتون با گليسيرين به نسبت مساوي استفاده كرد.
منبع: پايگاه اطلاع رساني پزشكي شفا

## گياه‌خواري سطح فشار خون را در حد مطلوب نگه مي‌دارد

تازه‌ترين تحقيقات نشان مي‌دهد كساني كه مقادير زيادي سبزي، ميوه، و غلات سبوس‌دار مصرف مي‌كنند سطح فشار خون آنها مطلوب‌تر از افراد گوشت خوار است.
به گزارش خبرگزاري رويترز هلث از نيويورك، اين يافته‌ها توصيه در مورد مصرف بيشتر غذاهاي گياهاي براي حفظ سلامت قلب و عروق را مورد تاكيد قرار مي‌دهد.
محققان با مطالعه ا فرد ميانسال در چهار كشور دريافتند كساني كه پروتيين گياهي بيشتري شامل غلات ،حبوبات، ميوه، و سبزيجات مصرف مي‌كنند فشار خون آنها پايين‌تر است.
حتي جذب اندكي كالري بيشتر از پروتيين گياهي منجر به كاهش فشار خون مي‌شود.
دكتر پل اليوت از امپريال كالج لندن مي‌گويد فواید ظاهري اين نوع تغذيه مستقل از ديگر عوامل مانند ورزش، مصرف نمك و وزن بدن است.
اين يافته‌ها توصيه در مورد مصرف غذاهاي گياهي بيشتر براي جلوگيري از ازدياد فشار خون و بيماريهاي مرتبط با آن يعني بيماري قلبي و نارسايي كليوي را مورد تاكيد قرار مي‌دهد.
در اين مطالعه افرادي در كشورهاي انگليس، آمريكا، چين، و ژاپن مورد بررسي قرار گرفتند. در مدت شش هفته انجام اين تحقيق فشار خون داوطلبان چندين بار اندازه‌گيري شد و نوع تغذيه آنها ثبت گرديد.
اين مطالعه نشان داد با مصرف بيشتر پروتيين گياهي ميانگين فشار خون كاهش مي‌يابد. عكس اين تاثير در مورد مصرف پروتيين حيواني صدق مي‌كند. اين ارتباط ظاهرا ناشي از وزن بيشتر كساني است كه گوشت و لبنيات بيشتر مصرف مي‌كنند.
علت ارتباط پروتيين‌هاي گياهي با فشار خون پايين تر مشخص نيست. مصرف زياد پروتيين گياهي جذب الياف و منيزيم را افزايش مي‌دهد كه اين دو ماده تاثير مفيدي بر فشار خون دارند.
پروتيين‌هاي گياهي حاوي اسيدهاي آمينه خاصي هستند كه به كنترل فشار خون كمك مي‌كنند.
اين محققان دريافتند كساني كه پروتيين گياهي را بيشتر از پروتيين حيواني مصرف مي‌كنند تركيب اسيد آمينه در آنها بسيار متفاوت با كساني كه رژيم غذايي سرشار از فراورده‌هاي حيواني دارند. اين امر اين احتمال را مطرح مي‌كند كه فواید فشار خون به خاطر وجود اسيدهاي آمينه خاصي است كه به مقدار زياد در غذاهاي گياهي يافت مي‌شود.

## تاثير عصاره گوجه فرنگي در كاهش فشار خون

نتايج يك تحقيق نشان ميدهد نوعي مكمل غذايي گرفته شده از گوجه فرنگي به درمان فشار خون نسبتا بالا كمك مي كند.
به گزارش مدلاين پلاس محققان در مطالعه اي در يافته اند يك دز روزانه عصاره گوجه فرنگي باعث كاهش فشار خون در ميان 31 مرد وزن دچار هايپرتنشن خفيف شد.
اين مكمل كه تحت نام Lyc-Mato عرضه مي شود حاوي تركيبات گياهي متعدد موجود در گوجه فرنگي است. در ميان اين تركيبات ليكوپن نيز وجود دارد ، آنتي اكسيداني كه بر اساس برخي مطالعات انجام شده احتمال بيماري قلبي عروقي را كاهش مي دهد.
آنتي اكسيدان هايي مانند ليكوپن و ويتامين C و E به خنثي كردن راديكال هاي آزاد اكسيژن ، ملكول هايي كه محصول جانبي متابوليسم هستند و با گذشت زمان به سلولهاي بدن آسيب مي رسانند ، كمك ميكنند. اين استرس اكسيداتيو در طيف وسيعي از بيماري هاي مزمن مانند بيماري هاي قلبي دخالت دارد.
اثرات آنتي اكسيداني عصاره گوجه فرنگي شايد تاثير آشكار آن را بر فشار خون شرح دهد.
افرادي كه فشار خون نسبتا بالايي دارند يا فشار خون آنها نرمال و لي بالاست گزينه هاي مناسبي براي درمان با اين عصاره هستند. بهر حال كساني كه تحت درمان هايپر تنشن قرار دارند بايد در مورد مصرف اين مكمل با پزشك خود مشورت كنند.

# ميوه،مانعي براي تصلب شرايين

جام جم آنلاين: محققان علوم پزشكي اعلام كردند با مصرف ميوه‌هايي مانند سيب و انگور ، گيلاس و يا آب آنها مي‌توان از تشكيل پلاك‌هاي آترواسكلروز و بروز تصلب شرايين جلوگيري كرد.
به گزارش ايسنا، محققان مي‌گويند: بررسي آنان روي موش آزمايشگاهي نشان مي‌دهد؛ با مصرف اين گونه ميوه‌ها و ميوه‌هاي مشابه مي‌توان مانع از بروز تصلب شرايين شد كه خود اين كار نيز از بروز بيماري‌هاي قلبي و سكته‌هاي مغزي جلوگيري مي‌كند.
دكتر كلي دكورده از دانشگاه مون پوليه و همكارانش اعلام كردند، نخستين بار توانسته‌اند تاثير عمده و مستقيم اين ميوه‌ها را در جلوگيري از بروز تصلب شرايين ثابت كنند.

عسل معجزه علم تغذیه

عسل يكي از هديه هاي ارزنده و پر ارزش طبيعت مي باشد كه در قرآن از آن به عنوان فيه شفا للناس ( شفاي مردم در آن است ) ياد مي كند.همچنين يك محصول غذايي مفيد و يك اكسير پر ارزش است كه قرن ها پيش به عنوان عالي ترين و مقوي ترين غذا ها شناخته شده و به واسطه ويژگي هاي شفا بخش خود به عنوان دارو در درمان اكثر بيماري ها در بين تمام ملل كاربرد داشته است. اين ماده شفا بخش مهمترين منبع مواد قندي شناخته شده، كه ?? نوع قند دارد و بسياري از مواد مورد نياز بدن را تامين ميكند.
زنبور عسل از راسته نازك بالان (hymenpteran ) است . زنبور عسل قسمت هاي دهاني جونده و مكنده ، هر دو را داراست . دگرديسي آن كامل است و بطور دسته جمعي زندگي مي كند و شامل سه دسته هستند.
1- ملكه (Queen ) كه تخم مي گذارد.
2- نرها (prones ) كارشان فقط بارورکردن ملكه هاي جديد است .
3- كارگرها (worker) كه ماده عقيم هستند و اغلب متعددي دارند .
كندوي زنبور عسل يا به صورت جعبه هاي مكعبي به ابعاد 50 cm كه كندوي modern مي گويند و يا به صورت سبد كه كندوي بومي مي گويند .
زنبور عسل در قرآن
كلمه نحل در به معني زنبور عسل در آيات 68 و 69 سوره نحل در جز 14 قرآن كريم آمده است . در تفسير آيه 68 چنين آمده است ، پروردگارت به زنبور عسل وحي فرستاد ! در اينجا لحن قرآن به طرز شگفت انگيزي تغيير مي يابد ، در عين ادامه دادن بحث ها در زمينه نعمت هاي مختلف الهي و بيان اسرار آفرينش در اين سوره ، سخن از زنبور عسل و سپس خود عسل به ميان مي آورد . اما شكل يك ماموريت الهي و الهام مرموز كه نام وحي بر آن گذارده شده است . نخست مي گويد : "و پروردگارت به زنبور عسل وحي كرد كه خانه هايي از كوهها و درختان و داربست هايي كه مردم مي سازند انتخاب كن".
* نخستين ماموريت زنبوران در اين آيه ماموريت خانه سازي ذكر شده است . و اين شايد به خاطرآن است كه مساله مناسب نخستين شرط زندگي است و به دنبال آن فعاليت هاي ديگر ، امكانپذير است .
در آيه 69 سوره "نحل " ، دومين ماموريت زنبور عسل شروع مي شود ، چنانكه قرآن مي فرمايد :" ما به او الهام كرديم كه سپس از تمام ثمرات تناول كن و راههايي كه پروردگارت براي تو تعيين كرده ، به راحتي بپيما " .
سرانجام ، آخرين مرحله ماموريت آنها بصورت يك نتيجه ، اين چنين بيان

مي كند ، از درون زنبوران عسل ، نوشيدني مخصوص خارج مي شود كه رنگ هاي مختلفي دارد . نهفته است ،جالب اين كه دانشمندان از طريق تجربه به اين حقيقت رسيده اند كه زنبوران به هنگام ساختن عسل آن چنان ماهرانه ، عمل مي كنند كه خواص درماني و دارويي گياهان كاملا محفوظ مانده و به عسل منتقل مي شود .
و در ماجراي برنامه زندگي زنبوران عسل و ارمغاني كه آنها براي جهان انسانيت مي آورند ، كه هم غذاست و هم شفا و هم درس زندگي ، نشانه روشني از عظمت و قدرت پروردگار است ، براي جمعيتي كه مي انديشند.
خواص درماني عسل
عسل نه تنها يك غذاي كامل ، بلكه اكسيري پر ارزش است كه سالهاي سال به عنوان دارو براي درمان بيماري ها استفاده شده است و حاوي حداقل 80 ماده مفيد براي انسان است كه از اين لحاظ هيچ ماده غذايي در جهان ياراي رقابت با آن را ندارد .
در باب خواص درماني عسل نكات بسياري وجود دارد،از جمله مي توان به موارد زير اشاره كرد:
1.عسل در جلوگيري از پوسيدگي دندان:
پوسيدگي دندان امريست شايع به خصوص در افرادي كه از شيريني هاي مصنوعي استفاده مي كنند اما در تحقيقات دو تن از محققان به نام هاي وسبورن ونوزيسكين وست اين نتيجه حاصل شد كه افرادي كه از عسل استفاده مي كنند(روزانه 70 گرم)به پوسيدگي دندن مبتلا نشده اند.علاوه بر اينكه عسل قندي طبيعي ست،خاصيت ضد ميكروبي آن نيز در پيشگيري از پوسيدگي مؤثر است وهمچنين در رشد استخوانها و درمان نرمي استخوان و تقويت لثه بسيار سودمند مي باشد.اگر عسل با ذغال طبي مخلوط شود باعث سفيدي و براقي دندان ها مي شود.
2.عسل در طب كودكان:
مصرف عسل در كودكان ميتواند باعث افزايش وزن آنها شده و حال عمومي كودك را بهبود بخشد،نيز نياز كودك به ويتامين B6 را پاسخ مي گويد.البته به علت احتمال ايجاد واكنش هاي حساسيتي استفاده از عسل براي كودكان تا زير 2 سال ممنوع است.
3.عسل و بيماري هاي پوستي:
كاربرد عسل د رالتيام زخم ها به مصر قديم برمي گردد . در گذشته درمان زخم هاي كهنه و چركي با عسل متداول بوده است،هم اكنون نيز اين ماده براي درمان زخم هاي پوستي مزمن كاربرد دارد، رشد ميكروب ها را متوقف كرده و پوست و اعصاب را تغذيه مي نمايد.عسل براي درمان زخم سپتيك از ساولون بهتر عمل كرده و در درمان عفونت هاي پوستي بهبود سريع تري نسبت به پماد آمپي سيلين نشان داده است،عسل ضد كانديدا و

تريكوفيتون منتاگروفيتيس است و در درمان عفونت هاي پوستي ناشي از اين دو بسيار مؤثر است.نيز اين ماده به علت ساز و كار رطوبت گيري خود، موجب كاهش ادم زخم شده، در تسريع فرايند التيام مفيد است. وجود ماده ي اينهيبين كه خاصيت ضد باكتريايي دارد،احتمالا از طريق از بين بردن باكتري هاي زخم هاي بستر موجب تسريع التيام آنها مي شود.
4.عسل و بيماري هاي گوارشي:
عسل به علت داشتن بعضي آنزيم ها به هضم غذ كمك ميكند، مثل: ليپازٍ، آميلاز، ساكاراز و... عسل از شدت هيپر اسيديته ي معده مي كاهد و مي تواند در افراد مبتلا به ترش كردن يا رفلاكس مؤثر باشد،براي زخم معده و التهاب آن نيز مفيد است. از ساير مصارف درماني عسل مي توان به اثرات كمك درماني در بيماري سل، التهاب ريه، آسم و ذات الريه اشاره كرد، همچنين ميتوان از اثرات كمكي آن در انواع زخم و التهاب هاي قرينه و سوزشهاي چشم نام برد. عسل در درمان بيماري هاي زنان و زايمان، بيماريهاي قلبي، بيماريهاي كليوي و بيماريهاي اعصاب نقش به سزايي داشته است، نيز در درمان بيماريهاي خوني مفيد بوده، گلبولهاي قرمز و هموگلوبين را افزايش ميدهد و خاصيت ضد خون ريزي دارد، از اين رو ميتواند نقص ويتامين ك بدن را جبران كند.
عسل تاثير بسيار مهمي روي عضلات قلب و تحريك و تقويت آن دارد و فشار خون را تنظيم و از سكته قلبي جلوگيري مي كند . ابوعلي سينا درباره خواص عسل در كتاب معروف " قانون در طب " مي نويسد : " عسل دستگاههاي دروني بدن را تقويت ، نيرو را زياد و اشتها را باز مي كند . عسل جواني را جاودان و حافظه را نيرو مي بخشد . عسل در محو زخم هاي چركين و ريشه دار موثر است و به درمان آنها كمك مي كند ، تاريكي ديد را مي زدايد و بهترين درمان عفونت هاي لثه است . همچنين دردهاي شكم ، سرفه ، مارگزيدگي ، اختلالات تنفسي و دردهاي مفصلي را تسكين مي دهد ." صحبت از اثرات درماني عسل مجال بيشتري لازم دارد ما در اينجا به بعضي اثرات آن اشاره كرديم.
عسل درماني :
خواص اثبات شده دارويي عسل در علم پزشكي به شرح زير است :
1- خواص ضد باكتريايي و آنتي بيوتيكي و همچنين خاصيت ضدالتهابي عسل .
2- گلوكز و فروكتوز عسل سريعا جذب شده و به انرژي تبديل مي شوند .
3- اعمال كبد را فعال كرده و در دفع سموم (دتوكسكشين ) از كبد موثر است.
4- حركات و ترشحات روده را بهبود مي بخشد .
عسل داراي يك اثر ملين بوده و ترشحات روده ها را تحريك مي كند .

فشار اسمزي بالا ، وجود تركيبات معطر و استيل كولين باعث بروز اين اثرات مي شود .
ساير خواص مفيد عسل طبيعي
عسل و حافظه : از نظر علمي صمغ موجود در عسل نمي گذارد جدار عروق را نرم نگه مي دارد و در نتيجه موادغذايي بهتر به مغز و اعصاب مي رسد و مطالب بهتر در حافظه مي ماند و كمتر به دست فراموشي سپرده مي شود . از طرفي ويتامين D موجود در عسل اعمال بين كلسيم و فسفر را تنظيم مي كند ، و در نتيجه اعصاب كار خود را خوب انجام مي دهند .
عسل و انرژِي : عسل به علت داشتن گلوكز و فروكتوز باعث توليد انرژي سريع (سوختن گلوكز ) و طولاني (سوختن فروكتوز) مي گردد . اين قندها بدون هضم اوليه جذب مي شوند و از طريق عروق خوني كه ديواره روده ها را پوشانده وارد جريان خون شده سپس از طريق ورید وارد كبد مي كردند و در آنجا به گيلوكوژن تبديل مي شوند . اين ماده توسط بدن براي توليد انرژي بكار مي رود . مصرف مرتب عسل براي تقويت قواي جنسي و درمان ناتواني هي آن بسيار موثر است ؛ كه از عسل با روشهاي مختلف و تركيب با عصاره گياهان موثر در درمان اين ناتوانيها مي توان نام بهره گرفت.
عسل و طول عمر:عشل عمر را طولاني كرده و به تقويت اعضاء و احشاء بدن مي پردازد،خستگي را بر طرف مي كند.در افزايش نيروي جواني و قدرت بدني دخالت مستقيم دارد عسل قادر است راديكالهاي آزاد را خنثي كند.راديكالهاي آزاد نتيجه و پس مانده فعاليت و كار سلولهاي بدن است.آنها وقتي با سلولهاي سالم روبرو مي شوند آنها را به شدت آزار مي دهند و مانع از فعاليت طبيعي و سال سلول مي شوند.
ماسكهاي زيبائي با عسل:عسل نقش مهمي در حفظ و تجديد جواني بازي مي كند.خانمها مي توانند با تهيه ماسكهائي از عسل خالص يا اصل مخلوط با زرده تخم مرغ و خامه ترش به نسبت مساوي بر زيبائي و شادابي پوست خود بيافزايند.مي توان با عسل انواع ماسكا ها را براي تبديل پوستهاي خشك به چرب و معمولي تهيه كرد كه بسيار موثت.البته بايستي زير نظر پزشك باشد.
عسل و بيماريها
عسل و بيماري قلبي:عسل به دليل داشتن گلوكز كه سهل التجزيه و انرژي زاست،تاثير مهمي روي عضلات قلب در انواع بيماري هاي قلبي دارد و از طرفي باعث تحريك و تقويت قلب ،گشاد شدن رگها مي شود.همچنين عسل جريان خون را افزايش مي دهد،فشار خون را تنظيم كرده و از سكته قلبي جلوگيري مي نمايد.عسل به كمك دياستازهايش چربي هاي اطراف قلب را آب مي كند .به همين دليل مصرف آن به سالخوردگان و

بيماران قلبي توصيه مي شود.مصرف يك ليوان شربت عسل ولرم(عسل محلول در آ بميوه)قبل از خواب براي درمان بي خوابي بيماران قلبي بسيار مناسب است.
عسل و بيماري هاي دستگاه گوارش و روده:عسل در به كار انداختن دستگاه گوارش بسيار مفيد است؛باعث كاهش اسيدهاي اضافه معده مي گردد.عسل به عنوان دارو براي درمان زخم معده و ورم معده و روده موثر است.به علت داشتن آهن و منگنز به هضم غذا كمك كرده و ترشح شير معده را به خالت طبيعي بر ميگرداند.دردهاي معده را از بين مي برد،اسيدهاي درون معده به ويژه اسيد فرميك با تخميرو ترشي روده مبارزه كرده در درمان و عفونتهاي روده بسيار موثر است براي بيماران گوارشي بهتر است،دو ساعت قبل از ناهار يا ناشتا و سه ساعت بعداز شام با مخلوط آب گرم مقداري عسل مصرف كنند.
عسل و ضعف اعصاب:مشاهدات باليني ثابت كرده عسل براي اعصاب مفيد مي باشد.بي خوابي ،سر درد و ناتواني را در اين نوع بيماري ها كاهش داده و ناتواني عصبي را از بين مي برد و سيستم اعصاب مركزي را تقويت مي كند.
عسل و درمان بيماري هاي كبدي:كبد سموم باكتري ها رو خنثي مي كند و گليكوژن عامل اصلي مبارزه با سموم باكتري هاست؛باتوجه به اينكه مصرف عسل ذخيره گليكوؤژون كبد را افزايش مي دهد؛مي توان به اهمين عسل در افزايش قدرت كبد در مبارزه با ميكروبها پي برد.
عسل و كليه:عسل ضد عفوني كننده مجاري ادرار است.اگر مخلط با آب مقطر تغذيه شود باعث زياد شدن ادرار،رفع تشنگي و خرد شدن سنگ كليه و مثانه ميشود-مصرف سه بار در روز عسل با روغن زيتون و آب ليمو جهت سنگ كليه مفيد است.
عسل و خون:عسل تنش و كنش بسيار زنده و مثبتي روي ميزان هموگلوبين خون دارد و باعث افزايش آن خواهد شد.
عسل و چشم:عسل عامل شفائ در سوختگي هاي مخصوص چشم،آماس و التهاب چشم و درمان شب كوري است.سل همچنين عامل شفا بيماري هاي نشاي از كمبود ويتامين AوB است.
عسل و ريه:عسل در درمان ريه بسيار موثر است.شربت عسل را براي از يسن بردن سرفه و خط سينه مسلول و نافع است.
عسل و زخما:عسل دردرمان زخمها،سوختگي و دندان بسيار موثر است.عسل لثه ها را محكم و دندان را سفيد مي كند.اگر چاي يا عسل نوشيده شود براي جلوگيري از پوسيدگي دندان بسيار مفيد و موثر است.عسل در افراد داري حساسيت هاي مختلف بسيار مفيد است.
عسل و پوست:عسل اثر شفا بخشي بسياري روي پوست داشته و به

پوست نيرو مي بخشد.از جمله اينكه پوست را نرم و سفت مي كند.عسل خواص جذب سريعي دارد:به همين دليل ترشحات پوستي را جذب و به بافتهاي پوششي غذا مي رساند.عسل ناهمواري هاي پوستي را صاف مي كند و زخمهاي وستي حتي عميق را بسيار زود بهبود مي بخشد.
عسل و كودكان:عسل يك غذاي بسيار مفيد براي كودكان است و در رشد آنها تاثير به سزائي دارد بهتر است عسل به جاي شكر در غذاي كودكان استفاده شود مشروط بر اي آنكه ميزان آن از 3 قاشق چاي خوري در روز بيشتر نباشد.ضمنا مصرف عسل براي كودكان زير يك سال توصيه نمي شود بدليل آنكه عسل ممكن است در ايجاد بيماري موتولسيم در كودكان زيك سال موثر باشد،ولي كودكان بالاتر از يك سال در مقابل اين بيماري ايمن هستند.عسل در درمان بيماري هاي كودكان از قبيل كم خوني ،اسهال،شب ادراري برفك دهانو گلو درد مفيد و موثر است.
خواص ضد باكتري و ميكروبي عسل:
عسل حاوي مواد ضد ميكروبي است و هيچ نوع ميكروبي قادر به رشد در آن نيست و اين عامل ضد ويروسي تشعشع اتمي ان است.به عبارتي ديگر عسل داراي تشعشع راديواكتيو مي باشد و چنانچه به نحو احسن نگهداري شد براي مدت طولاني سالم مي ماند.
عسل آب درون باكتري ها را جذب مي كند و سبب مي شود كه باكتري نتواند زندگي عادي خود را ادامه دهد و رشد و تكثير يابد. عسل مانند بعضي از آنتي بيوتيكها داراي يك خاصيت باكتريو استاتيك است.
خواص ضد قارچ عسل:
عسل به علتداشتن خاصيت ضد قارچي هيچ گاه فاسد نيم شود و از پاكترين مواد غذائي است كه هميشه مي توان به سلامتي آن اطمينان داشت؛به دليل داشتن اسيد فرميك ترش نشده كپك نمي زند و تغيير ماهيت نمي دهد.
خواص ضد عفوني:
عسل باعث ضد عفوني زخمها مي شودو ميكروب ها را مي كشد و مانع عفونت مجدد ان مي گردد. انسان مي تواند از خاصيت ضد عفوني عسل براي زخمها مخصوصا زخم دهان و عفونتها استفاده نمايد.
http://www.salamatnews.com

## خواص دارويي سماق

خوردن مرتب سماق براي مبتلايان به ديابت مفيد است. زيرا يكي از عوامل به وجود آمدن عوارض و بيماري هاي مختلف در افراد ديابتي تركيب شدن گلوكز با مولكول هاي پروتئينهاي حياتي بدن است كه به تغيير ساختار شيميايي و عملكرد اين پروتئينها مي انجامد. مطالعات انجام شده روي گياه سماق نشان مي دهد كه سماق در حدود 81 درصد از بروز اين فرايند جلوگيري مي كند.
سماق همچنين ادرار آور است.
ساق براي برطرف شدن تهوع و بي اشتهايي و تب و رماتيسم و نقرس مفيد است و خاصيت ميكروب زدايي دارد.
توجه: سماق را بايد دور از نور خورشيد و هوا نگهداري كرد و مصرف زياد آن نيز گاهي اوقات مسموميت زاست.سير براي دستگاه گوارش خاصيت آنتي بيوتيكي دارد .

## نارنگي ،دردهاي عصبي را تسكين مي دهد

نارنگي به علت داشتن مقدار زيادي منيزيم در فعاليت عضلاني و دستگاه گوارش بخصوص در سيستم عصبي مؤثر است و دردهاي عصبي و كم خوابي را درمان مي كند.
نارنگي داراي ويتامين هاي، C.B1. A، فسفر و كلسيم است كه خون را تصفيه و زياد مي كند.
همچنين به علت داشتن فسفر و كلسيم بالا يكي از ميوه هايي است كه در تشكيل استخوان و اسكلت بدن مؤثر است، بنابراين خوردن آن به رشد كودكان و نوجوانان بسيار كمك كننده خواهد بود.
لازم به ذكر است، نارنگي كاركرد كليه و قلب را به ميزان قابل توجهي بهبود و همچنين كاركرد روده را تسهيل مي كند.

# اسفناج، برگ سبزي كه به جهان هديه كرديم

هميشه مفيد و سودمند بودن يك ماده غذايي قرين با خوشمزه بودن آن نيست. از ميان تره بار، خوردن كاهو تقريبا براي بيشتر مردم خوشمزه تر است اما گاه برخي از سبزي ها مانند كنگر، ريواس، كلم و ... به مذاق بسياري خوش نمي آيد و از آن جمله اسفناج ( در لفظ نياكان ما: اسفاناج و معادل انگليسي آن (اسپنياج) بد شانس اما بسيار سودمند و پرفايده.
اسفناج از جايي نيامده است
اين سبزي، گياه بومي ايران است و تقريبا از قرن نخست ميلادي، به طور طبيعي آن را به ديگر مردمان جهان هديه كرديم.
در مجموع هيچ فرقي نمي كند كه شما اسفناج محصول پاييزه را مصرف كنيد و يا بهاره آن را اما متخصصان به خوردن پاييزه آن كه اتفاقا اين نوع كاشت در كشورمان بيشتر مرسوم است اصرار دارند.
اسفناج چه دارد؟ اين سبزي از نظر حكيم هزار سال پيش كشورمان، كمي سرد و تر است و اكنون برخي بر اين باورند كه متعادل است. به عبارتي نه سرد است و نه گرم و بدين ترتيب بحث سرد مزاج بودن و گرم مزاج بودن در خوردن اين گياه تقريبا منتفي است و اين نخستين خاصيت اين سبزي است. اسفناج به داشتن آهن فراوان مشهور است و به كساني كه مي خواهند وزن اضافه را كم كنند توصيه مي شود. اين گياه، كلسترول خون را پايين مي آورد و از ابتلا به سرطان جلوگيري مي كند. اسفناج دافع تشنگي و عطش است و اصولا بدن را قلياييي مي كند. بهترين دارو براي كساني است كه مبتلا به كم خوني هستند. اسفناج به دليل دارا بودن كلروفيل عضلات روده را تخريب كرده و بدين ترتيب با مزاج سازگارتر است و مانند جارو روده بزرگ را تميز مي كند.
غذاهاي اسفناجي: عمومي ترين شكل خوردن اسفناج بدين قرار است: خورش آلو اسفناج، ماست و اسفناج(بوراني)، آش اسفناج، سالاد اسفناج، املت اسفناج.
موارد پخت اسفناج به عنوان دارو: اگر آش اسفناج را با آبليمو و سماق و يا آبغوره بخوريد، سردردهاي ناشي از اختلال كيسه صفرا را برطرف مي كند. چنان چه سرفه هاي خشك داريد، برگ اسفناج را با جو پوست كنده و روغن بادام بپزيد و بخوريد. به هنگام اختلال در دستگاه گوارش، خوردن آش اسفناج به همراه گشنيز توصيه طبيب خانگي است.
نكته: اسفناج به علت داشتن اگزالات براي بيماران مبتلا به ورم مفاصل و سنگ هاي كليه و مثانه به هيچ روي مناسب نيست.

# اسفناج خطر نابينايي را كاهش مي دهد

اسفناج سبب محافظت چشم انسان از مهمترين علتهاي نابينايي مي شود .
به گزارش پايگاه خبري يورك الرت , محققان دانشگاه منچستر دريافتند,اسفناج و ساير سبزيجات مانند كلم بروكلي و كلم و ذرت غني ازماده اي شيميايي به نام لوتئين هستند كه همراه با كاروتنوئيد ديگري به نام گزانتين ماده اي روغني و زرد را در مركز بينايي چشم به نام ماكولا يالكه زرد تشكيل مي دهند.
اين روغن زرد رنگ كه رنگدانه لكه زرد ناميده مي شود كار محافظت ازماكولا را نيز به عهده دارد و مانع از تخريب آن يا اي ام دي مي شود.
اي ام دي بيماري شايعي است كه 12 درصد از مردان و 29 درصد از زنان بالاي 75 سال را در انگليس مبتلا مي كند و عمده ترين علت نابينايي در جوامع غربي است.
دكتر يان موري از دانشكده علوم زندگي دانشگاه منچستر مي گويد لكه زردبينايي منطقه كوچكي از شبكيه است كه مسئول ديدن جزئيات اشياست و تشخيص رنگ نيز به عهده اين منطقه است.
به گفته محققان , با مصرف اسفناج و ساير سبزيجات قدرت بينايي تقويت مي‌شود و خطر بروز نابينايي نيز كاهش مي يابد

## ميوه هاي قرمز خواص بيشتري دارند

ميوه هاي قرمز خواص بيشتري نسبت به ديگر ميوه ها دارند . تا جايي كه خوردن ميوه هاي قرمز پنج وعده در روز توصيه مي شود . به تازگي دانشمندان مي گويند :
انواع ميوه هاي قرمز نه تنها آنتي اكسيدان لازم را به بدن مي رسانند بلكه عفونت هاي مجاري ادرار و التهابات را هم از بين مي برندو همچنين خطر ابتلا به سرطان را هم كاهش مي دهند . براي مثال هندوانه جزء يكي از ميوه هاست كه داراي فيبر و ويتامين هاي A . C و پتاسيم است و هر چه رنگ ميوه هاي قرمز تيره تر باشد مواد معدني و ويتامين هاي سودمند بيشتري در آن نهفته است . هندوانه يك ميوه ي بسيار مفيد است و حتي پوست و تخم آن هم خوردني و پر از خاصيت مي باشد .
ارسال اين مقاله براي دوستان:
* * آدرس پست الكترونيكي

# نوشيدن چاي سبز خطر مرگ را كاهش مي دهد

مطالعه اي تازه در ژاپن نشان مي دهد كه نوشيدن چاي سبز مي تواند خطر مرگ در اثر ابتلا به گروهي از بيماريها را به ميزان قابل توجهي كاهش دهد.
به گزارش سرويس (بهداشت و درمان) خبرگزاري دانشجويان ايران- واحد علوم پزشكي تهران - به نقل از پايگاه اينترنتي نشريه انجمن پزشكي آمريكا محققان با بررسي اطلا عات پزشكي بيش از 40 هزار نفر دريافتند كه چاي سبز خطر مرگ در اثر بيماري قلبي را بيش از بيست و پنج درصد كاهش مي دهد.
با اين وجود برخي متخصصان قلب در انگليس مي گويند كه اين فوايد ممكن است ناشي از رژيم غذايي ژاپني ها در كل باشد زيرا غذاهايي كه مردم اين كشور عادت به مصرف آنها دارند از غذاهاي رايج در غرب سالم تر است.
صرفنظر از آب، چاي پرمصرف ترين نوشيدني در جهان است و هرساله سه ميليارد كيلوگرم چاي در جهان توليد مي شود.
مطالعات انجام شده در آزمايشگاهها و روي حيوانات نشان داده است كه بويژه چاي سبز در مقايسه با چاي تيره داراي فوايد زيادي براي سلا متي است.
بررسي هاي آماري نشان مي دهد در حدود 80 درصد مردم ژاپن چاي سبز مي نوشند به طوري كه بيش از نيمي از آنها روزانه سه فنجان يا بيشتر از آن مصرف مي كنند.
در مطالعه اي يازده ساله درباره تغذيه و نوشيدن چاي سبز در ميان ژاپني ها معلوم شد ميزان مرگ بر اثر كليه عوامل براي كساني كه روزانه 5 فنجان يا بيشتر چاي سبز نوشيده بودند در مقايسه با كساني كه يك فنجان يا كمتر نوشيده بودند 16 درصد كمتر بود.
مطالعه 7 ساله براي كشف علل خاص مرگ و مير نيز نشان داد كه خطر مرگ در اثر بيماري قلبي براي گروهي كه 5 فنجان يا بيشتر چاي سبز مي نوشند 26درصد كمتر بود.
پژوهشگران همچنين از اين مطالعات دريافتند فوايد چاي سبز ظاهرا براي زنان بيشتر بود.
زناني كه روزانه پنج فنجان يا بيشتر چاي سبز مي نوشيدند در مقايسه با كساني كه يك فنجان يا كمتر مصرف مي كردند 31 درصد كمتر باخطر مرگ در اثر بيماري قلبي روبرو بودند.

# سبزيجات و ميوه ها ضامن سلامتي

نويسنده:دكتر رضا آمري نيا
امروزه در مقالات مختلف مي خوانيد كه مصرف سبزيجات و ميوه ها سبب كاهش بيماري هاي قلبي، فشار خون بالا، چاقي، ديابت و سرطان مي شود اما كمتر در مورد نحوه اثر اين مواد غذايي و اينكه به چه طريق سبب كاهش اين همه بيماري مي شوند اطلاعاتي دريافت مي كنيد. ما در اين مقاله سعي خواهيم كرد درخصوص مكانيسم اثر اين گروه از مواد غذايي كه اصطلاحاً غذاهاي پرفيبر خوانده مي شوند مطالبي را حضورتان ارائه دهيم.
سبزيجات و ميوه ها با توجه به تركيب پرفيبري كه دارند، ساير مواد غذايي خورده شده را احاطه كرده و با كم كردن اثر آنزيم هاي گوارشي از جذب سريع مواد غذايي جلوگيري مي كنند. در بدن انسان پديده اي به نام توفان انسولين وجود دارد. در اين حالت مصرف بيش از حد مواد قندي سبب افزايش ناگهاني هورمون انسولين كه وظيفه پائين آوردن قند خون را دارد، شده و در حقيقت قند مصرف شده بلافاصله سوخته شده و سريعاً سطح خوني قند پائين مي آيد. بالا بودن سطح انسولين خون در دراز مدت سبب حالتي به نام مقاومت به انسولين مي شود و اين همان چيزي است كه در بيماران ديابتي چاق وجود دارد. اين وضعيت در صورت مصرف مواد غذايي پرفيبر همراه با قند ديده نمي شود چرا كه سبزيجات و ميوه ها اولاً با احاطه مواد غذايي جلوي اثر آنزيم هاي گوارش را گرفته و قند موجود در مواد غذايي به آهستگي هضم و جذب مي شود و ثانياً با توجه به اينكه قند ميوه ها از نوع مركب است نسبت به قند هاي ساده ديرتر هضم و جذب شده و در نهايت جلوي احساس زود هنگام سيري گرفته مي شود.سبزيجات و ميوه ها حاوي ويتامين هاي A و C هستند. سبزيجات برگي و ساير انواع سبزيجات مثل گوجه فرنگي، فلفل دلمه اي و ميوه هاي گروه مركبات و توت حاوي ويتامين C هستند و همچنين گروه ديگري از سبزيجات و ميوه ها چون اسفناج، هويج، گوجه فرنگي، طالبي، زرد آلو، شليل و هلو منابع سرشار از ويتامين A هستند. تحقيقات اخير ارتباط اثرات ضد سرطاني اين دو ويتامين را قوياً ثابت كرده است.توصيه مي شود كه سبزيجات به صورت خام مصرف شود چرا كه حرارت باعث مي شود بسياري از مواد مغذي اين گروه از مواد غذايي مثل ويتامين ها از بين برود. بسياري از ويتامين ها در صورت حرارت دادن تجزيه شده و خواص اصلي خود را از دست مي دهند. سعي كنيد قبل از مصرف سبزي ها و ميوه ها حتماً آنها را شسته و با محلول هاي مخصوص، ضد عفوني كنيد چرا كه

ممكن است سبزيجات و ميوه هاي نشسته منشاء بيماري هاي مختلف انگلي و ميكروبي باشند. اگر محلول هاي ضد عفوني در دسترس نبود مي توانيد براي شست وشوي اين گروه از مواد غذايي از محلول آب نمك (به نسبت ? قاشق مربا خوري نمك در يك ليوان آب) به مدت ?? دقيقه استفاده كنيد.با توجه به اينكه بسياري از ميوه ها در پوستشان داراي تركيبات مفيدي براي بدن هستند سعي كنيد حتي المقدور ميوه ها را با پوست بخوريد. به عنوان مثال ماده اي به نام پكتين در پوست سيب وجود دارد كه خاصيت ضد سرطاني دارد. در اينجا بهتر است يادآور شوم كه در پوست برخي از ميوه ها و گروهي از سبزيجات نارس، مواد حساسيت زايي مثل ساليسلات ها وجود دارد كه در درازمدت ممكن است سبب بيماري هاي مختلفي ازجمله افسردگي شود. اين مواد به طور طبيعي در پوست سيب نارس يا گوجه فرنگي نارس و برخي دانه ها و به طور مصنوعي در داروي آسپرين وجود دارد و توصيه مي شود اين قبيل از ميوه ها و سبزيجات را كه نام برده شد يا به صورت نارس مصرف نكرد يا اينكه پوست اين گروه را ضخيم تر برداشته و مصرف كرد.براي پختن سبزيجات از آب كمتري مصرف كنيد چرا كه ممكن است مواد مغذي آنها رقيق شده و در حين روند پخت و پز از دست برود. نگهداري سبزيجات به صورت خشك شده و يا فريز كردن آن نيز ممكن است باعث كاهش خواص مفيد آنها شود و بالاخره اينكه سبزيجات و ميوه ها با توجه به فيبري كه دارند در آب به صورت نامحلول و چسبناك درمي آيد، گوارش غذا را آهسته تر مي كند و به شكم احساس پري بيشتري داده و در نهايت سرعت رد شدن غذا از روده ها را افزايش مي دهد و به همين علت در جلوگيري از يبوست بسيار موثر است. لازم به ذكر است طبق آخرين تحقيقات به عمل آمده سبزيجات با رقابت در جذب استروژن، باعث جلوگيري از سرطان سينه در خانم ها مي شود. پس سبزي و ميوه بخوريم تا سلامت خود را تضمين كنيم.

# پرتقال بهترين عامل تصفيه خون

مصرف پرتقال بيش از هر ماده غذايي باعث تصفيه خون شده و اين ميوه براي كليه امراض مفيد است

دكتر شهباز اميني فر متخصص تغذيه در گفت وگو با ايسنا واحد علوم پزشكي ايران، با بيان اين مطلب اظهار داشت: پرتقال مانع رسوب خون در جدار رگها شده و در درمان و پيشگيري از ابتلا به تصلب شرائين بسيار مفيد است.

وي با اعلام اين كه مصرف پرتقال در سنين پيري از بالارفتن ترشي خون پيشگيري مي كند، اعلام كرد: همچنين، مصرف اين ميوه براي مبتلايان به ديابت مفيد بوده و توصيه مي شود.

دكتراميني فر در ادامه پرتقال را حاوي منابع كافي از ويتامين ث و كاروتن دانست و گفت: مصرف اين ميوه براي كليه امراض و خصوصا كنترل بيماري اسكوربوت، تشنجات حاد و خونريزي هاي شديد بسيار مفيد است.

اين متخصص تغذيه همچنين در پايان مصرف عصاره پوست پرتقال را داراي خاصيت ضد يبوست و موجب درمان اين بيماري دانست.

## تاثیر عسل در درمان سرفه

خوردن يك قاشق چاي خوري عسل قبل از خواب در رفع سرفه كودك بسيار موثر است و باعث مي شود، كودك خواب راحت تري داشته باشد.
محققان دانشگاه ايالت پنسيلوانياي آمريكا در طي يك تحقيق درباره ??? كودك سنين ? تا?? ماهه كه در اثر عفونت مجاري تنفسي فوقاني سرفه مي كردند آزمايش هايي به عمل آوردند. اين كودكان تا هفت روز سرفه مي كردند. به ?? نفر از اين كودكان عسل و به ?? نفر از آن ها شربت ضد سرفه دكتسرومتورفان و به ?? نفر ديگر چيزي داده نشد. سپس قرار بر اين شد كه والدين كودكان با پر كردن فرم هايي كه محققان تنظيم كرده بودند اثرات درمان را گزارش دهند.
دانشمندان به اين نتيجه رسيدند كه اثر درماني عسل بسيار بيشتر از دكسترومتورفان بود. عسل با كاهش تعداد و شدت سرفه ها تا حد زيادي در رفع آن كمك كرده بود. كودكان همچنين توانستند خواب راحت تري داشته باشند.
سرفه يكي از شايع ترين علايم عفونت مجاري تنفسي فوقاني است و براي درمان آن معمولا دكسترومتورفان تجويز مي شود. اين در حالي است كه در مورد عوارض جانبي اين دارو در كودكان بحث هاي زيادي وجود دارد. به همين منظور عسل مي تواند داروي مفيدي براي درمان سرفه باشد. عسل به خصوص از نوع تيره رنگ، از قديم به عنوان محصولي سرشار از آنتي اكسيدانت و داراي ويژگي هاي مقابله با ميكروب شناخته شده است. اكنون اين تحقيق اثرات مفيد عسل را در رفع سرفه تائيد مي كند.

خواص دارويي چاي

من برگ درختچه اي هستم كه در انواع وحشي آن درچين و هندوستان مي رويد و قامت آنها معمولا به ده متر مي رسد ولي نوع بستاني و پرورش يافته من كه برگها و جوانه هاي آنرا مرتبا مي چينند از دو متر قد آن تجاوز نمي كند . قسمت مورد استفاده من برگهاي من است كه پس از بو دادن به صورت چاي سبز و سياه به فروش مي رسد.
درتاريخ كشف من افسانه هاي زيادي گفته اند . از جمله ميگويند يكي از امپراتوران چين بر يكي از نزديكان خود غضب كرد و دستور داد او را از شهر بيرون كنند آن شخص مدتي در كوه و بيابان و درجنگل ها و بيشه ها سرگردان بود و در نتيجه بسيار ضعيف و زرد چهره شده بود . روزي درختي ديد . از غايت گرسنگي برگ آنرا غذاي خود ساخت ودر اندك مدتي علايم صحت در او ظاهر شد و رنگ رخساره او باز و زيبا گرديد . مخفيانه به شهر آمد و براي يكي از نزديكان امپراتور احوال خود را نقل كرد و آن شخص به عرض رسانيد ، امپراتور او را احضار كرد و از ديدن صورت زيبا شده ي او متعجب شد و پس از جويا شدن از علت آن ، عده اي از پزشكان را مامور تحقيق در اطراف فوايد اين گياه نمود .
حكيم ميرزا قاضي دركتاب اختيارات خود پس از ذكر اين افسانه مي نويسد :
چاي گياهي است خوشبو ، با اندك تلخي . نوشيدن دمكرده ي آن حرارت باطن را تسكين مي دهد و خون را صاف مي كند . افسانه ي ديگري نيز در وصف من به اين شرح گفته اند : روزي جمعي از اهالي ختا به شكار رفته بودند گوشت يكي از شكارهاي خود را پخته ودر ظرفي ريخته و روي آنرا با شاخه هاي بوته ي چاي پوشاندند و دو مرتبه به دنبال شكار رفتند . پس از آنكه براي خوردن جمع شدند ، ديدند تمام گوشتها له شده و چون اين امر را نزد اطبا اظهار داشتند آنها پس از تحقيق و امتحان دانستند كه برگهاي خشك گياه من ، در هضم غذا و طعام و زود پختن گوشت و حبوبات اثر دارد .
باري زادگاه اوليه ي من چين و هندوستان است و درايران نيز درگيلان و مازندران و مخصوصا لاهيجان كاشته شده به چاي داخلي معروف ميباشد .
بهتري زمين براي كشت من زميني است كه داراي سنگهاي خروجي و آتشفشاني باشد با محصول من مرغوب ومفيد باشد . زيرا گياه من احتياج به شبه فلز فلوئور دارد.
چايكاري در چين معمولا در شكاف دره هاي عميق صورت ميگيرد و فرآورده ي آن به علت خروجي بودن زمين داراي فلوئور زيادي است ، و از

طرف ديگر روستاييان چيني معتقدند كه خاك مالك حقيقي همه ي موجودات است. روي اين اصل چاي چيني سرشار از شبه فلز فلوئور بوده و چاي داخلي از حيث داشتن اين عنصر مفيد فوق العاده فقير است فقط محصولات چند نقطه ي كوهستاني تا 3 ميلي گرم درصد است .
دومين دليل زيادي فلوئور در چاي چين استفاد از طغيان رودخانه ها است ، زيرا در چين رودخانه هايي جاري است كه از كوههاي آتشفشاني سرچشمه گرفته و بستر آنها بالاتر از مزارع چاي كاري است و هنگام طغيان مقداري گل و لاي را دركشت زارها پهن مي نمايند و چون در لاهيجان رودخانه سفيد رود در سطحي پايين تر از كشت زارها جاري است به ندرت طغيان آن گل ولاي به اين مزارع مي رساند . در ژاپن مزارع چاي در مجمع الجزاير آتشفشاني است و آب و زمين و هوا سرشار از شبه فلز فلوئور مي باشد و از طرف ديگر ژاپني ها مقداري از صيد ماهي را به ساختن آرد ماهي اختصاص داده وآنرا به عنوان كود مصرف ميكنند .
استفاده از آرد ماهي كه داراي مقدار زيادي فلوئور است كافي است كه چاي ژاپني نسبت به اين شبه فلز غني بوده و فرآورده ي آن مرغوب شود . براي اصلاح ومرغوب شدن چاي داخلي بهترين وسيله استفاده از كودهاي فلوئوردار مثل آرد ماهي است . چاي سبز از بو دادن برگهاي تازه بدون دمبرگ به عمل مي آيد و چون برگهاي چاي مدتي مانده و تبخير شوند ؛ محصول آنها چاي سياه مي باشد . دمكرده ي پنج تا ده هزار برگهاي بو داده من ، محرك و مقوي معده بوده و ادرار آور بوده ولي از نظر داشتن خواص مذكور كمتر استعمال مي شود ، بلكه معمولا آنرا مانند يك نوشابه ي عادي و براي رفع خستگي مينوشند . من مقوي مغز و معده و باه ميباشم و ادرار را زياد مي كنم ،نشاط آور بوده تشنگي را تسكين مي دهم – سردرد را آرام مي كنم التهاب معده را فرو مي نشانم ، خون و رنگ رخسار را صاف مي كنم و به جذب ادويه دراعماق ياخته هاي بدن كمك ميكنم . بوي بد دهان را از بين ميبرم ، مخصوصا خشك من در ازبين بردن بوي سير و پياز بي اثر نيست . جهت خفقان وامراض قلب مقداركم من مفيد است وازهمه مهمتر به علت داشتن شبه فلز فلوئور ميناي دندان و استخوانها را تقويت كرده واز پوسيدگي دندانها جلوگيري ميكنم ، زياده روي درخوردن من رنگ دندان را زرد كرده ولي دندانهاي زرد ديرتر خراب شده و كرم خوردگي كمتر پيدا مي نمايند .

# استفاده از سويا تضمين سلامتي خانواده است

وجود مواد گوناگون مفيد و ضروري بدن در سويا از ابتلا افراد به بيماري‌هاي گوناگون از قبيل بيماري‌هاي قلبي، ديابت، آرتروز و سرطان جلوگيري مي‌كند.
دكتر سيد ضياءالدين مظهري متخصص تغذيه و رژيم درماني در گفتگو با خبرنگار باشگاه خبرنگاران در اين باره افزود: سويا يكي از مواد غذايي است كه در مورد مواد موجود در آن و استفاده آن در برنامه غذايي افراد در چند سال اخير بحث و گفتگو وجود دارد، يك دانه سويا حاوي 10 گرم آب، 34 گرم پروتئين، 7/17 گرم چربي، 226 ميلي گرم كلسيم، 550 ميلي گرم فسفر، 4/8 ميلي گرم آهن، 80 واحد ويتامين A و 1/1 ميلي گرم ويتامين B1 و 30/0 ميلي‌گرم ويتامين ب2 و 2/2 ميلي گرم ويتامين B3 است.
وي ادامه داد:سويا حاوي 3 نوع ماده غذايي اصلي پروتئين، كربوهيدارت‌ها و چربي است، اين گياه از نظر پروتئين غني است و يكي از منابع خوب از ايزوو فلان‌هاست كه داراي فوايد زيادي در تامين سلامتي فرد است، سويا هيچ نوع چربي مضري ندارد و روغن آن جزء چربي‌هاي اشباع نشده است.
وي گفت:جايگزين محصولات حيواني با سويا باعث افزايش كلسترول خوب (HDL) در بدن مي‌شود، اسيد آمينه‌هاي موجود در پروتئين سويا كه متفاوت از منابع غذايي حيواني و ساير پروتئين‌هاي گياهي است قادر است سنتز و متابوليسم كلسترول را تصحيح كند، از فوايد ديگر سويا مي‌توان به بهبود عملكرد پروستات اشاره كرد، زيرا سويا حاوي مقادير زيادي ايزوفلاوون است كه اين ماده يك نوع آنتي اكسيدان برجسته و موثر در جلوگيري از ايجاد غده سرطاني در پروستات است.
دكتر مظهري تاكيد كرد: ويتامين E موجود در اين نوع ماده غذايي براي سلامتي پوست و مو و جلوگيري از كم خوني موثر است، فيبر موجود آن باعث كاهش وزن، كاهش كلسترول و تري گليسيريد و افزايش كاركرد روده بزرگ مي‌شود و از بروز سرطان روده بزرگ جلوگيري مي‌كند، ويتامين B1 موجود در آن از خستگي و بيماري‌هاي عصبي جلوگيري و افزايش دهنده انرژي است، منيزيم موجود در سويا اثرات مفيد بر استخوان و رگ‌هاي خوني به خصوص بر عضلات قلب دارد و از لخته شدن خون و تصلب شريان جلوگيري مي‌كند.
وي تاكيد كرد: امروزه مواد حاوي سويا همچون شير سويا، آرد سويا، جوانه سويا، آجيل سويا و مكمل‌هاي سويا به صورت محلول در مواد ديگر يا قرص

در بازار موجود است و افراد برحسب ذائقه خود مي‌توانند از ان مواد مصرف كنند و از فوايد اين ماده غذايي بهره ببرند.

منبع ويتامين هاي مختلف هستم و آش من به مبارزه با امراض معدي برويد . پوست من براي از بين بردن چين و چروك پوست مفيد است . براي نرمي سينه و تنگ نفس مرا تجويز كنيد .
اسم من به است ، به من بهي و آبي هم مي گويند . اعراب مرا سفرجل مي خوانند . زادگاه اوليه من ايران است و در نام لاتيني من كلمه ايراني به چشم مي خورد . من داراي انواع جنگلي – ترش – شيرين و ميخوش هستم . بهترين نوع من پيوندي است كه آنرا روي تنه زالزالك پيوند كرده باشند . نوع جنگلي من گس است و آنرا «به شغال» مي خوانند . قابل خوردن نيست ، ولي بهدانه ي آن بهتر از دانه ي پيوندي است . من داراي ويتامين هاي آ- ب و اي و پ6 بوده داراي آهك آهك و تانن هستم و از اين رو براي مبتلايان به امراض سل و دق غذاي مطلوبي مي باشم . آب جوشانده و پخته من مقوي وقابض است . آب ميوه من كه به وسيله ماشين فشاري گرفته شود ، ملين بوده طبل شكم را خالي مي كند و در كوچك كردن شكم موثر است . شربت ساده ي من كه به شربت به معروف است . براي درمان ورم روده مفيد مي باشد و شربت به ليمو مقوي قلب و معده بوده و ايجاد سرور مي نمايد . آش من غذاي گوارايي براي امراض معدي است وخورش به نيز همتاي آن مي باشد. آب ميوه ي من براي معالجه اسهال خوني و خونريزي معدي تجويز شده است و دمكردي شكوفه ي من سي گرم در ليتر سرفه را تسكين مي دهد اگر پوست ميوه ي مرا پانزده روز در الكل خيس كنند ، و با آب آن صورت را مالش دهند چين و چروك را از بين مي برد.
وجود ويتامين هاي ب و پ درمن سبب شده است كه اعصاب را تقويت كنم و جواني را پايدار سازم . با آب جوشانده ي من مي توان معده و روده و رحم را شست . نوع ترش من در تقويت معده بهتر از شيرين است . نوع شيرين من مسرور كننده و مقوي معده و دماغ است پيشاب را زياد مي كند . زياده روي در خوردن به مسهل است . عصاره ميوه ي من مانع خونريزي و قي و خمار و تشنگي است . يكي از پزشكان قديم ايران معتقد است كه زياده روي در خوردن به ترش و ميخوش باعث سكسكه است. بوييدن انواع معطر من باعث تقويت روح حيواني و نفساني است . قي را بند مي آورد و خونريزي معده را درمان مي كند . خوردن ميوه خام من مخصوصا شاداب و شيرين آن جهت تفريح و معالجه وسواس و تسكين درد سر و آبريزش بيني و تقويت كبد ومعده مفيد مي باشد . اشتها را زياد مي كند. ميوه ي من بوي بد دهان را از بين مي برد . يرقان را معالجه مي

نمايد و التهاب معده را تسكين مي دهد .و براي تسكين درد قسمت بالاي معده توصيه شده است و مفيد است . اگر ميوه ي مرا زير آتش تنوري نماييد به حدي كه رنگ آن تيره شود و بخوريد اسهال مزمن را معالجه مي كند مخصوصا اگر وسط ميوه مرا را خالي كرده و دانه ها را برداشته و به جاي آن جوزبويا گذاشته باشند . رب نوع ترش من قابض معده بوده ، قي را بند مي آورد و اسهال را معالجه مي كند . مسكن تشنگي و حرارت معده است . مرباي من با آب نعناع براي جلوگيري از قي به كار مي رود . شكوفه تازه من مسكن سينه – قابض و مسكن درد سر و قي كردن است . مقوي قلب ، دماغ و معده بوده ، و اثري نيكو دارد . مرباي ميوه من جهت نرم كردن و درمان سرفه و تنگ نفس سود بخش مي باشد . ضماد ميوه و برگ درخت من جهت فرو بردن ورمهاي گرم مخصوصا ورم چشم نافع است . از اين ضماد مي توان براي رفع سوزش محل نيش حشرات سمي استفاده نمود . ضماد برگ من به تنهايي جهت معالجه زخمهاي چركي مفيد مي باشد . كرك روي پوست من بسيار قابض است و براي گلو و آواز خوب نيست ، چنانچه آب ميوه ي مرا در روغن زيتون ريخته و آنرا غليظ نماييد ، تنقيه ي آن جهت معالجه اسهال و زخم معده اثر معجزه آسا دارد

شنبليله براي درمان ديابت

نتايج تحقيقات نشان مي دهد: تجويز عصاره آبي برگ شنبليله در كاهش برخي مشكلات دردزاي ناشي از ديابت موثراست. مهرداد روغني، محمد رضا واعظ مهدوي و محسن خليلي نجف آبادي، استاديداران فيزيولوژي دانشكده پزشكي دانشگاه شاهد در اين پژوهش اثر آنالژزيك عصاره آبي برگ شنبليله در موش هاي صحرايي نر مبتلا به ديابت قندي القا شده توسط استرپتوزوتوسين را با استفاده از آزمون فارمالين در طي دو فاز حاد و مزمن مورد بررسي قرار داده اند.
در اين تحقيق از موش هاي صحرايي نر نژاد wistar در محدود وزني ??? تا ??? گرم استفاده شد. موش ها به طور تصادفي به پنج گروه كنترل، كنترل تحت درمان با عصاره آبي برگ شنبليله، كنترل دريافت كننده سديم ساليسيلات (كنترل مثبت)، گروه ديابتي و گروه ديابتي درماني شده با عصاره آبي برگ شنبليله تقسيم شدند. گفتني است، براي ديابتي كردن حيوانات از داروي استرپتوزوتوسين به صورت تك دوز به ميزان ??? ميلي گرم بر كيلوگرم استفاده شد.

## کيوي مانع جذب کلسيم مي شود

تحقيقات نشان مي دهد کيوي باعث بروز عارضه در اعضايي نظير کليه ها و کيسه صفرا مي شود.
ميوه کيوي خواص تغذيه اي فراواني دارد، اما محققان در بررسي هاي انجام شده به اين نتايج رسيده اند که اين ميوه داراي ماده اي به نام اگزالات است ترکيبي که وقتي وارد بدن مي شود در مايعات بدن باقيمانده و باعث بروز عارضه در اعضايي نظير کليه ها و کيسه صفرا مي شود.
شايان ذکر است، اين ميوه براي افرادي که مستعد سنگ کليه و سنگ صفرا هستند بايد با احتياط مصرف شود. افزون بر آن اگزالات موجود در اين ماده مانع جذب کلسيم هم مي شود.

# آشنايي با انواع چاي و خواص انها

خواص و انواع چاي
* چگونگي دم كردن چاي سياه: آب رابه درجه جوش رسانده (??? درجه سانتي گراد) سپس روي چاي ميريزيم- زمان دم كشيدن نبايد كمتر از ?? ثانيه و طولاني تر از ? دقيقه گردد- زيرا پس ازآن تانين چاي بتدريج آزاد شده و اثر محرك كافئين را خنثي و طعم چاي را نيز تلخ ميكند.
* چگونگي دم كردن چاي سبز: دماي آي در اين حالت بايد ??-?? درجه سانتي گراد باشد. معمولا هر چه كيفيت چاي سبز بالا تر باشد دماي آب نيز ميباشد كمتر باشد. ترجيحا بهتر است قوري چاي پيش از دم كردن چاي از قبل با قرار دادن قوري درون يك كاسه حاوي آب داغ، گرم گردد.
* چگونگي دم كردن چاي اولانگ: همانند دم كردن چاي سبز ميباشد اما دماي آب در اين نوع چاي ميبايد ???-?? درجه سانتي گراد باشد.
* براي جلوگيري از پخش شدن تفاله هاي چاي درون قوري ميتوانيد از وسيله اي بنام اينفيوزر (TEA INFUSER) استفاده كنيد كه يك كره تو خالي مشبك است و چاي را هنگام دم كردن درون آن ريخته و سپس درون قوري مي اندازيم.
تركيبات تشكيل دهنده چاي
?-كافئين.
?- تيوفيلين (THEOPHYLLINE): اين ماده ساختاري همچون كافئين دارد كه هم در چاي سبز و هم سياه موجود ميباشد. اثرات آن در بدن عبارت است از:
شل كردن عضلات نايژه هاي ريه، افزايش جريان خون كليه ها، افزايش انقباض پذيري و كارايي عضلات قلب، افزايش ضربان قلب، كاهش فشار خون و اثرات ضد التهابي.
?- تانين (TANNIN): يك پلي فنول تلخ مزه ميباشد. كه اثر آن در بدن آرام بخشي سيستم عصبي مركزي انسان ميباشد. يك عيب تانن اين است كه از جذب مواد معدني به ويژه آهن ممانعت ميكند.
?- تيانين (THEANINE): در چاي چندين آمينو اسيد وجود دارد اما بيشترين ميزان اسيد آمينه چاي را تيانين تشكيل ميدهد. عمده طعم چاي به خاطر وجود همين ماده است.
?- كاتچين(CATECHIN): اين ماده بسيار مفيد بوده و براي سلامتي بسيار سودمند است. كاتچين در چاي سبز و سياه وجود داشته اما ميزان آن در چاي سبز بيشتر ميباشد. اثرات آن در بدن عبارتند از:
ضد سرطان ميباشد، كاهش دهنده كلسترول خون، يك آنتي بيوتيك و آنتي

ويروس قوي، جلوگيري از افزايش يافتن فشار خون و جلوگيري از افزايش يافتن قند خون.
?- ويتامينهاي E,C,B COMPLEX: ويتامين اي يك آنتي اكسيدان قوي ميباشد كه براي بدن بسيار مفيد است. ويتامين سي كاهش دهنده استرس بوده و علايم سرماخوردگي را نيز تقليل ميدهد. ويتامين ب كمپلكس كمك ميكند به متابوليسم كربوهيدراتها.
?- فلوراید و فلووانوئید (FLAVONOID): فلوراید در استحكام دندان و فلووانوئيد از ايجاد بوي بد دهان پيشگيري كرده و همچنين ديواره عروق خوني را تحكيم ميكند.
?- همچنين چاي حاوي فيبر، كربوهيدرات، ليپيد و كاراتنوئيد نيز ميباشد.
* چاي يك محرك است و يا يك آرام بخش؟
هر دو. چاي تا پيش از ? دقيقه از دم كشيدن اثر محرك دارد اما پس از اين مدت بتدريج از خاصيت محرك بودن آن كاسته شده و به خاصيت آرام بخشي آن افزوده ميگردد. پس از گذشت ? دقيقه از دم كشيدن چاي كاملا به يك آرام بخش مبدل ميگردد.
هر دو نوع چاي سياه و سبز براي سلامتي انسان مفيد ميباشند اما چاي سبز بسبب آنكه عمل اكسيداسيون روي برگهاي آن صورت نگرفته خاصيتش از چاي سياه بيشتر است.
فواید چاي براي سلامتي بدن
?- پيشگيري، تسكين علايم و تسريع بهبودي سرماخوردگي و آنفولانزا.
?- پيشگيري از بوي بد دهان.
?- پيشگيري و كاهش اثرات ديابت نوع دوم.
?- كاهش علايم مواد حساسيت زا.
?- كاهش علايم عارضه پاركينسون.
?- گسترش عفونت ويروس HIV را در بدن كاهش ميدهد.
?- حفظ كننده تعادل مايعات بدن ميباشد.
?- رفع خستگي و استرس.
?- پيشگيري و التيام درد بيماري آرتروز.
??- پيشگيري از عارضه پوكي استخوان.
??- آسيبهايي كه سيگار به DNA وارد مي آورد را كاهش ميدهد.
??- كند كننده روند پيري.
??- جلوگيري از لخته شدن خون.
??- يك ضد ويروس و ضد باكتري.
??- افزايش متابوليسم و كمك به كاهش وزن.
??- افزايش كارايي سيستم ايمني بدن.
??- اثرات ضد التهابي دارد.

??- تصفيه خون و كنترل فشار خون و كلسترول .
??- پيشگيري از اختلالات پوستي .
مصرف دم‌كرده؟ چاي باعث تسريع حركات تنفسي، سرعت در گردش خون، رفع خواب‌آلودگي، احساس تجديد نيرو، تقويت نيروي فكري، گوارش بهتر غذا و تعريق مي‌شود از اينرو چاي را هنگام خستگي، ضعف عصبي، ميگرن، بيماري‌هاي قلبي و آسم مي‌توان تجويز نمود.
در پژوهشهاي امروزه مشخص شده چاي ممكن است در كاهش خطر برخي بيماريهاي مزمن عمده مثل سكته، حمله قلبي و بعضي سرطانها مفيد باشد، اين مطلب را دكتر جان وايسبرگر، عضو بلند پايه موسسه بهداشت امريكا، واقع در يك مركز تحقيقاتي در نيويورك اعلام مي‌كند.
نوشيدن چاي مي‌تواند از پوسيدگي دندانها جلوگيري كند؛ اينها اخبار بسيار خوبي براي مردم تمام دنياست چون چاي پس از آب پر مصرفترين نوشيدني در دنياست و روزانه يك ميليارد فنجان چاي در دنيا نوشيده مي‌شود.
شفابخش و انرژي‌زاي قديمي
در بسياري فرهنگها در سراسر تاريخ، چاي به عنوان يك معجون شفابخش تلقي شده است. بيش از هزارسال قبل راهبان بودايي به دلايل مذهبي چاي مينوشيدند ومعتقد بودند كه در زمان درون‌پويي به بيدار ماندن آنها كمك مي‌كند.
راهبان بودايي همچنين معتقد بودند چاي داراي نيروهاي شفا بخش است و همراه با گسترش بوديسم، چاي وتقاضا براي آن نيز افزايش يافت. يكي از بزرگان ژاپني قرن سيزدهم بنام "شوگون" در اثر پرخوري در آستانه مرگ قرار گرفته بود كه يك راهب به او رژيم چاي توصيه كرد و او بهبود پيدا كرد،همين كافي بود تا مردم ژاپن بيشتر به دم كردن چاي روي بياورند.
يكي از دلايل اين كه دم كرده چاي در دوران گذشته در نجات زندگي افراد موثر بوده اين است كه آب جوشيده باكتريهاي بيماريزا رااز بين مي‌برده.
براساس نتايج يك تحقيق گسترده در هلند،خطر سكته مغزي براي مرداني كه روزانه چهار پنج فنجان چاي مينوشند ?? درصد كمتر است. يك تحقيق ديگر در سال ???? اعلام كرد مصرف زياد چاي، حملات قلبي مهلك را كاهش مي‌دهد.
جان فولتس مدير مركز پيشگيري يك مدرسه پزشكي به اين نتيجه رسيد كه چاي از ايجاد لخته‌هاي خطرناك خون كه منجر به حملات قلبي و سكته مي‌شود جلوگيري مي‌كند. ساير مطالعات نيز نشان مي‌دهد كه سطح چربي خون و فشار خون برخي مصرف كنندگان چاي پايين تر است. بيش از ?? تحقيق در مورد حيوانات نشان داد كه چاي ممكن است از بعضي سرطانها مثل دستگاه گوارش،دستگاه تنفس و پوست جلوگيري كند.

"وايسبرگر" كه پيشتر به نام وي اشاره شد اظهار مي‌كند كه نوشيدن چاي همراه با خوردن مقداري ميوه و سبزيها يك راه چاره ارزان و آسان براي كاهش خطر برخي سرطانها باشد. محققان دانشگاه حفاظت "كيس وسترن"در "كلويلند" دريافتند كه مصرف چاي تا ?? درصد از آفتاب سوختگي منجر به سرطان پوست جلوگيري مي‌كند.
متخصصين پوست ، مي‌گويند: "در آينده چاي يكي از راههاي محافظت پوست در برابر آفتاب خواهد بود." دانشمندان تذكر مي‌دهند، اين كه چاي ممكن است در برابر برخي سرطانها محافظ باشد به دلايل گوناگون بودن عوامل بيماريهاست.
سر انجام اينكه چون چاي حاوي فلورايد است، مي‌تواند مقاومت دندانها را زياد و از پوسيدگي آنها جلوگيري كند.در مطالعات آزمايشگاهي محققان ژاپني پي بردند كه چاي با پيشگيري از تشكيل پلاك دنداني برخي باكتريهاي دنداني را كه مي‌توانند باعث بيماري لثه شوند، نابودمي‌كند. چاي داراي انواع پلي فنل است كه آنتي اكسيدانهائي هستند كه سلول‌هاي انسان را از صدمه محافظت مي‌كنند. فلاونيدها گروهي از پلي فنل‌ها هستند كه بطور طبيعي در چاي وجود دارند. به نظر مي رسد سطوح بالاي اين پلي فنل‌ها در بدن مي‌تواند علاوه بر ويروسها با سرطانهاي لوزالمعده، كولون، مثانه، پروستات و سينه نيز مقابله كند .
اكسير
براي رسيدن به فوايد سلامتي بخش چاي روزانه چقدر بايد نوشيد؟ "وايسبرگر" مي‌گويد ? يا ? بار و سايرين مي‌گويند كمتر از آن هم كافي است. محققان مطمئن نيستند افزودن ليمو به چاي اثر آن را كاهش مي‌دهد يا خير. افزودن شكر مي‌تواند به دندانها آسيب بزند. پس بهتر است چاي رابدون افزودن چيزي به آن بنوشيد. وايسبرگر مي‌گويد: خوشبختانه چاي خنك نيز مانند چاي داغ مفيد است. اين مطالب در جايي مثل امريكا كه از سال ???? به بعد چاي خنك (آيس تي) مينوشند رضايت بخش است.
حال، حدود ?? درصد از چاي خود را خنك مينوشيم. اما هيچ تحقيقي براي فهميدن اينكه يك فنجان چاي ملايم مي‌تواند دل و جرئت انسان را بالا ببرد، لازم نيست. حكيم چيني "تين يي هنگ" معتقد بوده: " نوشيدن چاي براي فراموش كردن غوغاي دنيا است".
منبع: سايت پزشكان بدون مرز

# سركه سمبل سن و صبر

بالغ بر 10000 سال است كه در طب مردمي از سركه براي درمان انوع بيماري ها استفاده مي شود. سقراط نيز معتقد بود كه سركه خاصيت آنتي بيوتيك دارد و درمان پنوموني (ذات الريه)، اسكوروي ( بيماري ناشي از كمبود ويتامين C) و درمان زخم ها استفاده مي شد. همچنين براي سركه خاصيت درمان آرتريت، پيشگيري از استئوپروز، كاهش فشار خون و كلسترول، درمان عفونت، كمك به عمل هضم و كنترل وزن قايل هستند. اما بسياري از اين ويژگي ها هنوز از نظر علمي تاييد نشده اند. البته مطالعه اي كه اخيرا در كالج تغذيه ي آمريكا بر روي اثرات سركه انجام شده، نشان داده است كه مصرف سركه قبل و همراه غذا، از افزايش سطح گلوكز و انسولين، بعد از صرف غذا به مقدار قابل توجهي مي كاهد. اين اثر احتمالا از طريق كاهش فعاليت آنزيم دي ساكاريداز و افزايش غلظت گلوكز 6- فسفات عضلات اعمال مي شود. بنابراين شايد بتوان گفت اثرات فيزيولوژيك سركه مشابه اسكورباز يا متفورمين است. شواهد ديگر نيز نشان داده اند كه سركه باعث بهبود حساسيت به انسولين در افراد مقاومت و غير مقاوم به انسولين مي شود.
منبع: ماهنامه ي دنياي سلامت

خصوصيات اقليمي گياهان دارويي

# يونجه

نام علمي : Medicago sativa - كليات گياه شناسي يونجه گياهي است علفي و چند ساله كه ارتفاع آن تا يك متر ميرسد برگهاي آن داراي سه برگچه مي باشد برگچه هاي نوك تيز، سبز رنگ و بيضي شكل است . گلهاي يونجه بشكل سبز و برنگ بنفش تيره يا آبي روشن است ميوه يونجه مانند صدف بوده و دانه داخل ميوه مانند لوبيا ولي كوچكتر از آنزمي باشد . يونجه ريشه اي بسيار عميق درد و ريشه آن تا سه متر بداخل زمين نفوذ مي كند و بنابراين منبع ويتامين ها و مواد معدني است كه از خاك مي گيرد . يونجه از زمانهاي بسيار قديم در ايران كشت مي شده است و در حدود پنج قرن قبل از ميلاد مسيح از ياران به يونان برده شد و در قرن هفتم بعد از ميلاد به اروپا راه يافت . يونجه در ايران در مناطق مركزي و جنوبي به مقدر بسيار زياد كشت مي شود .زنبور عسل گل يونجه را دوست دارد و از آن شهد زيادي بدست مي آورد و تبديل به عسل مي كند . پرورش اين گياه در قديم براي تهيه علوفه چهارپايان بوده ولي در حال خاضر بعلت درا بودن مواد مغذي به مصرف غذايي نيز مي رسد .- تركيبات شيميايي:يونجه سرشار از ويتامين هاي A,C,E,K و همچنين داراي آميلاز كه انزيم مخصوص هضم مواد نشاسته اي است مي باشد . آنزيم هاي بسياري در يونجه يافت مي شود بعنوان مثال مي توان از امولسين اينورتاز ، و پكتياز نام برد . يونجه داراي حدود 20 پروتئين مي باشد پروتئين هاي موجود در يونجه عبارتند از : ليزين آرژنين، هيستيدين، آدنين، فنيل آلانين آسپاراژين و سيستين . يونجه داراي اسيد فسفريك نيز هست . يونجه همچنين داراي منيزيوم ، آهن و مقدر جزئي ارسنيك و سيليس است . بنابراين يونجه از نظر مواد غذايي بسيار قوي است و غذاي خوبي براي انسان و حيوانات است .- خواص داروئي:يونجه از نظر طب قديم ايران گرم است . البته تاره آن گرم و تر و خشك شده آن گرم و خشك است .1)يونجه از نظر اينكه داراي بسياري از مواد معدني مي باشد شيره آن براي بچه هايي كه در حال رشد هستند و اسخوان بندي محكمي ندارند بسيار مفيد است . حتي امروزه پودر اين گياه را در داروخانه ها مي فروشند كه آنرا مي توان براي بچه هاي شير خوار مصرف كرد . براي تهيه شيره يونجه بايد مقدر 300 گرم يونجه را در يك ليتر آب ريخت و آنرا جوشانيد تا مقدر آب آن به نصف تقليل يابد سپس آنرا صاف كرده و مقدر كمي عسل به آن اضافه كنيد كه بصورت شربت داراييد . مقدر مصرف براي طافال 200 گرم در روز است و براي اطفال شيرخوار حدود 50 گرم يم باشد كه مي توان به شير آنها اضافه نمود .اشخاص بزرگسال هم براي بالا بردن انرژي مي

توانند از اين شيره استفاده كنند 2) يونجه را بصورت تازه و يا جوانه آنها را با سالاد ميل كنيد . جوانه يونجه را بصورت بسته بندي شده مي توانيد از سوپر ماركتها خريدري كنيد . 3)يونجه ملين است . 4)يونجه دو برابر اسفناج آهنم درد بنابراين خونساز است و براي كسانيكه به كم خوني مبتلا هستند مفيد است . 5)يونجه بعلت درا بودن آهن براي درمان بيمايز راشيتيسم بكار مي رود .6)عوارض كمبود ويتامين ث با خوردن يونجه از بين ميرود. 7)يونجه تازه در بسياري از كشورها مانند چين و روسيه و آمريكا به مقدر زياد بجاري اسفناج مصرف مي شود . 8)يونجه را در داروخانه ها و فروشگاههاي گياهان دارويي و يا برخي از داروخانه ها بصورت پودر ، كپسول و قرص بفروش مي رسانند . مقدرمصرف آن سه قرص در روز است . 9)با همه مزايايي كه يونجه درد در خوردن تازه آن نبايد زياده روي كرد زيرا بسيار نفاخ است و حتي حيواناتي كه به مقدر زيا د از آن مي خورند بعلت گاز زياد ممكن است تلف شوند . 10)ضماد پخته يونجه را اگر روزي چند بار روي اعضايي كه رعضه دارند بگذاريد آنها را شفا مي دهد .11)تخم يونجه قاعده آور است و براي اين منظور تخم يونجه را بصورت دم كرده مصرف كنيد. 12)دم كرده يونجه درمان اسهال است . 13)براي نرم كردن سينه و تسكين سرفه روزي 2-3 فنجان دم كرده تخم يونجه را مصرف كنيد. 14)براي درمان لقوه و رعشه تخم يونجه را در روغن زيتون بريزيد و مدت يك هفته جلوي آفتاب بگذاريد سپس آنرا صاف كنيد و روزي چند قاشق از آنرا بخوريد و همچنين روي اعضايي كه رعشه دارند بماليد. 15)يونجه حاوي مقدرزيادي ويتامين است . كوبيده آن زخم را بسرعت اليتام داده و از خونريزي جلوگيري مي كند . - مضرات : مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .

بادام

نام علمي : Amygdolus - كليات گياه شناسي درخت بادام به بلندي 8 متر مي رسد . درختي است زيبا كه از زمانهاي قديم در نواحي مركزي و غربي آسيا مخصوصا افغانستان و ايران ، سوريه و فلسطين پرورش ميبافته است .ريشه درخت بادام بسيار قوي است . اين درخت مي تواند حتي با كمي رطوبت نيز رشد كند .برگهاي آن بيضي ، باريك ، نوك تيز و برنگ سبز مي باشد . گلهاي آن بسيار زيبا و برنگ صورتي است . در اوائل بهار شكوفه هاي بادام ظاهر مي شود . بطور كلي دو نوع بادام وجود دارد : 1- بادام شيرين Sweet Almond -2 بادام تلخ Bitter Almond ميوه درخت بادام بصورت شفت مي باشد كه قشر خارجي آن سبز رنگ و پوشيده از كرك است كه در داخل آن بادام با پوست سخت وجوددرد . در ابتداي تشكيل ميوه پوشش خارجي سبز رنگ و گوشت در است كه پوشيده از كرك است و هنوز بردستي رشد نكرده كه آنرا چغاله بادام Amandon مي نامند كه داراي خواص مخصوص مي باشد . پس از رسيدن بادام بتدريج پوشش خارجي سبز رنگ خشك شده و پوست آن نيز سفت و سخت مي شود و مغز بادام در داخل آن رشد كرده و آماده استفاده مي شود . مغز بادام بيضي شكل و مسطح بوده كه يكطرف آن نوك تيز است . مغز بادام در داخل پوسته نارك قهوه اي رنگي مي باشد كه مي توان آنرا بكمك آب گرم از آن جدا كرد كه مغز بادام سفيدرنگ در داخل آن است . مغز بادام شيرين و طعم ملايم و خوشمزه اي درد و بسهولت از بادام تلخ تشخيص داده ميشود .از كليه قسمت هاي درخت بادام شيرين مانند شكوفه ، برگ و ميوه آن استفاده طبي ميشود . - تركيبات شيميايي:بادام شيرين داراي 50 تا 55 درصد و بادام تلخ داراي 40 تا 45 درصد روغن مي باشد . بادام همچنين داراي 25 درصد مواد سفيده اي و دياستازي بنام امولسين (Emulsine) ، قند ، صمغ ، موسيلاژ و مواد معدني مي باشد .بادام تلخ داراي ماده مخصوصي ( 1 تا 3 درصد ) بنام آميگدالين (Amygdlin ) مي باشد كه از اثر آب بر روي اين ماده اسيد سيانيدريك و آلدئيد بنزوئيك (Aldehyde benzoic) و گلوكز حاصل مي شود . اسانس بادام تلخ (آلدئيد بنزوئيك ) در عطر سازي بكار مي رود و همچنين از آن رنگ سبزي بنام مالاشيت Malachite درست مي كنند . اسانس بادام تلخ بدليل اينكه داراي اسيد سيانيدريك است كمي تلخ مي باشد .مقدر اسيد سيانيدريك در بادام تلخ 0/000025 درصد است . در صد گرم مغز بادام شيرين خشك شده مواد زير يافت مي شود : آب4/7 گرم انرژي 598 كالري پروتئين 18/6 گرم روغن هاي اشباع نشده 54/2 گرم نشاسته19/5

گرمكلسيم 320 ميلي گرم فسفر500 ميلي گرم آهن 4/7 ميلي گرم پتاسيم 770 ميلي گرم ويتامين ب 10/25 ميلي گرمويتامين ب 20/9 ميلي گرم ويتامين ب 33/5 ميلي گرم - خواص داروئي:بادام شيرين از نظر طب قديم ايران كمي گرم و تر است . 1) بادام ملين بوده و روغن بادام ضد يبوست است مخصوصا از روغن بادام مي توان رفع يبوست براي بچه ها استفاده كرد . 2)بادام سينه را نرم مي كند . 3)شير بادام براي رفع سرفه ، ناراحتي حنجره و تنگي نفغس مفيد بوده و خلط آور است . 4) بادام براي درمان زخم روده ها و مثانه و اسهال مفيد است .5)بادام بو داده مقوي معده بوده و قابض است .6)بادام تقويت كننده نيروي جنسي است و توليد اسپرم را زياد مي كند . 7)بادام را آسياب كرده و با عسل مخلوط كنيد براي درد كبد و سرفه مفيد است . 8)چغاله بادام لثه و ريشه دندان را تقويت مي كند .9) چغاله بادام براي خشكي دهان مفيد است .10)شكوفه بادام را دم كنيد و بعنوان مسهل براي اطفال استفاده كنيد . 11)دم كرده پوست قهوه اي رنگ مغز بادام بهترين دارو براي تسكين درد و التهاب مجاري تنفسي است .(مقدر مصرف 5 گرم در 100 گرم آب ) 12)جوشانده برگ درخت بادام براي نارسائي كبد و كيسه صفرا مفيد است . 13)روغن بادام خواب آور است و بيخوابي را از بين مي برد . 14)براي صاف كردن سينه و نرم شدن روده ها و از بين بردن سرفه خشك بايد روغن بادام را با شكر و كتيرا مخلوط كرده و بخوريد .15)روغن بادام را با آب گرم مخلو ط كنيد داروي خوبي براي رفع اسهال و دل پيچه بچه ها خواهد بود . ضمنا اين مخلوط سنگ مثانه را خارج كرده و ادرار كردن را آسان مي كند . 16)براي درمان نقرس و رفع خميدگي پيران ، مهره هاي پشت را با روغن بادام چرب كنيد .17)برگ تازه درخت بادام مسهل و ضد كرم است . 18)برگ خشك شده درخت بدام قابض بوده و اسهال را از بين مي برد.19)روغن بادام شيرين بدليل خاصيت نرم كنندگي و ضد التهاب در كرم ها و پمادها بكار مي رود. 20)براي رفع بيماريهاي سينه ، روغن بادام شيرين را با هموزن آن عسل و يك زرده تخم مرغ مخلوط كنيد كه بصورت خمير يكنواختي داراييد سپس به آن جوشانده گل ختمي اضافه كرده و يك قاشق چايخوري از انرا بفاصله هر سه ساعت بخوريد .21)براي رفع خارش پوست بچه هائيكه كه سرخك و مخملك دارند روغن بادام را در تمام سطوح بدن آنها بماليد خارش را تسكين مي دهد . 22)ماليدن روغن بادام بر روي پوست التهاب را رفع كرده و سوختگي را درمان مي كند. 23) روغن بادام اگزما را رفع مي كند .- خواص بادام تلخ چون بادام تلخ داراي اسيد سيانيدريك است در مصرف آن بايد نهايت دقت را بعمل آورد . مغز بادام تلخ ازنظر طب قديم ايران خيلي گرم و خشك است .1-بادام تلخ را آسياب كرده و با سركه مخلوط كنيد ضماد خوبي

براي سر درد مي باشد همچنين ماليدن آن بر دور چشم براي تقويت بينايي مفيد است .2- خوردن بادام تلخ براي تنگي نفس ، سرفه و ورم ريه مفيد است .3-بادام تلخ رابا عسل بخوريد كبد و طحال را تميز مي كند . 4-براي رفع درد كليه ها بادام تلخ را با نشاسته و نعناع بخوريد . 5- بادام تلخ را با عسل براي قولنج مفيد است . 6-براي از بين بردن سنگ كليه و ناراحتي هاي كليه ، بادام تلخ را با شيره انگور مخلوط كرده و بخوريد . 7-اگر عادت ماهيانه خانم ها عقب مي افتد بهترين طرز درمان آن قرار دادن شياف بادام تلخ در مهبل است .8-براي ازبين بردن لكه هاي صورت ، بادام تلخ را پودر كنيد و با سركه مخلوط كرده و ضمادي از آن درست كنيد و روي پوست بماليد . 9-ضماد بادام تلخ براي درمان زخم هاي كهنه خارش و مخملك بكار ميرود .10- ضماد ريشه درخت بادام تلخ براي درمان انواع دردها مفيد است . 11-ضماد ريشه درخت بادام براي پاك كردن طحال ، كليه و دفع كرم روده بكار مي رود .12-دم كرده ريشه درخت بادام تلخ براي پاك كردن طحال ، و دفع كرم روده بكار مي رود . 13-روغن بادام تلخ خاصيت مسهلي درد .14-روغن بادام تلخ براي تنگي نفس ، درد كليه و خارج كردن سنگ مثانه مفيد است . 15-براي رفع زنگ زدن و صدا در گوش يك قطره از روغن بادام تلخ را در گوش بريزيد . 16-ماليدن روغن بادام تلخ روي صورت ، لكه ها و چين و چروك را از بين مي برد . 17-رغن بادام تلخ ترك دست و پا را كه از سرما ايجاد شده از بين مي برد . 18-آنهايي كه مبتلا به اگزما هستند اگر از بادام تلخ خميري درست كنند و از آن بجاي صابون براي شستن نقاطي كه مبتلا به اگزما است استفاده كنند بزودي بهبود مي يابند . 19-خمير بادام تلخ براي رفع بوي بد پا و زير بغل مفيد است . 20-روغن بادام تلخ براي درمان سياه سرفه مفيد است . -
طرز استفاده: روغن بادام : براي بدست آوردن روغن بادام ، مغز بادام را پس از تميز كردن و خشك كردن خرد مي كنند و بصورت خمير در مي آورند و سپس آنرا تحت فشار قرار داده و روغن آن را استخراج مي كنند . اين روغن را فشار اول مي نامند .تفاله بادام را كه از فشار اول باقيمانده تحت اثر حرارت و مواد شيميايي قرار داده و روفن فشار دوم را بدست مي آورند . بدليل اينكه روغن بادام گران است معمولا تقلب كرده و آنرا با روغن هاي ديگر مانند روغن مغز هسته زردآلو و هلو مخلوط كرده و بام روغن بادام مي فروشند ٌ همانطور كه گفته د اگر روغن بادام تلخ يا مغز زردآلو و يا هلو تحت اثر آٌب قرار گيرند اسيد سيانيدريك و آلدئيد بنزوئيك توليد مي شود كه سمي است بنابراين براي گرفتن روغن از اين هسته ها نبايد از آب استفاده كرد . اسانس بادام تلخ : اين اسانس مايعي زلال و بيرنگ است كه در اثر كهنه شدن برنگ زرد كمرنگ در مي آيد . بوي آن قوي ، طعمش سوزاننده و تلخ و بسيار سمي است . اسانس بادام تلخ

بسهولت با اكسيژن هوا تركيب و اكسيد مي شود . بنابراين بايد هميشه محتوي آن كاملا پر و در بسته بوده و در جاي تاريك و سرد نگاهدري شود . شكوفه و گل بادام : گل و شكوفه درخت بادام داراي بوي مطبوعي و طعم تلخ مي باشد . پوست ميوه بادام : بصورت جوشانده مصرف مي شود . طرز تهيه آن به اين صورت است كه 50 گرم پوست بادام شيرين را در يك ليتر آب ريخته و مدت چند دقيقه آنرا مي جوشانند سپس آنرا صاف كرده و مصرف مي كنند . برگ درخت بادام: براي تهيه جوشانده برگ درخت بادام 50 گرم برگ درخت را در يك ليتر آب مي جوشانند و سپس صاف مي كنند .مغز بادام : معمولا بصورت خشك شده و خام و يا بوداده مصرف مي شود .شير بادام : شير بادام را از مغز بادام بو نداده و خام تهيه مي كنند . براي تهيه آن 50 گرم مغز بادام را كاملا آسياب كرده كه بصورت پودر در آيد . سپس مقدر 50 گرم شكر يا قند به آن اضافه كرده و با يك ليتر آب مخلوط مي كنند مايعي مانند شي بدست مي آيد . نوع ديگر شير بادام براي كودكان شير خوار و اطفال بسيار مفيد است و مي تواند جانشين شير مدر و يا مكمل آن باشد بدين ترتيب بدست مي آيد كه مقدر 50 گرم بادام را بمدت چند دقيقه در آب گرم قرار مي دهند تا پوست آن كنده شود سپس آنرا آسياب كرده و بصورت پودر در مي آيند و مقدر كمي آب را بان اضافه مي كنند و بهم مي زنند تا بشكل خمير در آيد سپس خمير حاصل را با يك ليتر آب مخلوط و بهم مي زنند و سپس مقدر 50 گرم عسل به آن اضافه مي كنند تا كاملا حل شود . اين مايع را از پارچه ململ مي گذرانند تا مايعي مانند شير از آن باقي بماند.البته اگر اشخاص بالغ بخواهند از شير بادام استفاده كنند احتياجي به صاف كردن آن نخواهد بود طريقه ديگري كه آسان تر است بدين صورت مي باشد كه مقدر 50 گرم بادام پوست كنده يك ليتر آب و 50 گرم عسل يا شكر را در داخل مخلوط كن برقي بريزيد و تا مايعي مانند شير بدست آيد . - مضرات :بادام از نظر اينكه داراي مواد مغذي بسياري است بنابراين غذاي بسيار خوبي است ولي چون سنگين و ثقيل الهضم مي باشد نبايد در خوردن آن افراط كرد و مقدر آن نبايد در روز بيش از ده دانه باشد . بادام همچنين براي معده هاي ضعيف و سرد خوب نيست و اشخاصي كه معده ضعيف دارند بهتر است بادام را با شكر بخورد .

صبرزرد

نام علمي : Aloe vera - كليات گياه شناسي صبر زرد يكي از گياهاني است كه قبل از ميلاد مورد مصرف مردم بوده است . كلئوپاترا ملكه مصر پوست خود را هر روزه با آن ماساژ مي داد كه از شر آتاب مصر در امان باشد وحتي مصريان آنرا براي موميائي مدرگان خود بكار مي بردند . در كتاب مقدس ام اين گياه بكرات آمده است . صبر زرد فاقد ساقه بوده و لي برگهاي آن دراز و تا ارتفاع 30 سانتيمتر مي رسد . گلهاي اين گياه برنگ زرد مي باشد كه در انتهاي ساقه اي كه از وسط برگها خارج مي شود مي رويد . - تركيبات شيميايي: صبر زرد موادي نظير آلوئين فامودين ، آنترا كيون ايزوباربالوئين و مقدري در حدود 12 درصد صمغ مي باشد . - خواص داروئي:صبر زرد از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است شيرابه آن به مصرف طبي مي رسد .1)تقويت كننده بدن است2)يبوست را برطرف مي كند و روده ها را تميز مي كند 3)براي معالجه آسم مفيد است 4)سوء هاضمه را برطرف مي كند 5)در معالجه صرع مفيد است 6)اثر ضد كرم درد 7)خون را تصفيه مي كند8)براي برطرف كردن خارش ناشي از گزيدگي حشرات شيرابه آنرا روي پوست بماليد9)اگزما را درمان مي كند10)براي معالجه اسهال خوني مفيد است 11)براي رفع ريزش مو ، شيرابه آنرا به سر ماليده و موها را با آن ماساژ دهيد 12)گرفتگي كبدي را برطرف مي كند 13)براي التيام زخم ها شيرابه آنرا روي زخم بماليد 14)صبر زرد بهترين كرم مرطوب كننده است برگها را بشكنيد و ژله آنرا به پوست بماليد 15)مبتلايان به بيماري قند مي توانند با مصرف اين گياه قند خون خود را كنترل كنند 16)براي شستن چشم و زخم ها شيرابه صبر زرد را با آب مخلوط كرده و استفاده كنيد - مضرات :صبر زرد اگر باندازه مصرف شود خطري ندارد ولي مقدر زياد آن باعث اسهال خوني مي شود ضمنا زنان شيدره نبايد از آن استفاده كنند زيرا صبر زرد از طريق شير ودر بدن طفل مي شود و ايجاد اسهال مي كند . اين گياه نيز براي زنان حامله خوب نيست زيرا ممكن است باعث سقط جنين شود.

سيب

نام علمي : Nigella Sativa- كليات گياه شناسي درخت سيب در يبشتر نقاط دنيا پرورش داده مي شود و سيب ميوه ايست كه مي توان گفت در هر جاي دنيا وجود دارد و همه مردم دينا انرا مي شناسند. در كشور عزيز ما ايران اين درخت بصورت وحشي در جنگل هاي شمال وجود دارد در لاهيجان و رودسر آنرا آسيب ، هسي و هسيب و در مازندران به آن سه مي گويند . سيب انواع مختلف درد . انواع وحشي آن كوچك و پرورش يافته آن درشت و برد مي باشد . سيب نوع ترش و شيرين درد . - تركيبات شيميايي:سيب داراي ويتامين و مواد مغذي زيادي است و بيمناسبت نيست كه يك ضرب المثل انگليسي مي گويد كه خوردن يك سيب در روز شما را از رفتن نزد دكتر بي نياز مي كند.موادي كه در يك سيب متوسط وجود دارد بشرح زير است : انرژي 258 كالري پروتئين 1/2 گرم چربي1/6 گرم مواد نشاسته اي 59/6 گرم كلسيم 24 ميلي گرم فسفر10 ميلي گرم آهن 1/2 ميلي گرم ويتامين آ360 واحدويتامين ب 1 0/15 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/08 ميلي گرم ويتامين ب 3 0/1 ميلي گرم ويتامين ث 18 ميلي گرمناگفته نماند كه ويتامين هاي وجود در سيب بيشتر در پوست سيب وزير پوست آن قرار درد بنابراين آنهايي كه مي توانند پوست سيب را هضم كنند بهتر است كه آنرا با پوست ميل كنيد و اگر مي خواهيد پوست آنرا بكنيد بهتر است كه سيب را خيلي نازك پوست كنيد - خواص داروئي:1)سيب يك ميوه قلياييي است و تميز كننده بدن است و بعلت درا بودن پكتين زياد آب اضافي بدن را خارج مي سازد 2)سيب را مي توان براي برطرف كردن اسهال حتي براي كودكان بكار برد . بدين منظور سيب را بايد رنده كرد و استفاده نمود .سيب را مي توان پخت و براي آنهايي كه روده تنبل دارند آن را روي آتش ملايمي بپزيد البته حتما ازظرف لعابي يا تفلان استفاده كنيد زيرا به اين طريق پكتين و ويتامين هاي آن حفظ مي شود.3)شربت سيب بهترين دارو براي درمان سرفه و گرفتگي صدا مي باشد .براي تهيه شربت سيب يك كيلو سيب راشسته و با پوست قطعه قطعه كنيد و در يك ليتر آب بپزيد سپس آنرا با پارچه نازكي صاف كنيد و چند تكه قند به آن اضافه كنيد و دوباره روي آتش ملايم قرار دهيد تا قوام بيايد و آن را از روي آتش برداريد روزي سه تا چهار فنجان از اين شربت بنوشيد. 4)سيب داراي مقدر زيادي كلسيم است و كلسيم سيب به بدن كمك مي كند كه كلسيم غذاهاي ديگر را نيز جذب كند. 5)خوردن سيب يبوست را برطرف مي كند و براي خستگي مفرط مفيد است .6)دم كرده برگ درخت سيب ادرار آور است و درمان كننده التهاب كليه و مثانه ميباشد. 7)نوشيدن آب سيب

داروي موثري براي درمان سرمخوردگي و گرفتگي صدا و سرفه است.8)سيب مقوي كبد و اشتها آور است.9)سيب براي درمان تنگي نفس بسيار مفيد است حتي بوئيدن سيب نيز اين خاصيت را درد . 10)سيب پخته تقويت كننده معده و كبد و دفع كننده سودا و سموم بدن است . 11)سيب حرارت را از بدن خارج مي سازد . 12)سيب را رنده كنيد و در دستمال بپيچيد و روي چشم بگذاريد درد چشم را برطرف مي كند.13)خوردن سيب حتي براي آنهايي كه بيماري قند دارند مفيد است چون قند خون را بالا نميبرد. 14)كسانيكه مي خواهند لاغر شوند حتما بايد سيب را با پوست بخورند . 15)دم كرده گل سيب داروي سرفه و تورم مجراي تنفسي است . 16)سيب داروي خوبي براي درمان زخم ها مي باشد .17)سيب بهترين دارو براي سوء هاضمه است زيرا داراي مقدر زيادي پكتين مي باشد. 18)آب سيب را حتي مي توان براي تنقيه استفاده كرد . اين تنقيه براي بيماريهاي روده بسيار موثر است. 19)پوست سيب را مانند چائي دم كنيد و بياشاميد اين اچئي بهترين دوست كليه است . 20)آب سيب را با ابميوه گيري در منزل تهيه كنيد و فورا آنرا بنوشيد زيرا در اثر ماندن آنزيم اي خود را از دست مي دهد . 21)آب سيب براي زيبايي پوست استفاده زيادي درد بخصوص براي از بين بردن چين و چروك پوست موثر است بدين منظور آب سيب را صبح و شب روي پوست گردن و صورت بماليد و ماساژ دهيد البته هميشه آب سيب تازه استفاده كنيد. استفاده ديگر از سيب براي لطافت پوست سيب پخته است سيب رابپزيد و سپس له كنيد و با شير مخلوط كنيد و اين مخلوط را بصورت نيم گرم روي پوست بگذاريد و پس از چند دقيقه آنرا برداريد . - خواص سيب ترش1-سيب ترش قابض است و حالت استفراغ و دل بهم خوردگي را از بين مي برد. 2-سيب ترش را بپزيد درمان اسهال خوني است. 3-آب سيب ترش مخلوط با انار براي تقويت معده و درمان اسهال و دل بهم خوردگي بكار مي رود. 4-رب سيب ترش علاج اسهال ، استفراغ و درد و غم است. 5-مرباي شكوفه سيب براي ضعف معده و ازدياد نيروي جنسي مفيد است. 6-سيب ترش براي آنهائيكه مزاج گرم دارند بسيار مفيد است بالعكس آنهائيكه مزاج سرد دارند بايد سيب شيرين بخورند . سيب در قديم معالج نقرس و بيماريهاي عصبي بوده است. - مضرات :همانطور كه قبلا گفته شد سعي كنيد هميشه سيب را با پوست بخوريد زيرا مقدر زيادي پكتين در پوست سيب وجود دارد سيب هايي كه در بازارهاي داخل ايران يا آمريكا و كانادا بفروش مي رسد روي آن داراي يك لايه چربي براي حفاظت آن مي باشد بنابراين حتما اين سيب ها را بدقت بشوئيد آنهائيكه دريا معده ضعيف هستند بايد سيب را بسيار نازك پوست بگيرند كه پكتين ها و ويتامين هاي آن از بين نرود .

زردآلو

نام علمي : Armeniaca bulgar- كليات گياه شناسي درخت زردول بومي نواحي چين مي باشد و هنوز هم بصورت وحشي در اين مناطق مي روید اين درخت در اوائل قرن اول ميلادي به آسيا و اروپا راه يافت . درخت زردآلو تا ارتفاع 6 متر مي رسد برگهاي آن مانند قلب نوك تيز و برنگ سبز روشن مايل به زرد مي باشد . گلهاي زردآلو درشت و برنگ سفيد متمايل به قرمز است .ميوه آن گوشتي و زرد رنگ با طعمي مطبوع و شيرين بوده كه در اواسط تابستان ميرسد. هسته زردآلو صاف ، قهو هاي و بيضي شكل است در داخل هسته مغز آن قرار درد كه طعم آن شيرين و گاهي تلخ مي باشد .- تركيبات شيميايي:در صد گرم زردآلوي بدون هسته مواد زيرموجود است انرژي 54 كالريآب84-81 گرم مواد قندي 12-10 گرم پروتئين 1 گرمكلسيم 18 ميلي گرم فسفر 23 ميلي گرمسديم 1 ميلي گرم پتاسيم 280 ميلي گرم آهن 0/5 ميلي گرم ويتامين آ 2700 واحد ويتامين ب 1 0/03 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/04 ميلي گرم ويتامين ب 3 0/6 ميلي گرم ويتامين ث 10 ميلي گرماسيد سالسيليك 1/5 گرم مواد نشاسته اي 6/35 گرمآلبومين 0/45 گرم چربي 0/12 گرم مغز زردآلو داراي 40% روغن ،مقدري پروتئين ، قند اسانس و ويتامين هاي A و C و B17 كبالت مي باشد . ويتامين B17 كه Laetrile و Pangamic acid پانگاميگ اسيد ناميده مي شودطبق تحقيقات دانشمندان ضد بيماري سرطان و معالج سرطان است واين ويتامين بصورت قرص در اروپا وجود داشته و مصرف مي شود ولي متاسفانه فروش آن در كانادا قدغن است زيرا دري مقدر بسيار كمي سيانيد مي باشد .- خواص داروئي:خواص درماني زردآلو زردآلو از نظر طب قديم ايران سرد و تر است .1)تصفيه كننده خون است . 2)عروق را باز مي كند . 3)ملين است .4)بوي بد دهان را رفع مي كند.5)تب بر است . 6)بعلت داشتن كبالت براي كم خوني مفيد است . 7) روم مفاصل را برطرف مي كند. 8) ضد نرمي استخوان است . 9)براي قلبايي كردن بدن مفيد است .- خواص درماني هسته و برگ زردآلو مغز هسته از نظر طب قديم ايران گرم و خشك و برگ و گل آن سرد و خشك است .1- مغز آن تقويت كننده قواي جنسي است .2-روغن مغز هسته را اگر در گوش بچكانيد صداهاي گوش را از بين برده و سنگيني گوش را درمان مي كند . 3-روغن مغز هسته براي نرم كردن پوست مفيد است .4- روغن مغز هسته اگر تلخ باشد كشنده كرم معده و روده است . 5-روغن تلخ هسته ورم معقد را از بين برده و سنگ مثانه را خرد مي كند. 6-دم كرده برگ زردآلو براي قطع اسهال مفيد است . 7-براي تسكين گوش درد

چند قطره از دم کرده برگ زردآلو را در گوش بچکانید . - مضرات :زردآلو بطور كلي دير هضم ، ثقيل و نفاخ است . شاخص سالخورده و كودكان بايد از زياد خوردن آن احتراز كنند . هميشه بايد زردآلو را قبل از غذا خورد و همراه با آن هسته آنرا نيز تناول نمود زيرا هسته زردآلو ضد نفخ بوده و هضم آنرا آن آسان مي سازد .

# آرتيشو ( كنگر فرنگي )

نام علمي : Cynara scolymus - كليات گياه شناسي آرتيشو گياه بومي مناطق مركزي مديترانه است ولي در حال حاضر در بيشتر نقاط معتدل دنيا كشت يم شود . رومي ها در حدود 2000 سال پيش اين گياه را پرورش مي دادند و به عنوان سبزي در سالاد استفاده مي كردند .آرتيشو در قرن شانزدهم در انگلستان و فرانسه برده شد و سپس در قرن نوزدهم در آمريكا كشت شد . اكنون كاليفرنيا و سواحل اقيانوس آرام مركز كشت آرتيشو مي باشد . كلمه Artichoke از كلمه ايتاليايي Articicco مشتق شده كه بمعني ميوه كاج مي باشد و آرتيشو هم مانند ميوه كاج است . آرتيشو براي رشد احتياج به آب و باران فراوان درد . آرتيشو گياهاي است چند ساله دراي ساقه اي راست كه ارتفاع آن بحدود يك متر مي رسد . برگهاي آن پهن و دراز مانند برگهاي كاهو است كه برنگ سبز تيره است . در انتهاي ساقه ميوه آن كه بشكل ميوه كاج يا سيب فلس در است مشاهده مي شود .گلبرگهاي آن ضخيم و گوشتي بوده و انتهاي گلبرگها ضخيم تراست كه مصرف خوراكي درد . براي خريد آرتيشو دقت كنيد كه برگها با نشده و سفت و سبز باشد . هنگاميكه برگهاي آرتيشو قهوه اي است نشان دهنده كهنه بودن آن مي باشد . فصل آرتيشو معمولا ماههاي فروردين و ادريبهشت ( آپريل و مي )است . - تركيبات شيميايي:برگهاي خوردني آرتيشو دراي اينولين ، اينولاز و ماده اي تلخ بنام سينارين Cynarine مي باشد . سينارين خاصي زياد كننده ترشحات صفرارا درد و علت صفرا بري آرتيشو داشتن اين ماده است . در صد گرم آرتيشو پخته مواد زير موجود است : انرژي 14 كالري پروتئين 1/5 گرم آب 86 گرمموادچرب 0/1 گرم مواد نشاسته اي 5 گرم كلسيم22 ميلي گرم فسفر 40 ميلي گرم آهن0/6 ميلي گرمسديم 30 ميلي گرمپتاسيم25 ميلي گرم ويتامين آ 40 واحد بين المللويتامين ب 1 0/04 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/02 ميلي گرمويتامين ب 3 0/6 ميلي گرم ويتامين ث 5/2 ميلي گرم - خواص داروئي: آرتيشو از نظر طب قديم ايران گرم و كمي خشك است . قسمت مورد استفاده آرتيشو برگها و قسمت سوط آن است كه بنام قلب آرتيشو معروق مي باشد . آرتيشو : 1) كبد را تميز و اعمال كبد را تنظيم مي كند . 2)ترشح صفرا را افزايش مي دهد . 3) از جمع شده چربي در كبد جلوگيري مي كند و آنهايي كه كبد چرب دارند بهتر است از آرتيشو استفاده كنند4) يرقان مزمن را درمان مي كند . 5) تقويت كننده بدن است . 6) موجب دفع ادرار مي شود . 7) تب بر است . 8) در درمان رماتيسم موثر است . 9) يبوست هاي ناشي از عدم صفرا را درمان مي

كند.10) در درمان ورم روده موثر است . 11) باعث دفع سنگهاي كيسه صفرا مي شود .12) نيروي جنسي را افزايش مي دهد . 13) كليه و مثانه را گرم مي كند . 14) گاز و نفخ معده و روده را از بين مي برد . 15) باعث هضم غذا مي شود .16) بيماريهاي كبدي را درمان مي كند . 17) كلسترول خون را پائين مي آورد . 18) داروي لاغري است و كسانيكه مي خواهند وزن كم كنند و لاغر شوند مي توانند هر روز آرتيشو بخورند . 19) سرگيجه را برطرف مي كند . 20) آنهائيكه گوششان زنگ مي زند اگر آرتيشو را بخورند آنرا برطرف مي كند . 21) مبتلايان به بيماري قند مي توانند با خوردن آرتيشو قند خود را تنظيم كنند . 22) در درمان ميگرن موثر است . 23) در برطرف كردن بيماري آسم اثر مفيد درد . 24) نقرس را برطرف مي كند . 25) آرتيشو رگها را تميز كرده و تصلب شرائين را درمان مي كند .26) در برطرف كردن اگزمت موثر است . 27) در درمان اكثر بيماريهاي پوستي اثر مفيد درد . 28) سموم بدن را دفع مي كند . 29) زخم هاي ريه و روده را درمان مي كند . 30) براي جلوگيري از ريزش مو ار برگهاي آرتيشو ضماد تهيه كرده و به سر بماليد . 31) براي برطرف كردن بوي بد زير بغل عصاره برگ آرتيشو را به زير بغل بماليد .32) عصاره آرتيشو را اگر به بدن بماليد خارش را برطرف مي كند . 33) براي رفع آب آوردن بدن از جوشانده آرتيشو بمقدر سه فنجان در روز استفاده كنيد .- مضرات :آرتيشو چون گرم است ممكن است در بعضي از اشخاص توليد سودا كند لذا بهتر است با سركه خورده شود ضمنا طعم آرتيشو را دوست ندارند . اينگونه اشخاص اگر بخواهند از مزاياي آرتيشو استفاده كننده تنطور قرص يا كپسول آرتيشو مصرف نمايند .

مارچوبه

نام علمي : Asparagus officinalis - كليات گياه شناسي مارچوبه گياهي است علفي و چند ساله كه ارتفاع آن تا چند متر مي رسد و داراي شاخه هاي نسبتا چوبي و صاف مي باشد . مارچوبه بصورت وحشي در اكثر نقاط دنيا مي روید برگهاي آن فلسي شكل بوده كه از كنار آنها شاخه هايي باريك و دراز و سبز رنگ بصورت دسته هاي 3 تا 8 تائي خارج مي شود . بعلت زيبا بودن اين گياه را بصورت تزئيني در باغچه ها مي كارند مار چوبه را در اوائل پائيز مي چينند . اين گياه از قديم الايام مورد استفاده بشر بوده است و حتي در اهرام ثلاثه مصر نقاشي هايي وجود دارد كه مارچوبه را نشان مي دهد .مارچوبه را مي توان بصورت مختلف مصرف كرد . بايد مارچوبه را با كمي آب و حرارات كم در ظرف هاي ضد زنگ پخت و تقريبا نيمه خام آنرا برداشت . آب مارچوبه را دور نريزيد و از آن براي سوپ استفاده كنيد زيرا داراي ويتامين و املاح مي باشد . وقتيكه مارچوبه مي خريد دقت كنيد تازه باشد . شاخه هاي مارچوبه تازه راست و نرم بوده و نوك آن نبايد باز شده باشد و اگر فلسهاي نوك آن باز باشد نشانه اين است كه گياه مدت زيادي مانده و كهنه شده است . - تركيبات شيميايي:مارچوبه داراي آسپاراژين ف كوني فرين ، اينوزيت ، تانن ، اسدي گاليك ، آسپاراگوز ، و اسيد سوكسي نيك مي باشد دانه آن داراي 15 درصد مواد روغني مي باشد اين روغن زرد مايل به قرمز است . درصد مواد موجود در مارچوبه بصورت زير است آب 90 گرمپروتئين 2/5 گرم چربي 0/2 گرم مواد نشاسته اي4/2 گرم كلسيم22 ميلي گرم فسفر 60 ميلي گرم آهن 1/1 ميلي گرم سديم 2 ميلي گرم پتاسيم275 ميلي گرم ويتامين آ 900 واحد ويتامين ب 1 0/2 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/2 ميلي گرم ويتامين ب 3 1/5 ميلي گرم ويتامين ث35 ميلي گرم - خواص داروئي:از نظرطب قديم ايران مارچوبه گرم و خشك است بنابراين آنهايي كه سرد مزاج هستند بايد آنرا با عسل بخورند و آنهايي كه گرم مزاج هستند بايد آنرا با سركه بخورند . مارچوبه گياهي است ادرار آور و داراي خواص زيادي است . 1)خوردن آن ديد چشم را تقويت مي كند . 2)براي تقويت نيروي جنسي مفيد است .3)ضعف مثانه را برطرف مي كند . 4)براي تقويت قلب مفيد است .5)ملين است و يبوست را برطرف مي كند. 6)تب بر است.7) به علت داشتن كلروفيل خونساز است و كسانيكه كم خون هستند بايد از آن استفاده كنند . 8)مارچوبه به ساختن گلبولهاي قرمز خون كمك مي كند . - طرز استفاده: براي نگاهدري مارچوبه آنرا در پارچه هاي مرطوب ببنديد و در يخچال قرار دهيد زيرا گرما و خشكي آنرا

از بين ميبرد . مارچوبه را نيز مي توان در سالاد ريخت و يا از آن سوپ تهيه كرد . مورد ديگر استفاده از مارچوبه غير از پختن آن بصورت دم كرده آن است .دم كرده مارچوبه را به اين صورت تهيه كنيد : چند شاخه مارچوبه را در داخل يك ليتر آبجوش بريزيد و مقدري هم رازيانه و جعفري به آن اضافه كنيد و بگذاريد مدت پنج دقيقه دم بكشد . از اين دم كرده بمقدر دو تا سه فنجان در روز براي تسكين و آرامش قلب استفاده كنيد . - مضرات :مارچوبه را نبايد آنهايي كه مبتلا به ورم مجاري ادرار هستند و يا اشخاص عصبي مصرف كنند . مارچوبه همچنين براي مبتلايان به رماتيسم و سنگ كليه خوب نيست .

# آووكادو

نام علمي : Persea americana- كليات گياه شناسي آووكادو درختي است كه ارتفاع آن به حدود 6 متر مي رسد و درقسمت هاي گرم آمريكا و برزيل و غرب هندوستان پرورش مي يابد . منشاء آووكادو آمريكاي جنوبي بوده كه از آنجا به نواحي ديگر دنيا راه يافته است . برگهاي اين درخت ضخيم و سبز و گلهاي آن كوچك و سبز رنگ است . ميوه آن مانند گلابي و دراي پوستي سخت برنگ سبز تيره و يا سياه است . در حدود 400 نوع مختلف آووكادو وجود دارد كه بعضي از آنها دراي پوست صاف و سبز رنگ بوده ولي پوست برخي از آنها سياه و خشن است . مدركي در دست است كه نشان مي دهد مايا‌ها و اينكا‌ها از اين ميوه استفاده مي كرده اند .- تركيبات شيميايي:آووكادو چرب است و داري اسيدهاي آمينه مختلف مانند سيستين Cystine تريپتوفان Tryptophane و تيروسين Tyrosine مي باشد . در تحقيقات جديدي كه انجام شده وجود چند نوع آنتي بيوتيك در آووكادو ثابت شده است . دانه گياه دراي مقدر كمي ( در حدود 2 درصد ) روغن است . اين روغن غليظ و سفت و به رنگ زرد مايل به سبز بوده كه دراي بو و طعمي مطبوع است . روغن دانه آووكادو دراي حدود 7 درصد روغن هاي اشباع شده مانند اسيد پالمتيك Palmitic و اسيد استئاريك Steraric Acid اسيد آراشيديك Arachidic Acid ، اسيد ميريستيك Myristic Acid و در حدود 80 درصد روغن هاي اشباع نشده مانند اسيد اولئيك Oleic Acid و اسيد لينولئيك Linoleic Acid مي باشد .در يكصد گرم آووكادو مواد زير موجود است : آب 80 گرم انرژي150 كالري پروتئين 1/8 گرم چربي 14 گرم مواد نشاسته اي 5 گرم كلسيم 8 ميلي گرم فسفر 35 ميلي گرم آهن5/0 ميلي گرمپتاسيم600 ميلي گرم ويتامين آ 250 واحد ويتامين ب 1 0/08 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/15 ميلي گرم ويتامين ب3 1/4 ميلي گرمويتامين ث 12 ميلي گرم - خواص داروئي:1) جوشانده برگهاي آووكادو قاعده آور است . 2) آووكادو تقويت كننده معده است . 3) نفخ و گاز معده را از بين مي برد . 4) براي درمان يرقان مفيد است . 5) جوشانده برگهاي آووكادو اسهال خوني را برطرف مي كند . 6) آووكادو تقويت كننده بدن است . 7) آووكادو رشد بچه ها را جلو مي اندازد زيرا دراي مواد معدني بسياري است . 8) آووكادو خون ساز است و آنهايي كه مبتلا به كم خوني هستند بايد از آو وكادو استفاده كنند. 9) آووكادو بدن را قلياييي كرده و تميز مي كند . 10) چون آووكادو شكر و مواد نشاسته اي كمي درد براي آنهايي كه بيماري قند دارند نيز مناسب است . 11) براي دوره نقاهت به مريض آووكادو بدهيد . ضعف عمومي را برطرف مي كند .

12) خستگي را برطرف مي كند . 13) ناراحتي روده و معده را معالجه مي كند . 14) بيخوابي را درمان مي كند زيرا دراي تريپتوفان است . اگر به كم خوني دچار هستيد حتما با شام خود آووكادو بخوريد . 15) براي درست كردن سس سالاد از آووكادو استفاده كنيد . - طرز استفاده: روغن آووكادو داري ويتامين هاي مختلف مانند A، B ، D، E ، H ، K، C ، P مي باشد . بنابراين ارزش غذايي زيادي درد . 1- روغن آووكادو ضد رماتيسم است و اگر مفاصل شما درد مي كند آنرا با روغن آووكادو ماساژ دهيد .2- براي جلوگيري از ريزش مو ، هرشب مقدري از روغن آووكادو را به سر بماليد و صبح بشوئيد . 3- شوره سر را از بين مي برد .4-براي براق شده موها ، بعد از شستشوي سر چند قطره آووكادو را به موها بماليد . 5-روغن آووكادو بهترين كرم براي پوست است زيرا به آساني در پوست نفوذ يم كند و به پوست شادابي مي دهد . و بالاخره آووكادو بهترين ماسك براي برطف كرده چين و چروك هاي صورت و جلوگيري از پيدايش آن است . براي اين منظور آووكادو را پوست كنده و له كنيد و بصورت ماسك بر روي صورت و گردن بگذاريد و بعد از نيم ساعت بشوئيد . - مضرات : مضرات خاصي گفته نشده است .

# موز

نام علمي : Musa sapientum - كليات گياه شناسي موز گياهي است علفي كه مانند درختچه است . برگهاي آن بسيار بزرگ و پهن و گاهي تا 2 متر مي رسد . گلهيا آن مجتمع و بصورت سنبله است ميوه آن ابتدا سبز و بعد از رسيدن برنگ زرد در مي آيد .موز از چهار هزار سال قبل در هندوستان كشت مي شده است . در سال 1482 پرتغاليها موز را در سواحل گينه پيدا كردند و به جزائر قناري بردند و سپس بوسيله ميسيونر مذهبي اسپانيولي به نواحي حاره آمريكا برده شد و اكنون موز در تمام مناطق گرمسير دنيا كشت مي شود . موز را هنگاميكه هنوز سبز است از درخت مي چينند و به مناطق مختلف مي فرستند و در آنجا بوسيله گرما دادن آنرا مي رسانند . موز انواع مختلف درد يك نوع آن بسيار درشت و نوعي از آن هم خيلي ريز است كه مزه شيريني درد . در كشورهاي استوايي معمولا موز را مي پزند و همراه با برنج و لوبيا مي خورند در كشورهاي آمريكاي لاتين موز را ورقه ورقه كرده و در آفتاب خشك مي كنند. هنگاميكه موز انتخاب مي كنيد بايد پوست آن زرد و سفت و روي آن لكه هاي سياه وجود داشته باشد و اين نشانه موز رسيده است . موز نارس بدليل داشتن نشاسته زياد هضمش سنگين است .- تركيبات شيميايي:قندي كه در موز وجود دارد بسرعت قابل جذب است . در صد گرم موز مواد زير موجود است . انرژي100 كالري آب 70 گرم پروتئين 0/8 گرم چربي 0/2 گرم قند 6/5 گرم كلسيم 8 ميلي گرم فسفر 25 ميلي گرم آهن0/7 ميلي گرمسديم 1 ميلي گرم پتاسيم370 ميلي گرم ويتامين آ 190 واحد ويتامين ب1 0/05 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/06 ميلي گرم ويتامين ب 3 0/07 ميلي گرم ويتامين ث 10 ميلي گرم در موز چند ماده شيميايي بسيار مهم مانند سروتونين ، نوروپي تفرين ، دوپامين و كاته چولامين وجود دارد . - خواص داروئي:موز از نظر طب قديم ايران معتدل و تر است و خون را غليظ مي كند . موز انرژي زيادي درد و چون نرم هست غذاي خوبي براي كودكان و اشخاص مسن مي باشد. 1)بدليل داشتن پتاسيم زياد ضد سرطان بوده و غذاي خوبي براي ماهيچه ها مي باشد . 2)موز ملين بوده و همچنين درمان اسهال و اسهال خوني است.3)موز خونساز است بنابراين اشخاص لاغر و كم خون حتما بايد موز بخورند . 4)موز تقويت كننده معده و نيروي جنسي است . 5)موز درمان زخم معده و روده مي باشد . 6)گرد موز همچنين داروي خوبي براي پائين آوردن كلسترول است .7)شيره گلهاي موز درمان كننده اسهال خوني است .8)جوشانده موز اثر قطع خونريزي درد .9)ضماد برگ درخت موز براي درمان و سوختگي مفيد است

.10)ريشه موز دفع كننده كرم معده است . 11)موز نفاخ است و زيادخوردن آن خصوصا در سرد مزاجان توليد گاز معده مي كند براي رفع اين عارضه بايد پس از موز كمي نمك خورد12)موز تاثير خوبي در تامين رشد و تعادل سيستم اعصاب درد. 13)براي درمان ضعف بدن موز را با عسل بخوريد . 14)موز مدر است . 15)موز بعلت درا بودن قند زياد براي مبتلايان به مرض قند مضر است و نبايد در خوردن آن افراط كنند. - مضرات : مضرات خاصي گفته نشده است .

# زرشك

نام علمي : Berberis - كليات گياه شناسي زرشك درختچه اي است داراي ساقه اي خاردار كه ارتفاع آن تا 4 متر نيز ميرسد . چوب اين درخت قهو ه اي ، قرمز و يا زردرنگ مي باشد . برگهاي آن بيضي شكل با دندانه هاي اره اي و گلهاي آنخوشه اي و زردرنگ است . شاخه هاي زرشك تيغ زيادي درد . ميوه زرشك قرمز رنگ ، گوشتي بيضوي شكل و داراي طعمي ترش است .قسمت مورد استفاده اين گياه ريشه ، پوست رشه و ساقه ، برگ گل و ميوه آن است . - تركيبات شيميايي:در تمام قسمت هاي اين گياه آلكالوئيدهاي بربرين Berberine ، اكسياكانتين Oxyaconthine ، بربامين Berbamine وجود دارد . مقدر آلكالوئيد در پوست ريشه زرشك بيشتر از قسمت هاي ديگر اين گياه است . ميوه زرشك داراي حدود 4% مواد قندي، 65 اسيد ماليكو اسيد تارتاريك و مقادير صمغ مي باشد. زرشك گونه هاي مختلف درد كه مهم تر از همه آنها دو نوع است كه يكي بنام زرشك بي هسته و ديگري زرشك با هسته (داراي دو هسته) مي باشد . - خواص داروئي:خواص طبي زرشك : زرشك از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است ميوه زرشك خواص زير را دارد: 1)قابض است 2)تقويت كننده قلب و كبد است3)بواسير خوني را درمان مي كند 4)خونريزي را برطرف مي كند 5)براي برطرف كردن بيماريهاي كبدي مفيد است6)صفرا بر است 7)دم كرده زرشك را براي برطرف كردن ناراحتي هاي دهان غرغره كنيد . - خواص ريشه و پوست ساقه 1) صفرا بر و مسهل است 2) كبد را پاك و تقويت مي كند 3) اعمال دستگاه گوارش را منظم مي كند 4) وء هاضمه را از بين مي برد 5) بي اشتهايي را برطرف مي كند6) براي رفع يبوست مفيد است7) در درمان يرقان و زردي موثر است 8) نقرس و رماتيسم را برطرف مي كند 9) خانمهائي كه بين دو عادت ماهيانه خونريزي دارند بايد براي برطرف كردن آن از ريشه و ساقه زرشك استفاده كنند . 10) آنهائيكه مبتلا به ورم طحال هستند مي توانند براي معالجه از اين گياه كمك بگيرند . 11) واريس را درمان مي كند . 12) براي معالجه بواسير نافع است . 13) براي برطرف كردن سوزش ادرار مفيد است . 14) فشار خون را پائين مي آورد . 15) براي شست وشوي چشم مي توانيد از جوشانده ريشه و ساقه و زرشك استفاده كنيد .- خواص برگ زرشك1- آب آوردگي بدن را برطرف مي كند .2- اسهال هاي مزمن را درمان مي كند . 3- برگ زرشك دري مقدار زيادي ويتامين C مي باشد بنابراين در درمان بيماري اسكوربوت اثر مفيد دارد . 4- جويدن برگ زرشك باعث محك شدن لثه و دندان مي شود . 5- در موقع آنژين و گلو

درد ، دم كرده برگ زرشك را غرغره كنيد .- طرز استفاده: جوشانده زرشك : مقدار 20-10 گرم پوست ريشه يا ساقه و يا ميوه زرشك را در يك ليتر آب ريخته و آنرا بجوش بياوريد سپس آنرا از روي اجاق برداشته بگذاريد براي مدت 10 دقيقه بماند . اين جوشانده را صاف كرده و با شكر يا عسل شيرين كنيد . مقدار مصرف روزانه آن سه فنجان در فاصله بين غذاهاست .تنطور زرشك : اين تنطور را مي توانيد از فروشگاههاي گياهان دارويي و يا برخي از داروخانه ها خريداري كنيد . مقدار مصرف آن 20-10 قطره سه بار در روز مي باشد . دم كرده زرشك : مقدار 40 گرم زرشك را در يك ليتر آب جوش ريخته و بگذاريد مدت 10 دقيقه بماند سپس آنرا با شكر يا عسل مخلوط كنيد . مقدر مصرف آن سه فنجان در روز و در فاصله بين غذاهاست . - مضرات :مصرف مقدر زياد زرشك و يا ساقه و برگ آن براي زنان حامله مناسب نيست زيرا رحم را تحريك مي كند و ممكن است باعث سقط جنين شود.

# جو

نام علمي : Hordeum vulgare كليات گياه شناسي جو گياهي است علفي و يكساله كه ارتفاع آن بسته بانواع مختلف آن تا يك متر مي رسد . برگهاي آن متناوب و باريك و دراز و به رنگسبز تيره مي باشد . جو از نظر كاشت به دو دسته تقسيم مي شود : جو بهاره و جو پائيزه . جو بهاره در بهار كشت مي شود و احتياج به سرماي زمستان ندارد و قبل از زمستان دانه مي دهد در حاليكه جو پائيزه در پائيز كشت مي شود و محتاج سرماي زمستان است . - تركيبات شيميايي:در صد گرم جو مواد زير موجود است : آب 11 گرم پروتئين 8 گرم مواد نشاسته اي78 گرمكلسيم16 ميلي گرم فسفر 189 ميلي گرمآهن2 ميلي گرم سديم 3 ميلي گرم پتاسيم 160 ميلي گرمويتامين ب 1 0/12 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/05 ميلي گرم ويتامين ب 3 3 ميلي گرم ضمنا جو داراي مقدر بسيار كمي آرسنيك مي باشد . - خواص داروئي:جو معمولا به سه صورت در بازار عرضه مي شود . 1) جو پوست نكنده كه هنوز سبوس آن جدا نشده . 2) جو پوست كنده كه پوست آن گرفته شده است . 3) جو سفيد كه پوست وس بوس آن رگفته شده است و بنام جو مرواريدي معروف است . جو از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است مواد مقوي آن كمتر از گندم بوده ولي قابض و خشك كننده است . 1) غذايي بسيار مقوي براي افراد ضعيف است .2) خاصيت نرم كننده درد . 3) در قديم از جو براي سقط جنين استفاده مي كردند . 4) براي نقرس مفيد است . 5) جوشانده جو داروي خوبي براي مبتلايان به تب و كم خوني و سوء هاضمه است . 6) ماء الشعير براي درمان سل زخم هاي ريوي و سردرد گرم مفيد است . 7) ماء الشعير خون ساز است و زود هضم مي شود. 8) ماء الشعير را با خشخاش كوبيده براي سردرد مفيد است . 9) براي درمان نقرس پماد در جو را با آب بر روي قسمت هاي دردناك بگذاريد . 10) در جو را با شكر مخلوط كرده غذاي خوبي براي اطفال است . 11) بيسكوبيت جو بهترين دارو براي درمان يبوست است و حتي نفخ و شكم درد را از بين ميبرد. 12) سرد مزاجان بايد جو را با شكر بخورند. 13) كشك الشعير براي مزاج هاي گرم و اسهال هاي صفراوي مفيد است . 14) براي برطرف كردن گلو درد و ورم گلو كشك الشعير را قرقره كنيد .15) براي پائين آرودن كلسترول از جو استفاده كنيد . 16) جو چون داراي پروتئاز مي باشد بنابراين از سرطان جلوگيري مي كند . - طرز استفاده: سمنو يا مالت جو : جو را مي توان مانند ديگر غلات خيس كرده و در حرارات معتدل نگاهدري كنيد تا جوانه بزند و هنگاميكه جوانه به حد معيني رسيد از آن مالت نگهدري كنيد . مالت

جو داراي ويتامين هاي C است . ماء الشعير : جو پوست كنده و جو پوست نكنده را خوب مي شويند سپس آن را در آب جوش ريخته و چند دقيقه مي جوشانند و آنقدر آنرا مي پزند تا دانه هاي جو كاملا باز شود و بعد آنرا با پارچه بدون اينكه له شود صاف مي كنند و مي گذارند تا سرد شود و از آن استفاده مي كنند . كشك الشعير : جو پوست كنده را با آب مخلوط كرده و آنرا آنقدر مي جوشانند تا كاملا باز شود سپس آنرا له مي كنند و صاف مي كنند كه خود جو نيز داخل آب شود كشك الشعير شبيه آش جو مي باشد . عصاره مالت جو : از جوشاندن مالت جو در آب و غليظ كردن مايع حاصل در خلاء عصاره مالت جو بدست مي‌آيد كه داراي مقدار 60 درصد مالتوز، 10 درصد ساكاروز، 20 درصد دكسترين و مقداري مواد معدني و ويتامين هاي B1 و B2 است . - مضرات : مضرات خاصي گفته نشده است .

ريحان

نام علمي : Ocimum basilicum- كليات گياه شناسيريحان گياهي است علفي يكساله و معطر كه ارتفاع ساقه آن تا 60 سانتيمتر مي رسد . برگهاي آن بصورت متقابل بيضوي و نوك تيز با كناره هاي دندانهدر مي باشد . گلهاي آن معطر و كوچك به رنگهاي سفيد، قرمز و گاهي بنفش مشاهده مي شود . تخم آن سياه و ريز است . برگ ريحان و سرشاخه هاي جوان آن بمصرف تغذيه مي رسد ريحان در ايران و افغانستان بطور خودرو مي روید در اكثر نقاط دنيا كاشته مي شود . - تركيبات شيميايي:از ريحان اسانسي تهيه مي شود بنام اسانس بازيليك يا روغن ريحان كه معروف است و مصارف درماني مختلفي درد . اسانس ريحان شامل موادي مانند استراگول واوس من درد . دانه ريحان داراي ماده ر وغني است كه حالتي روان درد . - خواص داروئي: چون ريحان بسيار معطر است بنبراين براي معطر ساختن غذاها از آن استفاده مي شود ريحان از لحاظ قديم ايران كمي گرم و خشك است . 1) دم كرده برگ ريحان اثر ضد تشنج درد مقوي و مدر است .2) دم كرده برگ ريحان معالج سردردهاي ميگرن و عصبي است . 3) خوردن ريحان دستگاه هاضمه راتقويت مي كند .4) نوشيدن يك فنجان دم كرده ريحان نفخ و گاز معده را از بين ميبرد . 5) برگ ريحان درمان كننده ناراحتي هاي حاصل از نيش حشرات است كافي است كه محل گزش حشرات را با برگ ريحان ماساژ دهيد خارش و درد را برطرف مي كند. 6) جويدن برگ ريحان براي زخم هاي دهان مفيد است . 7) جوشانده ريحان تب بر است . 8) دم كرده تخم ريحان مسكن است .9) اگر تخم ريحان را بكوبيد و با صمغ عربي مخلوط كنيد داروي خوبي براي درمان اسهال است . 10) تخم ريحان براي رفع دل درد مفيد است . 11) برگ ريحان اثر زيا كننده شير دردو مادران شير ده حتما بايد از اين گياه استفاده كنند .12) دم كرده دانه ريحان براي درمان ورم كليه و ترشحات زنانه بكار مي رود . 13) دم كرده برگ ريحان درمان كننده سرگيجه است .14) برگ ريحان را همراه غذا بخوريد در هضم غذا موثر است .15) اگر گلدان ريحان را جلوي پنجره بگذاريد حشرات و مگس را فراري مي دهد و آنها ودر خانه نخواهند شد . - طرز استفاده: اسانس ريحان را مي توانيد از فروشگاههاي گياهان دارويي و يا Helath Food خريدري كنيد اين اسانس بنام Essential Oil Basil معروف است لطفا دقت كنيد كه اين اسانس بسيار قوي است و نبايد بيش از 2 تا 3 قطره آنرا مصرف كنيد و هميشه هم بايد آنرا با آب رقيق كنيد . - مضرات : مضرات خاصي گفته نشده است .

# چغندر

نام علمي : Beta vulgaris- كليات گياه شناسيچغندر را از قديم شناختند و حتي در حدود چهار قرن قبل از ميلاد بخواص درماني آن آشنا بوده و از آن استفاده مي كرده اند . چغندر بطور بومي در ناحيه مديترانه و شرق اروپا وجود داشته است و در حال حاضر در بيشتر نقاط دنيا كشت مي شود . چغند دو نوع مي باشد يك نوع آن چغندر معمولي است برنگ بنفش تيره و يا قرمز است و نوع ديگر آن چغندر قند است برنگ زرد روشن مي باشد كه بمقدربسيار زياد در نقاط مختلف دنيا براي استفاده از شكر آن شكت مي شود . چغندر خوب آن است كه زياد در خاك نمانده باشد و يا باصطلاح جوان باشد زيرا چغندري كه زياد رسيده باشد سفت مي شود .چغند پير معمولا گردني باريك درد و شيارهايي روي آن بوجود مي آيد . - تركيبات شيميايي: چغند ر بسيار مغذي است و سرشار از مواد معدني و ويتامين ها است . در جدول زير مقدر مواد آن در صد گرم چغندر آمده است .انرژي33 كالري پروتئني 1/2 گرم چربي 0/06 گرم هيداروكربن7/2 گرم كلسيم 11/1 ميلي گرم فسفر 20 ميلي گرم آهن 0/8 ميلي گرم ويتامين آ5000 واحد ويتامين ب 1 0/015 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/025 ميلي گرم ويتامين ب 30/33 ميلي گرمويتامين ث 17/62 ميلي گرم - خواص داروئي: برگ چغندر خواص درماني بسياري دارد .1- بعنوان ملين و رفع يبوست بكار مي رود . 2- تقويت كننده كليه است .3- درمان كننده التهاب مجاري ادرار است . 4- بعنوان مصرف خارجي براي پانسمان زخم و درمان تاول مصرف مي شود. چغندر مخلوط با آب هويج دفع كننده سنگ كيسه صفرا نيز هست .شربت چغندر بهترين نوشابه و تقويت كننده بدن و دافع سموم بدن است . - طرز استفاده: براي درست كردن شربت چغندر با آب ميوه گيري آب سه تا چهار چغندر خام را بگيريد و آنرا با يك ليوان آب معدني گاز در مخلوط كنيد اين شربت بسيار خوشمزه و انرژي زا است . - مضرات : مضرات خاصي گفته نشده است .

سنبل الطيب (علف گربه)

نام علمي : valeriana Officinalis - كليات گياه شناسي سنبل الطيب گياهي است علفي و چن ساله كه ساقه آن بطور عمودي تا ارتفاع دو متر بالا مي رود . اين گياه بصورت وحشي در جنگل هاي كم درخت ، در حاشيه جويبارها و گودال ها در بيشتر مناطق آسيا و ايران مي رويد . سنبل اطيب داراي بويي مطبوع است و گربه بوي اين گياه را از فاصل دور تشخيص داده بطرف آن مي رود و در اطراف آن به جست و خيز مي پدرازد و از بوي آن مست مي شود. گلهاي سنبل الطيب برنگ سفيد يا صورتي و بصورت خوشه اي مي باشد .قسمت مورد استفاده اين گياه ريشه آن است و معمولا از ريشه گياهي كه بيش از سه سال عمر ددر استفاده مي شود .سنبل الطيب پس از خشك شدن برنگ قهوه اي در مي آيد . طعم آن تلخ ولي خوشبو و معطر است . عطر آن پس از خشك شدن بيشتر مي شود . - تركيبات شيميايي:ريشه سنبل الطيب حاوي 1% اسانس است . اين اسانس درريشه تازه بيشتر است و بتدريج كه ريشه خشك مي شود مقدار اسانس آن كاهش يافته ولي بوي آن قوي تر مي شود . اسانس تازه برنگ سبز مايل به زرد است ولي در اثر ماندن غليظ ميشود . آثار دارويي ريشه تازه آن سه برابر خشك شده آن است . سنبل الطيب بايد در حرارت كم خشك شود و در حرارت بالا تمام اثر دارويي آن از بين مي رود . - خواص داروئي:ريشه سنبل الطيب از نظرطب قديم ايران گرم و خشك است خواص مهم آن به شرح زير ميباشد 1) اثر ضد تشنج دارد . 2) در رفع ناراحتي هاي عصبي و هيستري مفيد است . 3) ضد اسپاسم و آرام بخش است . 4) تب بر است .5) در معالجه صرع اثر مفيد دارد . 6) بيخوابي را درمان مي كند . 7) ضد كرم معده و روده است .8) گاز معده را از بين مي برد . 9) ضد هيجان است .10) ميگرن را برطرف مي كند . 11) سرددرهاي ناشي از سيگار كشيدن و مصرف الكل را رفع مي كند . 12) براي برطرف كردن دلهره ف تشويش و نگراني مفيد است . 13) در درمان بيماري ماليخوليا اثر مفيد دارد .14) در برطرف كردن ددر سياتيك موثر است .15) درد معده را برطرف مي كند. 16) سكسكه مداوم را از بين مي برد . 17) تقويت كننده نيروي جنسي است . 18) ترشح ادرار را زياد مي كند . 19) درد سينه را برطرف مي كند . 20) استفراغ را برطرف مي كند . 21) دهان را خوشبو مي كند . 22) در معالجه مرض قند موثر است . 23) گرد سنبل الطيب را روي زخم ها بپاشيد تا التيام يابند . - طرز استفاده: 1)گرد سنبل الطيب : ريشه سنبل الطيب را خرد كرده و در حرارت 40 درجه خشك كنيد . سپس آنرا آسياب كنيد و از الك ريز رد كنيد

. اين گرد بعنوان ضد تشنج بكار مي رود . مقدار مصرف آن 5-10 گرم در روز است . 2) مخلوط سنبل الطيب : 4 گرم گرد ريشه سنبل الطيب را با 4 گرم رازيانه و 4 گرم قند سائيده و مخلوط كنيد اين مخلوط را چهار قسمت كرده و در طول روز بفواصل مساوي بخوريد . 3)تنطور والريان : 100 گرم ريشه سنبل الطيب را خرد كرده و در نيم ليتر الكل طبي 60 درجه بريزيد و بگذاريد بماند . هر ورز چند بار انرا بهم بزنيد و پس زا 15 روز آنرا صاف كرده و در شيشه دربست نگهداري كنيد .مقدار مصرف آن 10-30 قطره مي باشد. - مضرات : چون سنبل الطيب براي كليه مضر است بايد آنرا با كتيرا خورد .

گاوزبان

نام علمي : Borage officinalis - كليات گياه شناسي گاو زبان گياهي است علفي و يكساله كه ارتفاع ساقه آن تا 60 سانتيمتر مي رسد ساقه آن شيار دار و خاردار مي باشد . برگهاي اين گياه ساده و پوشيده از تارهاي خشن است . گلهاي آن برنگ آبي ، سفيد ، بنفش و آبي مي باشد .گاو زبان احتمالا از شمال آفريقا بنواحي ديگر راه يافته و امروزه در منطقه مديترانه ، نواحي شمال آفريقا و قسمت هايي از خاورميانه مي روید . گل ، برگ و سرشاخه هاي گلدار آن بمصرف دارويي مي رسد .- تركيبات شيميايي: گل گاو زبان و برگ هاي آن داراي لعاب فراوان است . اين گياه داراي نيترات پتاسيم ، رزين ها ف مالات كلسيم ، منگنز ، منيزيوم ، اسيد فسفريك و آلانتوئين مي باشد .- خواص داروئي: گاو زبان از نظر طب قديم ايران سرد است 1) گل گاو زبان و برگ هاي تصفيه كننده خون است . 2) آرام كننده اعصاب است .3) عرق آور است . 4) ادرار آور است . 5) كليه ها را تقويت مي كند . 6) سرماخوردگي را برطرف مي كند. 7) براي از بين بردن سرفه از دم كرده گل گاو زبان استفاده كنيد . 8) در درمان برونشيت موثر است .9) بي اختياري دفع ادرار را درمان مي كند . 10) التهاب و ورم كليه را درمان مي كند . 11) در درمان بيماري سرخك و مخملك مفيد است.12) ضماد برگ هاي گاو زبان براي رفع ورم موثر است . 13) برگهاي گاوز بان را بپزيد و مانند اسفناج از آن استفاده كنيد . 14) برگهاي تازه گل گاو زبان داراي مقدر زيادي ويتامين C مي باشد و در بعضي از كشورها آنرا داخل سالاد مي ريزند . - مضرات : گاوزبان بعلت داشتن آلكالوئيد براي زنان حامله و كودكان مضر است .

بابا آدم

نام علمي : Arctium lappa - كليات گياه شناسي بابا آدم كه فيل گوش و آراقيطون نيز ناميده مي شود گياهي است علفي و دوساله ذكه ارتفاع ساقه آن تا 1/5 متر مي رسد . اين گياه بحالت وحشي در دشت ها و نواحي معتدل و مرطوب و سايه در اروپا و آسيا مي رويد . ساقه آن كه شبيه پوست مار است پوشيده از كركهاي خشن و زبر مي باشد . برگهاي آن بسيار بزرگ و پهن بحالت افتاده بر روي ساقه قرار درد . رنگ برگها در قسمت چسبيده به ساقه سبز كم رنگ و هر چه بطرف انتهاي برگ نزديك تر مي شويم تيره تر مي شود . ريشه گياه دراز ف دوكي شكل و مانند هويج بضخامت انگشت دست بوده وداراي مقدر زيادي كربنات پتاسيم و نيترات پتاسيم است . پوست ريشه بابا آدم قهوه لي ، مغز آن سفيد و طعم آن كمي شيرين است ولي بوي تهوع آوري درد .ميوه آن پس از رسيدن بصورت فندقه اي با 3 يا 4 سطح و برنگ زرد حنايي ظاهر مي شود . در انتهاي ميوه تارهاي زرد رنگي وجود دارد كه در موقع عبور گوسفندان و جانوران به پشم هاي آنها مي چسبد و موجب پخش تخم اين گياه به مناطق ديگر مي شود . بابا آدم در بعضي از نقاط ايران بحالت وحشي مي رويد . از ريشه اين گياه استفاده طبي بعمل مي آيد پساز خارج كردن ريشه بابا آدم از خاك آنرا بخوبي شسته و به قطعات كوچك سه سانتيمتري تقسيم كرده و در اثر حرارت خورشيد يا در كوره هاي مخصوصي خشك مي كنند . - تركيبات شيميايي: ريشه بابا آدم داراي ماده اي بنام اينولين Inulin ، روغن فرار ، تانن ، رزين ، قند ، آهن ، كلسيم و ويتامين C مي باشد . دانه بابا آدم داراي روغني است برنگ زرد و طعم تلخ اسيد لينولئيك و اسيد اولئيك است . - خواص داروئي: از نظر طب قديم ايران ريشه بابا آدم سرد و خشك است . 1) بهترين تصفيه كننده خون است و خون را تميز كرده و سموم را از بدن خارج مي كند .2) جوشهاي صورت و كورك را برطرف مي كند . 3) ادرار آور و معرق است . 4) سيستم لنف بدن را تميز مي كند . 5) بيماريهاي پوستي نظير اگزما ، گل مژه و زخم ها را برطرف مي كند . 6) تورم را از بين ميبرد . 7) تقويت كننده بدن است . 8) جوشانده برگهاي بابا آدم را در معالجه سرگيجه و رماتيسم بكار مي برند . 9) براي تنظيم قند خون و معالجه بيماري قند از جوشانده برگهاي بابا آدم بمقدر سه فنجان در روز استفاده كنيد .10) براي معالجه سرخك ، برگهاي بابا آدم را با كمي شكر بجوشانيد و به مريض بدهيد . 11) جوشانده تخم بابا آدم ضد عفوني كننده است . 12) تخم بابا آدم ضد كرم معده و روده است . 13) در ناراحتي هاي ريوي و گلو درد از جوشانده تخم بابا آدم استفاده كنيد .

14) در معالجه ذات الريه بكار مي رود . 15) ريشه بابا آدم در برطرف كردن سرمخوردگي موثر است . 16) تب حاصل از بيماري مخملك را برطرف مي كند. 17) در معالجه يبوست موثر است .18) بعنوان ضد سم در هنگام نيش زدن جانوران سمي استفاده مي شود. 19) براي معالجه كچلي برگ بابا آدم را دم كرده و روي پوست سر بماليد .20) براي معالجه زخم ها و التيام جراحات ، جوشانده برگ بابا آدم را با مقدر مساوي روغن زيتون مخلوط كرده و روي زخم ها و جراحات بماليد . 21) ريشه بابا آدم علاج كم خوني و رنگ پريدگي است زيرا داراي مقدر زيادي آهن است . 22) براي معالجه رماتيسم و آرتروز مفيد است . 23) نقرس را برطرف مي كند . 24) در معالجه بيماريهاي عفوني موثر است . 25) درد سياتيك را آرام مي كند . 26) در برطرف كردن كمر درد موثر است .27) آب آوردن بدن را درمان مي كند . 28) هضم غذا را تسريع مي كند .29) ورم كليه را دفع مي كند . 30) آنهائيكه ميل زيادي بخوردن شيريني و شكر دارند اگر صبح ناشتا از دم كرده اين گياه بنوشيد بزودي اين عادت رفع خواهد شد .31) كسانيكه ميخواهند قهوه را ترك كنند مي توانند ريشه بابا آدم را با مقدر اين مخلوط را حتي مي توان از فروشگاههاي گياهان دارويي و يا برخي از داروخانه ها ابتياع كرد.32) كهير را برطرف مي كند.33) ريشه بابا آدم را له كرده و يا بجوشانيد و آنرا روي كورك و يا اگزما بماليد تا آنرا برطرف كند . 34) براي جلوگيري از ريزش مو و تقويت آن جوشانده غليظ ريشه بابا آدم را به سر ماليد . 35) براي برطرف كردن سوزش و درد گزيدگي زنبور با حشرات برگ بابا آدم را له كرده و به محل گزيدگي بماليد .در صورت پيدا نكردن ، گياه بابا آدم مي توانيد تنطور آنرا از فروشگاههاي گياهان دارويي و يا برخي از داروخانه ها خريدري كنيد . مقدار مصرف تنطور آن 10-20 قطره و سه بار در روز است . - طرز استفاده: دم كرده ريشه بابا آدم : مقدر 50 گرم ريشه بابا آدم را در يك ليتر آب جوش ريخته و بمدت 20 دقيقه دم كنيد .جوشانده ريشه بابا آدم : مقدر 80 گرم ريشه بابا آدم را در يك ليتر آب جوش ريخته و بگذاريد بمدت 10 دقيقه به آرامي بجوشد . تنطور بابا آدم : اين تنطور را مي توان از فروشگاههاي گياهان دارويي و يا برخي از داروخانه ها Store خريدري كنيد . دم كرده ريشه بابا آدم و شيرين بيان : 30 گرم ريشه باباآدم را با مقدر مساوي آن شيرين بيان در يك ليتر آب جوش ريخته و بمدت نيم ساعت دم كنيد . اين دم كرده تصفيه كننده خون است . براي اين منظور از اين دم كرده بمقدر سه فنجان در روز بنوشيد .- مضرات : مضرات خاصي گفته نشده است .

هل

نام علمي : Elettaria cardamomum - كليات گياه شناسي هل گياهي است كه در مناطق حاره و گرم مي روید . وطن آن هندوستان مي باشد و حدود 80% مصرف هل دنيا از هندوستان صدر مي شود . اين گياه پايا و علفي است كه ريزوم آن ساقه هاي هوائي مانند برگ بهم پيچيده گاهي تا ارتفاع 4 متر خارج مي شود . يك يا دو ساقه گل دهنده از قاعده ساقه هاي هوائي خارج مي شود كه داراي گل هاي كوچك برنگ سفيد يا سبز روشن مي باشد.ميوه هل بيضي شكل ، مانند قلب و برنگ زرد يا سبز روشن بطول 1-2 سانتيمتر است . دانه هاي معطر و مطبوعي برنگ قهو هاي ماي به قرمز در آن وجود دارد كه به مصرف ادويه و خوشبو كردن مشروبات و غذاها مي رسد . - تركيبات شيميايي: هل داراي اسانس فرار و معطري در حدود 4% مي باشد ضمنا اين گياه داراي مواد رزيني و چربي نيز است .- خواص داروئي:هل از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است . 1) چون هل بشكل قلب مي باشد بنابراين تقويت كنده قلب است .2) بادشكن بوده و گاز معده و روده را خارج مي سازد . 3) تقويت كننده بدن است . 4) ادرار آور است . 5) قاعده آور است . 6) مقوي سيستم هضم است .7) باعث هضم غذا مي شود . 8) زخم هاي دهان را برطرف مي كند بدين منظور دم كرده هل را در دهان مزه مزه كنيد . 9) خوشبو كننده دهان است . 10) براي تسكين گوش درد ، گرد هل را در گوش بريزيد. 11) براي برطرف كردن دل بهم خوردگي و تهوع از دم كرده هل استفاده كنيد . 12) اشتها آور است . 13) تب را پائين مي آورد . 14) معالج سرماخوردگي است . 15) براي تسكين درد رماتيسم مفيد است . 16) ترشي معده را برطرف مي كند . 17) ضد مسموميت است. 18)براي رفع بيماريهاي چشم مفيد است . - طرز استفاده: دم كرده : مقدر 30 گرم هل كوبيده را در يك ليتر آب جوش ريخته و بگذاريد بمدت 10 دقيقه دم بكشد سپس صاف كرده و بنوشيد . هل را همچنين مي توان به چايي يا ديگر مشروبات الكلي اضافه كرد . - مضرات : مقدر مصرف زياد هل براي روده ها مضر است . براي رفع اين اشكال آنرا بايد با كتيرا خورد .

هويج

نام علمي : Daucus carota- كليات گياه شناسي هويج گياهي است دو ساله داراي ريشه راست و ساقه بي كرك كه نوع پرورش يافته آن در اكثر نقاط زمين كشت مي شود . قسمت مورد استفاده گياه هويج ريشه ميوه و تخم آن است . - تركيبات شيميايي:هويج داراي 87% آب ، 1/5 مواد ازته ، 0/02 % چربي ، 8% مواد گلوسيدي ، حدود 1/5% سلولز و مقدري ماده رنگي كاروتن (ويتامين A ) و دياستازهاي مختلف و ويتامين هاي A,B,C,D,E مي باشد . - خواص داروئي:در هويج يك نوع آنسولين گياهي وجود دارد كه اثر كم كننده قند خون را درا مي باشد بنابراين اين عقيده قديمي كه هويج براي مبتلايان به بيمابر قند خوب نيست كاملا غلط است وبيماران قند مي توانند به مقدر كم از اين گياه استفاده كنند . هويج با داشتن مواد مقوي و ويتامين ها يكي از مهمترين و مفيدترين براي بدن مي باشد . خوردن هويج مقاومت بدن را در مقابل بيماريهاي عفوني بالا مي برد . مصرف هويج در برطرف كردن بيماريهاي آب آوردن انساج بدن ، عدم دفع ادرار تحريك مجاري هضم و تنفسي ، سرفه هاي مقاوم ، آسم اخلاط خوني و دفع كرم اثر معجزه آسائي دارد .* از هويج مي توان در موارد زير استفاده كرد : 1)براي برطرف كردن يبوست يك كيلو هويج را رنده كنيد و در مقدري آب دو ساعت بجوشانيد تا مانند ژله در آيد صبح ناشتا چند قاشق بخوريد 2)سوپ هويج براي كودكان شير خوار كه معده حساس دارند : ابتدا 200 گرم هويج رنده شده را در ديگ بريزيد و روي آن يك ليتر آب اضافه كنيد و بجوشانيد تا كاملا هويج ها لهش ود . سپس آنرا صاف كرده و به نسبت مساوي باشير مخلوط كرده و در شيشه شير بچه ريخته و به او بدهيد 3)تخم هويج را به مقدر يك قاشق غذا خوري در يك ليوان آب جوش ريخته و آنرا بمدت 5 دقيقه دم كنيد . اين دم كرده اثر نيروي دهنده، اشتها آور ف مدر ، زياد كننده شير خانم هاي شير ده و اثر قاعده آور دارد. 4)برگ هويج را با آب بجوشانيدا ين جوشانده را غرغره كنيد براي آبسه مخاط دندان و دهان موثر است بعلاوه مي توان براي رفع ترك و خراش پوست استفاده كرد . 5)هنگاميكه كودك شروع به دندان درآوردن مي كند يك قطعه هويج باريك را براي دندان زدن به او بدهيد . 6)آب هويج را اگر روي صورت بكشيد باعث روشن شدن و جلوه پوست صورت مي شود . 7)اگر بخواهيد لاغر شويد همه روزه با غذا هويج خام بخوريد .8)اگر مي خواهيد چاق شويد بعنوان صبحانه بايد آب هويج بخوريد . 9)هويج وپياز را با هم بجوشانيد و به آن آب ليمو اضافه كنيد داروي موثري براي درمان بيماريهاي عصبي امراض كليوي و همچنين جوان كننده

پوست مي باشد . 10)خوردن هويج براي بيماريهاي بواسير موثر است .11)براي خارج كردن سنگ كيسه صفرا هويج اثر معجزه آسا دارد . 12)خوردن هويچ جوشهاي صورت را درمان مي كند . 13)براي تقويت قواي جنسي و تحريك كبد و روده ها هويج داروي موثري است . 14)در فرانسه بيمارستان معروفي وجود دارد كه براي درمان بيماريهاي كبدي فقط از سوپ هويج استفاده مي كنند و دستور تهيه اين سوپ بشرح زير است . حدود 750گرم هويج را رنده كنيد و آنرا در ظرفي كه مقدري آب نمك درد بريزيد سپس بان يك قاشق چايخوري جوش شيرين و يك قشلق سوپخوري كره اضافه كنيد آنرا بجوش آورده و با آتش ملايم بپزيد تا آب بخارشود و هر روز يك بشقاب از آن را ميل كنيد . 15)هويج اعمال روده ها را منظم مي كند و كمبود الياف غذاهاي گوشتي را جبران مي كند بنابراين آنهايي كه گوشت زياد مصرف مي كنند حتما بايد هويج بخورند تا مشكل يبوست نداشته باشند . 16)براي برطرف كردن اسهال بچه ها بهترين دارو سوپ هويج است . براي اين منظور بايد 500 گرم هويج را رنده كرده و آنرا در يك ليتر آب بجوشانيد تا آنكه هويج كاملا پخته و نرم شود سپس آنرا در آسياب برقي ريخته تا آنكه بصورت شربت در آيد بعد بآن آ اضافه كرده تا آنكه حجم آن يك ليتر شود . براي بچه هايي كه معده حساس دارند سوپ هويج بهترين دارو است بدين ترتيب كه مي توان يك يا دو بار در روز بجاي شير به بچه سوپ هويج داد حتي براي بچه هايي كه كمتر از سه ماه دارند مي توان بطور متناوب سوپ هويج به طفل داد يعني يك وعده شير و يك وعده سوپ هويج و بعد از سه ماهگي اين روش تبديل به يك وعده سوپ و دو وعده شير مي شود . 17) آب هيج در صبح ناشتا مواد سمي را از خون خارج مي كند . 18) اگر آسم يا گرفتگي صدا دريد آب هويج بخوريد .19) خانم هايي كه پوست حساس دارند حتما بايد پوست صورت و رگدن خود را با آب هويج پاك كنند . 20) دم كرده تخم هويج و يا جويدن تخم هويج گاز معده را خارج كرده و فعاليت روده ها را زياد ميكند - طرز استفاده: هويج را نبايد هيچگاه پوست كند زيرا مواد مغذي و ويتامين هاي خود را از دست مي دهد بلكه بايد آنرا با برس شست و مصرف كرد .- مضرات : البته با تمام خواص زيادي كه هويج دارد مصرف آن بنايد زياده روي كرد ديده شده آنهائيكه هويج زياد مصرف مي كنند رنگ پوست و چشم آنها زرد مي شود كه البته خطري ندارد چون اگر چند روز هويج مصرف نكنند دوباره پوست و چشم به رنگ طبيعي خود برمي گردند ..

فلوس

فلوس: Cassia - كليات گياه شناسيفلوس درختي است به ارتفاع 10-15 متر كه به حالت خودرو در بشتر نقاط گرمسير دنيا مانند آفريقا ، هند و جنوب مي رويد . فلوس در بعضي از نواحي ايران به نام خرنوب هندي و خيار شنبر نيز معروف است . ميوه فلوس يه طول 30 تا 50 سانتيمتر و به قطر 2-3 سانتيمتر است . اگر فلوس درقسمت طول آن شكافته شود تيغه هاي متعدد در آن ديده مي شود كه فلوس را به خانه هاي متعدد گاهي تا 100 خانه تقسيم مي كند . در داخل اين خانه ها مايع چسبنده تيره رنگي وجود دارد كه عسل خيار شنبرناميده مي شود . طعم اين مايع كمي شيرين ولي نامطبوع است . براي استفاده از فلو غلاف آنرا كمي روي آتش گرم مي كنند تا عسل خارج شود . معمولا اين عسل با روغن بادام مخلوط شده و به عنوان مسهل استفاده مي شود البته مي توان مغز فلوس را با قند يا شكر مخلوط كرده و در درجه حرارت معتدلي پخت كه به آن فلوس پخته مي گويند . - تركيبات شيميايي: مغز فلوس داراي اكسي آنتراكينون ، مواد قندي صمغ ، اسانس و مواد روغني است . خاصيت مسهلي فلوس مربوط به چند ماده شيميايي است كه از مشتقات آنتراكينون مي باشد . صور دارويي فلوس جوشانده فلوس : 10 گرم عسل فلوس را با يك ليتر آب جوش مخلوط كرده و آنرا صاف مي كنند و به مريض مي دهند . اين جوشانده مسهل خوبي است . مقدر عسل فلوس را مي تواندر مورد يبوستهاي سخت تا 60 گرم ني افزايش داد . البته براي بهتر كردن طعم آن مي توان مقدري شربت گيلاس يا انجير به آن اضافه كرد . مرباي فلوس :5 گرم عسل فلوس را با همان مقدر آب مقطر مخلوط كرده و سپس مقدر 125 گرم قند كوبيده را به آن اضافه كنيد بعد آنرا حرارت دهيد تا به آرامي آب آن بخار شود و وزن آن به 100 گرم برسد و غليظ شود . اين مربا نيز مسهل بسيار خوبي است مقدر مصرف آن 50-100 گرم در روز است . - خواص داروئي: فلوس از نظر طب قديم ايران كمي گرم و تر است .1) يكي از بهترين داروها براي رفع يبوست مي باشد زيرا مصرف آن عوارضي ندارد بنبراين حتي براي زنان حامله و اطفال مناسب نيست .2) براي درد مفاصل و نقرس فلوس را به موضع درد بماليد . 3) براي كليه ها مفيد است مخصوصا آنهايي كه كليه شان سنگ ساز است درصورت استفاده از آن مبتلا به سنگ كليه نمي شوند . 4) جوشانده پوست درخت فلوس اسهال خوني را رفع مي كند .5) نرم كننده سينه است . 6) براي باز كردن گرفتگي روده و دل پيچه ، فلوس را مخلوط با ريشه ختمي بكار بريد . 7) براي معالجه ديفتير ، فلوس را با آبّ

گشنيز مخلوط كرده و به بيمار بدهيد تا غرغره كند . - مضرات :فلوس براي معده مضر است چون به روده ها مي چسبد و ايجاد دل درد و ناراحتي هاي روده مي كند بنابراين بهتر است با مصطكي و انيسون روغن بادام خورده شود .

بابونه

نام علمي : Chamaemelum nobile - كليات گياه شناسيبابونه گياهي است دائمي و كوچك بارتفاع تقريبا 30 سانتيمتر داراي بوئي معطر كه در چمنزارها و اراضي شني مي روید . ساقه آن برنگ سبز مایل به سفید ، برگهاي آن كوچك متناوب و داراي بريدگيهاي باريك و نامنظم و پوشيده از كرك است . گلهاي آن مجتمع در يك طبق كه بطور منفدر در انتهاي ساقه گل دهنده در تابستان ظاهر مي شود . در هر طبق گلهاي سفيد در اطراف و گلهاي زرد در قسمت وسط قرار دارند . - تركيبات شيميايي: گلهاي بابونه داراي اسانس روغني آنته مين ( Anthemine) تانن ، فيتوسترول و همچنين ماده اي تلخ بنام اسيد آنته ميك Anthemique Acid مي باشد . - خواص داروئي: بابونه از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است و از تقويت كننده هاي تلخ بحساب مي آيد . جالينوس حكيم آنرا براي درمان تب و لرزهاي نوبه اي بكار مي برد . 1) يكي از مهمترين خواص بابونه درمان زخم معده و ورم معده است و اين گياه به آساني اين مرض را درمان مي كند و آنهائيكه سالهاست با اين مرض دست بگريبان هستند و از قرص هاي مختلف گران قيمت نظير Lozac و Zantac و غيره استفاده مي كنند مي توانند با استفاده از بابونه خرج داروي خود را پس انداز كنند و همچنين سلامتي خود را بازيابند .براي درمان زخم معده يك ليوان چاي غليظ بابونه درست كنيد (4 قاشق چايخوري بابونه در يك ليوان آبجوش و يا چهار تا چاي كيسه اي بابونه در يك قاشق ليوان آب جوش ) و صبح ناشتا هستيد اين ليوان چاي را بنوشيد و سپس در رختخواب به پشت دراز بكشيد و بعد از چهار دقيقه بخوابيد و البته بعد از يكربع ساعت مي توانيد صبحانه خود را ميل كنيد . اين عمل را بمدت دو هفته ادامه دهيد تا زخم و ورم معده بكلي شفا يابد. 2) بابونه اعصاب و قواي جنسي را تقويت ميكند . 3) بابونه مقوي مغز است . 4)بابونه ادرار آور و قاعده آور است . 5)اين گياه ترشح شير را در مادران شير ده افزايش مي دهد . 6)درمان كننده سردرد و ميگرن است . 7)استفاده از بابونه سنگ مثانه را خرد و دفع مي كند . 8)اگر كسي قطره قطره ادرار مي كند به او چاي بابونه دهيد تا درمان شود . 9)بابونه درمان كننده كمي ترشحات عادت ماهيانه است . 10)براي درمان چشم درد ، بابونه را در سركه ريخته و بخور دهيد . 11)براي تسكين دردهاي عضلاني چاي بابونه بنوشيد .12)جويدن بابونه براي التيام زخم هاي درمان مفيد است .13)خوردن 5 گرم ريشه بابونه با سركه رقيق محرك نيروي جنسي است ( ريشه بابونه گرم تر و خشك تر از گل بابونه است ) 14)بابونه تب بر و تسكين دهنده درد است . 15)بابونه تقويت كننده معده

است . 16)براي تسكين درد در هنگام دندان درآوردن بچه ها ، به آنها چاي بابونه بدهيد .17)براي رفع بيخوابي و داشتن يك خواب آرام و راحت ، كافي است ده دقيقه قبل از اينكه به رختخواب برويد يك فنجان چاي بابونه بنوشيد . 18)بابونه درمان كننده بي اشتهايي است . 19)بابونه براي رفع ورم روده موثر است . 20)چاي بابونه درمان كننده كم خوني است . 21)از بابونه براي رفع كرم معده و روده استفاده كنيد . 22)بابونه تسكين دهنده دردهاي عادت ماهيانه است . 23)بابونه براي رفع زردي مفيد است . 24)حمام بابونه اثر نيرو دهنده درد . براي اين منظور چند قطره اسانس بابونه را در وان حمام ريخته مدت يكربع ساعت در آن دراز بكشيد .25)براي تسكين درد ، چند قطره اسانس بابونه را با يك قاشق روغن بادام مخلوطكرده و روي محل هاي دردناك بماليد درد را تخفيف مي دهد . 26)اسانس بابونه مخلوط با روغن بادام براي رفع ناراحتي هاي پوستي نظير اگزما ، كهير و خارش مفيد است . 27)براي رفع گوش درد و سنگيني گوش ، يك قطره روغن بابونه را در گوش بچكانيد .28)اسانس بابونه چون اثر قي آور درد در مورد مسموميت هاي غذايي مصرف مي شود . 29)روغن بابونه را براي از بين بردن كمردرد ، درد مفاصل و نقرس روي محل درد بماليد . 30)با چاي بابونه اگر موهاي بلوند را بشوئيد آنها را روشن تر و شفاف تر مي كند . 31)آنهائيكه يائسه شده اند بهتر است همه روزه چاي بابونه بنوشند زيرا اختلالات يائسگي را برطرف مي كند . 32)بابونه ضد آلرژي است .- طرز استفاده: اسانس بابونه : حدود 0/8 تا 1 درصد اسانس در اين گياه وجود دارد كه بوسيله تقطير با بخار آب بدست مي آيد . رنگ اين اسانس آبي روشن است ولي در اثر كهنه شدن برنگ زرد مايل به قهوه اي در مي آيد . بوي اين اسانس بسيار قوي و طعم آن معطر و سوزانده است . اسانس بابونه در عطر سازي و براي معطر كردن غذاها بكار مي رود . چاي بابونه با دم كرده بابونه : براي درست كردن چاي بابونه يك قاشق چايخوري گياه بابونه خشك را در يك فنجان آب جوش ريخته و بمدت 5 دقيقه بگذاريد دم بكشد .روغن بابونه با روغن زيتون : گل خشك بابونه را با برابر وزنش روغن زيتون مخلوط كرده و روي آتش ملايم بگذاريدتا دم بكشد ( نبايد بجوشد ) و گاه گاه آنرا هم بزنيد . سپس آنرا از روي آتش برداريد و بگذاريد تا مدت 24 ساعت بحال خود بماند . سپس آنرا از صافي با فشار در كرده و در شيشه اي دربست نگهدري كنيد ( براي نفخ شكم و قولنج آنرا روي شكم بماليد )روغن بابونه : براي تهيه روغن بابونه مقدري از گل خشك بابونه را با چهار برابر وزن آن روغن كنجد مخلوط كرده و سپس باندازه دو برابر گل بابونه بآن آب اضافه كنيد . آنرا روي چراغ گذاشته و بگذاريد بجوشد تا اينكه آب آن بكلي تبخير

شود و فقط روغن باقي بماند البته بايد دقت كرد كه روغن نسوزد .
- مضرات : مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .

# نخود

نام علمي : Cicer arietinum - كليات گياه شناسي نخود گياهي است يكساله و از خانواده حبوبات كه بلندي بوته آن به حدود 30 سانتيمتر مي رسد . ساقه اين گياهپ وشيده از تارهاي غده اي است . برگهاي آن مركب از 13 تا 17 برگچه كوچك و دندانه دار مي باشد . گلهاي آن سفيد رنگ مايل به قرمز يا آبي بطورتك تك بر روي ساقه قرار درد . ميوه آن بصورت نيام و غلاف آن كوچك متورم و نوك تيز بطول 2 تا 3 سانتيمتر است كه در آن يك دانه نخود به رنگ نخودي يا سياه قرار درد . نخود يكي از حبوبات مغذي و انرژي زا وپر مصرف است .- تركيبات شيميايي:در صد گرم نخود مواد زير موجود است : آب10 گرم پروتئين 20 گرم نشاسته155 گرم كلسيم 150 ميلي گرم فسفر35 ميلي گرم آهن 7 ميلي گرمسديم25 ميلي گرم پتاسيم 780 ميلي گرمويتامين آ 50 واحدويتامين ب 1 0/3 واحد ويتامين ب 2 0/15واحد ويتامين ب 3 2 ميلي گرم مواد روغني 5 گرم نخود همچنين داراي مقدر بسيار كمي ارسنيك ، اسيد اگزاليك ، اسيد استيك و اسيد ماليك و املاح كميابي نظير بر ، ليتيوم و مس است . ضمنا داراي موادي مانند لسيتين ، گالاكتان ، ساكاروز دكستروز و سلولز در نخود وجود دارد - خواص داروئي:نخود بعلت درا بودن اسد هاي آمينه مختلف ويتامينها و مواد معدني غذاي بسيار خوبي است . نخود از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است و با همه خواص بيشماري كه درد نفاخ و دير هضم مي باشد و نبايد در خوردن آن افراط كرد .1) نخود كمي ملين است . 2) نخود اثر ادرار آور و قاعده آور دارد . 3) نخود كرم كش است . 4) براي برطرف كردن درد سينه وريه باي نخود را با كمي نمك پخت و آب ژله مانند آنرا خورد . 5) روغن نخود براي تقويت مو موثر است شب ها آن را به سر بماليد و صبح مو را بشوئيد . 6) روغن نخود را اگر به سر بماليد سردرد را شفا مي دهد . 7) روغن نخود را بر روي دنداني كه درد مي كند بماليد درد را برطرف خواهد كرد .8) روغن نخود را اگر به زيرشكم بماليد براي تقويت نيروي جنسي موثر است . 9) افراد گرم مزاج بايد نخود را با سكنجبين بخورند تا از نفخ شكم جلوگيري كند . 10) نخود را مي توان براي دفع رسوبات دري و درمان زردي بكار برد . 11) نخود درمان كننده قولنج هاي كليوي است .12) نخود را بصورت در داروريد و روي رخم هاي چركين بگذاريد آنها را باز كرده و اليتام مي دهد . 13) يكي از غذاهاي مغذي كه سرشار از پروتيئن هاي گياهي ، ويتامين ها و مواد معدني است هموس مي باشد كه در كشورهاي عربي جزو غذاهاي اصلي آنهاست .گياه خواران هموس را جانشين گوشت مي كنند اين غذا از نخود پخته و كره كنجد كه

تاهيني ناميده مي شود درست مي شود . - طرز استفاده:طرز تهيه هموس بقرار زير استحدود 300گرم نخود را كاملا بپزيد كه نرم شود و تقريبا آب آن تمام شود . آب دو ليمو ترش را بگيريد و با نخود پخته داخل مخلوط كن برقي بريزد كه كاملا له شود . سپس مقدر 100 گرم كره كنجد و يك چهارم سير له شده و جعفري و نمك و مقدري هم روغن زيتون بآن اضافه كرده و همه را بهم بزيند تا كاملامخلوط شود . هموس را مي توانيد بصورت سرد براي ساندويج استفاده كنيد . هموس حتي چاشت خوبي براي بچه هاست كه به مدرسه مي روند . - مضرات : مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .

# دارچين

نام علمي : Cinnamomum zelanicum - كليات گياه شناسي دارچين از قديم الايام در دنيا بكار ميرفته است در مصر حتي قبل از ساختمان اهرام ثلاثه مصر براي درمان امراض مختلفه مصرف مي شده است .اسم دارچين Cinnamon از كلمه عربي Kinnamon مشتق شده و در كتاب مقدس به آن اشاره شده است و در مراسم مذهي يهوديان بكار مي رفته است . دارچين پوست درختي است كه تا 10 متر ريشه مي كند برگ اين درخت سبز سير و داراي گلهاي برنگ سفيد مي باشد . پوست اين درخت را كنده و معمولا پوارد مي كنند و در غذا يا بعنوان چاي از آن استفاده مي كنند . - خواص داروئي:دارچين رمز جواني است و مصرف روزانه آن انسان را سلامت جوان نگه مي دارد . دارچين براي زياد شدن و بازيافتن نيروي جنسي نيز بكار مي رود كليه را گرم مي كند و ضعف كمر و پاها راازبين مي برد و كم خوني را درمان مي كند .دارچين بهترين دارو براي دردهاي عضلاني است و جديدا در آمريكاي شمالي و كانادا كرم هايي ببازار آمده كه داراي دارچين است و براي رفع درد بكار مي رود .حتما تا بحال متوجه شده ايد كه بعد زا خوردن يك دونات دارچين در همه چيز را زيبا مي بينيد و چقدر آرام هستيد . اين خاصيت دارچين است زيرا دارچين اثر آرام كنده وشاد كننده دارد و از بسياري از داروهاي آرام بخش بهتر است . و در حقيقت مي توان گفت دارچين واليوم گياهي است زيرا در دارچين ماده اي است بنام Cinnamodehyde كه روي حيوانات و انسان اثر آرام بخش دارد . اثر مهم ديگر دارچين پائين آوردن تب مي باشد و حتي امروزه دارچين را بصورت قرص و كپسول درآورده اندكه بعنوان تب بر بكار مي رود . شما مي توانيد بآساني با نشويدن يك فنجان چاي دارچين تب را بسرعت پائين بياوريد. دارچين رگها را باز مي كند و اثر خوبي در گردش خون دارد . دارچين خاصيت عجيب ديگري درد و آن قوي كردن مصونيت بدن در مقابل امراض است و حتي مي توان گفت كه اثر پني سيلين و آنتي بيوتيك را به مقدر زيادي دارا است . اگر حس كرديد كه ضعيف شده ايد و ممكن است مريض شويد چاي درجين را فراموش نكنيد و حتي اگر سرما خورده ايد يا ضعف شديد دريد چاي دارچين بهترين دارو است . يكي از دانشمندان انگليسي در كتابي كه قرن نهم تاليف نمود ادعا كرد كه دارچين معده را تميز و آرام و قوي مي كند . بنابراين اگر ناراحتي معده دريد حتما از دارچين استفاده كنيد دارچين با اين همه خواص طعم بسيار خوبي دارد . حتي اگر چاي معمولي مي نوشيد آنرابا يك قطعه پوست دارچين بهم بزنيد كه طعم آنرا بهتر كند . بي دليل نيست كه در گذشته سلماني ها كه در

حقيقت دكترهاي طب قديم بودند به مشتريهاي خود چاي دارچين مي دادند . - مضرات : مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .

# ميخك

نام علمي : caryophillium aromaticus - كليات گياه شناسي درخت ميخك بومي جزائر اندونزي و اقيانوسيه است و بعلت زيبايي خاصي كه درد امروز در بيشتر نقاط دينا بعنوان درخت زينتي پرورش داده مي شود . البته در مناطق سردسير اين گياه در گلخانه و گرم خانه نگهدري مي شود .در قديم الايام ميخك ادويه اي گران قيمت بوده كه تنها پادشاهان و ثروتمندان مكي توانستند از آن استفاده كنند . ميخك درختي است كوچك و مخروطي شكل كه برگهاي آن هيچ وقت زرد نمي شود ودر تمام طول سال سبز است . ارتفاع اين درخت تا 10 متر مي رسد . برگهاي آن نوك تيز و بيضوي و دم برگهاي آن قرمز رنگ است و به درخت زيبايي مخصوصي مي دهد . گلهاي ميخك كوچك و مجتمع بصورت خوش هايي شامل 10 تا 25 گل مي باشد . وجه تسميه اين درخت بدين دليل است كه غنچه هاي خشك شده آن كه كوچك و بطول يك سانتي متر است بشكل ميخ كوچك مي باشد .- تركيبات شيميايي:غنچه هاي درخت ميخك پس از باز شدن يعني قبل از اينكه رنگ خاكستري و ارغواني آن تبديل به قرمز شود بايد چيده و خشك نمود . ميخك كه بعنوان ادويه و دارو بكار مي رود پودر اين غنچه ها مي باشد . ميخك داراي 16 درصد و ساقه هاي درخت در حدود 5 درصد و برگهاي آن داراي 2 درصد اسانس روغني مي باشد كه از تقطير اين قسمت ها بدست مي آيد . اسانس ميخك داراي بوئي قوي وطعمي سوزاننده مي باشد .اين اساسن سفيد رنگ بوده كه اگر در مجاورت هوا قرار گيرد رنگ آت تيره و غليظ مي شود . اسانس ميخك داراي اوژنول كاربو فيلين ، الكل بنزيليك ، بنزوات دو متيل ، فورفوول و اتيلن مي باشد . اوژنول كه ماده اصلي ميخك مي باشد آرام كننده و ضد عفوني كننده است و از آن در دندانپزشكي براي آرام كردن درد دندان استفاده مي شود . - خواص داروئي:ميخك يعني خشك شده غنچه درخت ميخك از دو هزار سال پيش بعوان ادويه بكار مي رفته است . ميخك از نظر طب قديم ايران خيلي گرم و خشك است و داراي خواص بسياري است . 1) براي رفع دندان درد و گوش درد يك قطرع از اسانس ميخك و يا روغن آنرا روي دندان بماليد و يا در گوش بچكانيد . 2) ميخك تقويت كننده مغز مي باشد و كسانيكه حافظه ضعيف دارند بايد از دم كرده ميخك استفاده كنند. 3) ميخك از سرطان جلوگيري كرده و حتي درمان كننده سرطان مي باشد . 4) براي رفع سردرد مفيد است . 5) در برطرف كردن فلج و لقوه موثر است . 6) ضعف اعصاب را درمان مي كند . 7) براي رفع تنگي نفس مفيد است . 8) كسانيكه مبتلا به بيماري وسواس هستند براي

درمان آن بايد ميخك بخورند . 9) مقوي معده و جهاز هاضمه است .10) كبد و كليه را تقويت مي كند .11) سكسكه را برطرف مي كند . 12) براي تقويت نيروي جنسي سرد مزاجان مفيد است بدين منظور بايد 2 گرم از پودر ميخك را با شير مخلوط كرده و هر روز بمدت يك هفته از آن استفاده كرد .13) كسانيكه قطره قطره ادرار مي كنند براي درمان آن بايد چاي ميخك بنوشند .14) ميخك اشتها آور است .15) بدن را تقويت مي كند . 16) براي ترميم قرنيه چشم و برطرف كردن لكه در چشم ، مي توان چند قطره از محلول آبي ميخك در چشم بچكانيد .17) ميخك تب بر است . 18) ميخك كرم كش است و داروهاي كرم كش داراي ميخك مي باشند . 19) براي گردش خون و قلب مفيد است .20) اسهال و دل درد را تقويت مي كند . 21) براي درمان كمردرد ، چاي ميخك و يا دو قطره اسانس ميخك را با آب گرم و يا چائي مخلوط كرده و بنوشيد . 22) نوشيدن يك فنجان چاي ميخك بعد از غذا گاز و درد معده را از بين مي برد . 23) استفاده از ميخك گرفتگي عضله را از بين مي برد . - طرز استفاده:براي تهيه چايي يا دم كرده ميخك مقدر 10 گرم ميخك را با يك ليتر آب جوش مخلوط كرده و بمدت 5 دققيه دم كنيد . - مضرات :همانوطر كه گفته شد ميخك بسيار گرم است و بنابراين براي گرم مزاجان مناسب نيست و ممكن است باعث ناراحتي كليه و روده ها شود اينگونه افراد بايد ميخك را با صمغ عربي مخلوط كرده و بخورند .

# نارگيل

نام علمي : Cocos nucifera- كليات گياه شناسي نارگيل در حدود سه هزار سال پيش در جنوب آسيا كشت مي شده است . در حال حاضر درخت نارگيل در تمام مناطق استوائي وجود دارد . مردم اقيانس آرام نارگيل را بعنوان يك غذاي اصلي مصرف مي كنند و از تمام قسمت هاي اين درخت استفاده مي برند . ضرب المثلي در اين مناطق وجود دارد كه مي گويد هر كس كه درخت نارگيل مي كارد براي خودش و براي بچه هايش لباس ظرف نوشابه غذا و خانه درست مي كند . نارگيل معمولا از هندوراس ، پاناما و جمهوري دومينيكين به كانادا وارد مي شود .مقدر بسيار كمي نارگيل در فلوريدا توليد مي شود كه به مصرف داخلي مي رسد . نارگيل درختي است كه بطور قائم بالا مي رود . ارتفاع آن به 30 متر و قطر تنه آن تا يك متر مي رسد . برگهاي آن دراز و بطول 4 تا 5 متر و مركب از چند برگچه باريك و دراز است. طول برگچه ها حدود يك متر مي باشد رنگ ها سبز روشن است . ميوه نارگيل مانند خوشه ، شامل چندين نارگيل با اندازه هاي مختلف است .ميوه نارگيل كروي شكل است كه قسمت خارجي آن ضخيم و سفت و متشكل از الياف نباتي و داخل آن نيز صاف و سخت مي باشد . در قاعده نارگيل سه سوراخ ديده مي شود كه چشم هاي نارگيل ناميده مي شود . براي استفاده از مايع داخل نارگيل كه شير نارگيل ناميده مي شود اين سوراخها را بايد با جسم نوك تيزي باز كرد و مايع دارون آنرا بيرون آورد . سپس با چكش آنرا بشكنيد و ا گوشت داخل آن استفاده كنيد . البته مي توانيد بعد از بيرون كشيدن شير ، نارگيل را در داخل فر در درجه حرارت 350 درجه فارنهايت بمدت نيمساعت قرار دهيد تا نارگيل خود را بشكند . درخت نارگيل در هر سال حدود پنجاه عد نارگيل مي دهد . نارگيل هنگاميكه نارس است مقدر يبشتري شير دردولي بتدريج ميوه مي رسد مقدرشير آن كمتر مي شود . براي خريد نارگيل هميشه ميوه اي را انتخاب كنيد كه سنگين باشد ضمنا آنرا تكان دهيد كه صداي شير داخل آنرا بشنوئيد زيرا نارگيل اگر بدون شير باشد حتما كهنه است و يا اينكه شيرش بيرون آمده و هوا كشيده و خراب شده است . - تركيبات شيميايي: گوشت نارگيل داراي آنزيم هاي مختلف مانند انورتين ، اكسيداز و كاتالاز مي باشد . در شير نارگيل اسيد هاي آمينه مختلفي مانند هيستدين ، آرژينين ليزين ف تايروزين تريپتوفان ، پرولين لوسين و آلانين موجود است .در صد گرم گوشت تازه نارگيل مواد زير موجود استانرژي 350 كالري آب 50 كالري پروتئين 3/5 گرم چربي 35 گرممواد نشاسته اي 9 گرم كلسيم 12 ميلي گرمپتاسيم250 ميلي گرم سديم 25 ميلي

گرمفسفر 95 ميلي گرم آهن1/8 ميلي گرمويتامين ب 1 0/05 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/02 ميلي گرم ويتامين ب 3 0/5 ميلي گرمويتامين ث 3/2 ميلي گرم همانطور كه گفته شد به مايعي كه در داخل نارگيل وجود دارد شير نارگيل گفته مي شود . ولي بايد اضافه كرد كه با له كردن و چرخ كردن گوشت سفيد نارگيل نيز شيري بدست مي آيد كه بان شير نارگيل گفته مي شود . و در اكثر مورد منظور از شير نترگيل شير است كه از گوش نارگيل گرفته مي شود . شير نارگيل يك غذاي كامل است كه مي توان آن را با شير مدر مقايسه كرد آب 65 گرمپروتئين3/2 گرمچربي 25 گرمموا‌د نشاسته اي 5 گرم كلسيم 16 ميلي گرم فسفر100 ميلي گرم آهن 1/5 ميلي گرم ويتامين ب 1 0/03 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/01 ميلي گرم ويتامين ب 3 0/8 ميلي گرم ويتامين ث2 ميلي گرم - خواص داروئي:گوشت سفيد نارگيل از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است و شير نارگيل كمي گرم و مرطوب است 1) نارگيل بدليل داشتن چربي زياد و مواد مغذي چاق كننده است .2) حرارت داخلي بدن را افزايش مي دهد . 3) براي خوشبو كردن دهان مفيد است . 4) ضعف كبد را درمان مي كند . 5) براي برطرف كردن بواسير مفيد است .6) ادرار را زياد مي كند . 7) درد مثانه را رفع مي كند.8) زخم هاي بدن را مداوا مي كند . 9) كرم معده و روده ، مخصوصا ركم كدو را از بين مي برد . 10) براي تقويت دستگاه هاضمه مفيد است . 11) ريشه درخت نارگيل ضد تب و ادرار آور است . 12) ريشه درخت نارگيل براي ناراحتي هاي كبدي مانند يرقان مفيد است .13) دم كرده ريشه درخت نارگيل براي معالجه اسهال خوني مفيد است . 14) براي دفع سنگ كليه شير نارگيل را با برگ سنا مخلوط كرده و بنوشيد . - خواص شير نارگيل1- شير نارگيل هم ملين و هم ضد اسهال است2- براي رفع اسهال خوني مفيد است 3- براي برطرف كردن آب آوردگي بدن از شير نارگيل استفاده كنيد 4- شير نارگيل ضد سم است 5- براي پائين آرودن تب مفيد است6- براي معالجه بيماريهاي پوستي مفيد است - خواص روغن گوشت نارگيل روغن نارگيل از تقطير گوشت سفيد نارگيل بدست مي آيد . 1- براي معالجه بيماريهاي پوستي بكار مي رود 2- حافظه و هو ش را تقويت مي كند 3- درد مثانه را رفع مي كند 4- كرم كدو و ركمهاي ديگر روده را دفع مي كند 5- در درمان كمر درد موثر است6- معالج بواسير است 7- محرك نيروي جنسي است - مضرات :نارگيل دير هضم است و در بدن خلط توليد مي كند بنابراين بهتر است با شكر خورده شود .چون نارگيل گرم است ممكن است در گرم مزاجان اشكالاتي توليد كند از اين نظر اينگونه افراد بايد آنرا با ميوه هاي ترش ، ليمو و يا هندوانه بخورند . خوردن آن براي سردمزاجان و سالمندان بسيار مفيد است و اشكالي توليد نمي كند .

# قهوه

نام علمي : Coffea arabica- كليات گياه شناسي قهوه درختي است كه ارتفاع آن تا هشت متر ميرسد داراي ساقه اي استوانه اي شكل و برگهاي نوك تيز ، متقابل ، بيضوي و هميشه سبز مي باشد . گلهاي قهوه برنگ سفيد و بطور رگوهي در كنار برگها ظاهر مي شود . ميوه آن كه به نام قهوه معروف است بشكل تخم مرغي و برنگ سبز بوده كه تدريجا زرد و سپس قرمز مي شود . بهترين نوع قهوه ، قهوه عربي است كه بحالت خودرو در حبشه سودان و مناطق استوائي آفريقا وجود دارد ولي اكنون كشت آندر برزيل ، ونزوئلا ، جزائر آنتيل و ديگر مناطق آمريكاي جنوبي مرسوم است . - تركيبات شيميايي:در بازار دو نوع قهوه وجود دارد كه بنام قهوه سبز (خام ) و قهوه بو داده معروف است و از نظر تركيب شيميايي با هم متفاوتند . در صد گرم قهوه مواد زيرموجود است آب 10 گرم چربي8 گرمموادقندي 7 گرم سلولز15 گرم كافئين 1/5 گرم البته مقدر كافئين نسبت به نوع آن مختلف است و بين 0/7 درصد تا 1/5 درصد تغيير مي كند . هر فنجان قهوه معمولا داراي 80 ميلي گرم كافئين مي باشد . البته در قهوه بغير از كافئين ، آلكالوئيدهاي ديگري مانند آدنين ، گزانتين هايپوگزانتين و گوانين وجود دارد . قهوه اي كه به مصرف نوشيدن ميرسد قهوه بو داده است زيرا قهوه سبز را نميتوان مصرف كرد . قهوه پس از بودادن عطري مطبوع پيدا مي كند وبرنگ قهو ه اي در مي آيد و تغييرات شيميايي بسياري در آن بوجود مي آيد . قهوه بو داده را بايد در ظروف در بسته نگاهدري كرد زيرا تدريجا رطوبت خود را از دست داده و اكسيذمي شود و بوي مطبوع آن از بين مي رود . چون قهوه براي مبتلايان به بيماري قلبي و عصبي ضرر درد بنابراين براي اينگونه افراد قهوه بدون كافئين كه بنام Decafinated Coffee معروف است ودر بازار كرده اند كه ضرر آن بيش از قهوه معمولي است زيرا براي رگفتن كافئين از حلال هاي شيميايي نظير دي كلرواتيلن ، تري كلور اتيلن و كلرور اتيلن استفاده مي كنند كه مقدري از آن در قهوه مي ماند و اين مواد سمي و سرطان زا هستند . - خواص داروئي:قهوه از نظرطب قديم ايران سرد و خشك است و چون جزء دسته آلكالوئيدها مي باشد بنابراين بايد در مصرف آن احتياط كرده و فقط آنرا بعنوان دارو مصرف كدن كسانيكه به آن معتاد هستند بايد سعي در ترك آن داشته باشند . 1) قهوه محرك است و هضم را آسان مي كند 2) تب بر است مخصوصا تب هاي نوبه اي را برطرف مي كند 3) به بدن نيروي كاذب مي دهد 4) سردرد را برطرف مي كند5) مسموميت هاي نشاي از مصرف الكل زياد را درمان مي كند 6) براي برطرف كردن يرقان

مفيد است7) ادرار آور است 8) در درمان سرفه اي كه با بلغم همراه باشد موثر است 9) دردهاي عصبي را درمان مي كند 10)در درمان سياه سرفه مفيد است 11) ضد عفوني كننده است12) گرد قهوه براي سوختگي ها مفيد است13) قهوه ضد افسردگي است 14) مقاومت ورزشكاران رازياد مي كند15) برونشها را باز مي كند براي مبتلايان به بيماري آسم مفيد است 16) براي برطرف كردن تب يونجه مفيد است 17) از كرم خوردگي دندان جلوگيري مي كند- مضرات : 1 - قهوه فشار خون را بالا مي برد و آنهائي كه فشار خونشان بالاست بايد از نوشيدن قهوه خودداري كنند . 2 - باعث تحريك و ضعيف شدن قلب مي شود 3 - باعث بيماري قلبي مي شود . تجربه ثابت كرده است كسانيكه قهوه مي نشوند احتمال بيماري قلبي در آنها سه برابر كساني است كه قهوه نمي خورند . 4 - كلسترول خون را افزايش مي دهد . 5 - زنان باردار به هيچ وجه نبايد قهوه مصرف كنند زيرا باعث عوارض خطرناك براي كودك مي شود 6 - خوردن قهوه در خانم ها ممكن است باعث كيست در سينه شود 7 - ايجاد سردرد مي كند 8 - قهوه بيخوابي مي آورد 9 - ممكن است باعث حركات غير دري عضلاني شود 10 - ايجاد ناراحتي هاي روده اي و معده اي مي كند 11 - لرزش و رعشه مي آورد 12 - سوء هاضمه مي آورد 13 - دربرخي مصرف زياد توليد اسهال مي كند 14 - باعث تضعيف قواي جنسي مي شود .

# گشنيز

نام علمي : Coriangrum sativum - كليات گياه شناسي گشنيز گياه بومي جنوب اروپا و مناطق مديترانه است . در بيشتر نقاط ايران نيز مي روید . از زمانهاي قديم وجود داشته و حتي مورد مصرف مصري ها بوده است . بقراط اين گياه را مي شناخته و براي درمان بيماريهاي مختلف از آن استفاده مي كرده است . در قرون وسطي ضعف جنسي را با گشنيز درمان مي كردند . گشنيز گياهي است علفي و يكساله ، برنگ سبز كه ارتفاع آن تا 80 سانتيمتر نيز مي رسد . برگهاي آن به دو شكل ظاهر مي شود آنهائي كه در قاعده ساقه وجود دارد بشكل دندانه دار و ديگري در طول ساقه كه باريك و نخي شكل مي باشند . قسمت مورد استفاده گياه ساقه و برگ و ميوه آن است . ميوه گشنيز گرد و برنگ زرد مي باشد . بوي تازه آن مطبوع نبوده و تقريبا بد بو است ولي بر اثر خشك شدن اين بو از بين رفته و خوشبو مي شود . حتي نام لاتين گشنيز از لغت يوناني Korio مشتق شده كه به معني بد بو است . - تركيبات شيميايي:در يكصد گرم گشنيز مواد زير وجود دارد آب 7/5 گرمموا د چرب 15 گرم سلولز 38 گرم اسانس 1 گرم اسيد اگزاليك 12 ميلي گرم كلسيم170 ميلي گرم ويتامين آ 200 واحد ويتامين ث 50 ميلي گرم مواد چرب گشنيز مركب از اسيد اولئيك ، اسيد پالمتيك ، اسيد لينولئيك و اسيد پتروسه لينيك است . در برگهاي خشك گشنيز مقدر زيادي ويتامين A,C يافت مي شود . - - - خواص داروئي:- خواص طبي گشنيز گشنيز و تخم گشنيز از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است . خواص تخم گشنيز بقرا ر زير است 1) تخم گشنيز را پودر كرده و با نسبت مساوي با شكر و يا عسل مخلوط كنيد براي تقويت بدن بسيار مفيد است 2) معده را تقويت مي كند 3) خوردن تخم گشنيز با غذا به هضم غذا كمك مي كند 4) ادرار آور است 5) قاعده آور است 6) كرم هاي معده و روده را از بين مي برد 7) براي برطرف كردن تب تيفوئيد مفيد است 8) خاصيت ضد باكتري درد و بيماريهاي عفوني روده را برطرف مي كند 9) تب هاي نوبه اي را از بين مي برد 10) براي نرم كردن سينه از جوشانده تخم گشنيز استفاده كنيد11) جوشانده تخم گشنيز خواب آور است12) زكام را برطرف مي كند 13) تخم گشنيز شير را در مادران شير ده زياد مي كند 14) براي تسكين درد دندان تخم گشنيز بجويد 15) تقويت كننده قلب است16)جوشانده تخم گشنيز يا خوردن تخم گشنيز بوداده اسهال خوني را برطرف مي كند - خواص برگ وساقه گشنيز 1) گشنيز خواب آور است 2) مسكن و آرام كننده است 3) مسموميت هاي حاصله از مواد پروتئيني را برطرف مي كند4) با غذا گشنيز بخوريد تا از

ترش شدن غذا جلوگيري كند5) تشنگي را برطرف مي كند 6) طحال را تميز و تقويت مي كند 7) براي فتق مفيد است 8) براي برطرف كردن بوب بد دهان سوپ گشنيز بخوريد 9) دل درد را برطرف مي كند- - - طرز استفاده: - فرمول برطرف كردن بواسيرحدود 10 گرم تخم گشنيز را در ماهي تابه ريخته و بو بدهيد تا رنگ آن قهو ه اي شود سپس آنرا پودر كنيد و با سركه و يا شراب مخلوط كرده و چند روز آنرا بنوشيد تا بواسير از بين برود- براي برطرف كردن دندان درد حدود 10 گرم تخم شگنيز را در چهار ليتر آب ريخته و بگذاريدبجوشد تا حجم آن به يك ليتر برسد آنرا كمي سرد كنيد و در دهان مزه مزه كنيد تا درد دندان برطرف شود - براي شستن دهان و دندان يك قاشق چايخوري پودر تخم گشنيز را در يك ليوان آب جوش ريخته و بمدت 5 دقيقه دم كنيد سپس آنرا براي شستن دهان دندان و گلو غرغره كنيد - مضرات :گشنيز اگر باندازه بكار رود هيچ گونه ضرري ندارد ولي مصرف زياد از حد آن توليد مستي توام با خستگي شديد مي كند و گاهي به خوابي عميق و گنگي و بي حسي منجر مي شود . تخم گشنيز را مي توانيد از فروشگاههاي گياهان دارويي و يا ايراني و يا چيني خريدري كنيد . چيني ها گشنيز را جعفري چيني Chinese Parsley مي نامند .

ذرت

نام علمي : Zea mays - كليات گياه شناسي ذرت كه بفارسي بلال نيز ناميده مي شود گياهي است يكساله و يك پايه داراي ساقه اي راست كه ارتفاع آن تا چهارمتر مي رسد.ذرت گياه بومي آمريكاي مركزي و مكزيك است و از آنجا به نقاط ديگر دنيا راه يافته است . برگهاي ذرت متناوب و دراز مي باشد . گلهاي نر ذرت بصورت خوشه اي بوده كه مركب از سنبل هاي قرمز روشن مي باشد . گلهاي ماده آن از 2تا 4 گل تشكيل شده در كنار برگ هاي ذرت قرار دارد . غشايي كه روي بلال را مي پوشاند سبز رنگ و مانند برگ مي باشد . دانه هاي كروي شكل ذرت در اطراف محور مركزي بلال قرار گرفته اند . اين دانه ها برنگ زرد يا قهو ه اي مي باشند . - تركيبات شيميايي: رنگ زرد ذرت مربوط به موادي به نام زئين Zeine و زيازانتين Zeaxanthine مي باشد . در صد گرم دانه ذرت خام مواد زير موجود است :انرژي 350 كالريآب 13 گرم پروتئين 9 گرم چربي4 گرمموادنشاسته اي 72 گرم كلسيم 22 ميلي گرم سديم 1 ميلي گرم پتاسيم 285 ميلي گرم فسفر 265 ميلي گرم آهن 2 ميلي گرم ويتامين آ490 واحدويتامين ب 1 0/4 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/12 ميلي گرم ويتامين ب 3 2/2 ميلي گرم ارسنيك 30 ميلي گرمكاكل ذرت داراي مواد معدني مختلف و املاح پتاسيم و كلسيم مي باشد . در صد گرم كاكل ذرت مواد زير موجود است :گوگرد2/8 ميلي گرم كلر 3/6 ميلي گرم فسفر5/2 ميلي گرم سيليسيم 4 گرمآهن 0/06 ميلي گرم كلسيم 1/7 ميلي گرم منيزيم 1/4 ميلي گرم سديم 0/2 ميلي گرم پتاسيم 26/5 ميلي گرمهمانطور كه در جدول بالا مشاهده مي شود كاكل ذرت داراي مقدر زيادي پتاسيم است وبعلت وجود اين ماده معدني است كه كاكل ذرت ادرار آور است . - - - خواص داروئي:- خواص درماني ذرت ذرت داراي ارزش غذايي فراواني است در آن بعلت نداشتن گلوتن (ماده چسب گندم) قابليت تهيه نان را ندارد . بنابراين براي تهيه نان ذرت در آنرا با در ساير غلات مخلوط مي كنند .ذرت از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است " 1) پماد ذرت خشك كننده زخم ها مي باشد . 2) ذرت غذاي خوبي براي پيشگيري سرطان است.3) استفاده مداوم از ذرت از كرم خوردگي دندان جلوگيري مي كند .4) روغن ذرت كلسترول خون را پائين مي آرود . 5) روغن ذرت براي درمان اگزما و بيماريهاي پوستي مفيد است. - خواص درماني كاكل ذرتكاكل ذرت را قبل از رسيدن كامل ميوه يعني قبل از پژمدره شدن مي چينند و بسرعت خشك مي كنند . كاكل ذرت بعد از خشك شدن رنگ قهوه اي پيدا مي كند .براي درست كردن دم كرده كاكل

ذرت مقدر 30 گرم از آنرا در يك ليتر آب جوش ريخته و به مدت پنج دقيقه دم مي كنند . 1- دم كرده كاكل ذرت ادرار آور است و آرام كننده دستگاه ادراري است . 2- درد و ناراحتي هاي دستگاه ادراري را تسكين مي دهد . 3- سنگ مثانه التهاب ورم مثانه و درد مثانه را از بين مي برد . 4- كاكل ذرت بطور كلي دستگاه ادراري را تميز مي كند . بغير از كاكل ذرت از برگ و ريشه و ساقه بلال نيز استفاده طبي بعمل مي آيد . 1) جوشانده ساقه وسط بلال خونريزي از بيني را بند مي آرود. 2) براي دفع سنگ مثانه از جوشانده برگهاي بلال استفاده كنيد . 3) جوشانده ريشه ذرت براي سوزش مجاري ادراري مفيد است . 4) جوشانده وسط بلال درد شكم و معده را از بين مي برد . 5) در قديم براي معالجه سوزاك از جوشانده ساقه بلال استفاده مي كردند . - مضرات : مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .

# خيار

نام علمي : Cucumis sativus - كليات گياه شناسي خيار گياه بومي هندوستان است و از آنجا به نقاط ديگر جهان راه يافته است . حدود بيست قرن قبل از ميلاد مسيح مصريان قديم از آن استفاده مي كرده اند . ايالت فلوريدا مهمترين توليد كننده خيار در آمريكا است و حدود يك سو م خيار كل آمريكا را توليد مي كند .خيار گياهي است علفي و يكساله داراي ساقه خزنده وپ وشيده از خارهاي نازك و خشن است . برگهاي آن بزرگ و داراي زاويه و دندانه دار است . گلهاي آن زرد رنگ كه به دو صورت نر و ماده روي يك پايه قرار دارند ميوه آن سبز رنگ و بسته به نوع و نژادهاي مختلف ممكن است كوچك و يا دراز باشد . - تركيبات شيميايي:خيار داراي ساپونين و آنزيم هاي مختلفي مانند پروتئولي تيك و غيره و ويتامين ها و مواد معدني مختلف مي باشد . در صد گرم خيار مواد زير موجود است . انرژي8 كالري آب 95 گرم پروتئين 0/6 گرم مواد چربي 0/1 گرم مواد نشاسته اي 2/5 گرم فسفر30 ميلي گرم آهن 0/2 ميلي گرم كلسيم 25 ميلي گرم پتاسيم 160 ميلي گرمويتامين آ 250 واحد سديم6 ميلي گرمويتامين ب 10/03 ميلي گرمويتامين ب 20/04 ميلي گرمويتامين ب 3 0/2 ميلي گرم ويتامين ث7 ميلي گرم - خواص داروئي:خيار از نظر طب قديم ايران سرد و تر است و خنك كننده بدن مي باشد و به هضم غذا كمك مي كند . 1) خيار حل كننده اورات و اسيد اوريك است بنابراين مرض نقرس را درمان مي كند . 2) خيار ادرار آور است . 3) خيار خون را تصفيه مي كند.4) سوپ خيار حبس البول را از بين مي برد .5) عصاره برگهاي له شده خيار ايجاد تهوع مي كند بنابراين در مسموميت ها و اختلالات دستگاه جهاز هاضمه مصرف مي شود .6) خيار عطش را تسكين مي دهد . 7) خيار ملين است . 8) خيار را حلقه حلقه كرده و روي پوست صورت بگذاريد چين و چروكهاي صورت را از بين يم برد و صورت را جوان مي كند.9) اگر پوست شما چرب است خيار را با آب مقطر بپزيد و با اين آب صورت خود را شستشو دهيد 10) اگر مي خواهيد هميشه لطافت پوست خود را حفظ كنيد همه روزه از لوسيون زير استفاده كنيد : يك خيار معمولي را با دو ليون آب بجوشانيد تا حجم آن يك ليوان شود سپس آنرا صاف كنيد و بگذاريد سرد شود بعد 50 گرم بادام خام و پوست كنده را آسياب كرده و با اين آب مخلوط كنيد و بهم بزنيد و با پارچه صاف كنيد و به محلول صاف شده 250 گرم الكل سفيد و يك گرم اسانس گل سرخ اضافه كنيد و كاملا هم بزنيد هر روز از اين لوسيون طبيعي به صورت خود بزنيد تا پوست شما هميشه جوان بماند . - مضرات :اشخاصي كه ناراحتي معده دارند نبايد در

مصرف خيار زياده روي كنند زيرا ممكن است باعث اختلال در دستگاه هضم گردد .خيار نفاخ است چون سريعا در معده فاسد مي شود هميشه بايد آنرا قبل از غذا خورد كه به هضم غذا كمك كند . كسانيكه نمي توانند خيار را خوب هضم كنند بايد آنرا با نمك بخورند .

زيره سبز (كرابيه)

نام علمي : Cuminum cyminum - كليات گياه شناسي زيره گياهي است يكساله كوچك و علفي كه ارتفاع آن 60 سانتيمتر است ريشه آن دراز و باريك برنگ سفيد ، ساقه آن راست و برگهايش به شكل نوار باريك و نخي شكل و برنگ سبز مي باشد .گلهاي زيره سفيد يا صورتي بصورت چتري در انتهاي ساقه ظاهر مي شود . اين گياه بطور وحشي در مناطق مديترانه مي روید . زيره برنگهاي زرد تيره ، سبز و خاكستري وجود دارد . در گويش محلي طبس به آن كرابيه مي گویند. - تركيبات شيميايي:زيره داراي تانن ، روغن زرين و اسانس است . اسانس زيره را از تقطير ميوه له شده تحت اثر بخار آب بدست مي آورند . اين اسانس مايعي است بيرنگ كه در اثر ماندن ابتدا برنگ زرد و سپس قهو ه اي رنگ مي شود . بوي زيره مربوط به آلدئيدي بنام كومينول است . مقدر كومينول در زيره بسته به محل كشت آن بين 30 تا 50 درصد است .- خواص داروئي:1) قابض و خشك كننده است 2) ضد تشنج است 3) براي برطرف كردن بيماري صرع مفيد است4) در دفع گاز معده موثر است 5) قاعده آور است 6) عرق آور است 7)براي رفع برونشيت از دم كرده زيره استفاده كنيد8) براي برطرف كردن سوءهاضمه مفيد است9) ترشحات زنانگي را برطرف مي كند 10) براي تحريك اشتها زيره سبزه را با سركه و آب مخلوط كرده و قبل از غذا بخوريد 11) براي برطرف كردن قطره قطره ادرار كردن زيره را تفت داده و سرخ كنيد سپس با آب بخوريد . 12) براي رفع نفخ روده و معده مي توانيد دم كرده زيره را تنقيه كنيد13) براي التيام زخم چشم ، دانه هاي له شده زيره سبز را در آب برنج خام خيس كرده و سپس مايع بدست آمده را قطره قطره روي زخم چشم بريزيد.14) هنگاميكه اطفال شير خوار دل درد دارند و نفخ در شكم شان پيچيده چند قطره اسانس زيره را با روغن بادام مخلوط كرده و با آن شكم آنها را ماساژ دهيد . 15) و بالاخره زيره را در غذاهايي كه نفاخ هستند مخصوصا حبوبات استفاده كنيد . - طرز استفاده: دم كرده زيره : مقدر 5 گرم زيره را در يك ليتر آب جوش ريخته و بمدت 10 دقيقه دم كنيد . مخلوط با عسل : گرد زيره را به مقدر يك گرم عسل مخلوط كرده و استفاده كنيد . اسانس زيره : اين اسانس را مي توانيد از فروشگاههاي گياهان دارويي و يا برخي از داروخانه ها خريدري كنيد . مقدر مصرف آن 2 قطره در يك ليوان آب نيم گرم مي باشد.- مضرات : مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .

قاصدك

نام علمي : Taraxacum officinale- كليات گياه شناسي گل قاصدك كه بنام هاي هند بابري ، خبر آرو و كاسني بري نيز معروف است گياهي است علفي و دائمي كه ساقه آن بارتفاع 40 سانتي متر مي رسد .اين گياه داراي رشه اي است برنگ قهو ه اي مايل به زرد كه پر از شيرابه سفيد رنگي مي باشد . در انتهاي ساقه گل آن قرار دارد . برگهاي گل قاصدك سبز رنگ و بريدگيهاي مثلث شكل و نوك تيزردد و بر روي سطح زمين مي باشد .گل قاصدك در وسط چمن ، حاشيه شوره زار ، كنار جاده ها و اراضي بايرو بطور كلي در همه جا مي رويد و شايد دليل آن اين است كه طبيعت مي خواهد به انسان بگويد كه درهر نقطه اي زندگي مي كند احتياح به اين گياه دريد و هنگاميكه آنرا با وسائل مكانيكي و شيميايي از بين مي بريد دوباره بعد از چندي سر از خاك بيرون مي آورد . گل قاصدك در حدود 15 نوع مختلف دارد .زنبور عسل اين گياه را بسيار دوست درد و شهد زيادي از آن بدست مي آرود . برگهاي جوان گل قاصدك را معمولا به سالاد مي خورند و چون خيلي تلخ است بايد آنرا با ترشي يا آبليمو مصرف كرد . از قسمت هاي مختلف گياه مانند ريشه ، برگ وشيرابه آن در طب استفاده مي شود . - تركيبات شيميايي:تلخي برگ هاي اين گياه مربوط به يك ماده متبلور تلخ بنام تاراكسين است ضمنا اين گياه داراي ساپونين ، قندهاي مختلف و اسيد هاي چرب است . اين گياه بالاترين حد ويتامين آ را در بين گياهان درا ست و همچنين داراي مقدار زيادي پتاسيم است .در صد گرم برگ گياه گل قاصدك مواد زير موجود است آب 85 گرم پروتئين 2/7 گرم مواد چرب 0/7 گرم نشاسته 10 گرمكلسيم185 ميلي گرم فسفر 65 ميلي گرم آهن3 ميلي گرم سديم 75 ميلي گرم پتاسيم 400ميلي گرم ويتامين آ 14000 واحد ويتامين ب 10/2 ميلي گرم ويتامين ب20/25 ميلي گرم ويتامين ب 31/2 ميلي گرم ويتامين ث 45 ميلي گرم- خواص داروئي:اين گياه از نظرطب قديم ايران سرد و خشك است و از قديم الايام براي درمان بيماريهاي كبدي بكار مي رفته است . 1) قابض و مقوي معده است 2) خوردن آن خونريزي از سينه را متوقف مي كند 3) قاعده آور است4) براي ازدياد شير نافع است و خانم هاي شير ده بايد مقدري از آنرا با سالاد بخورند 5) خنك كننده و معرق است6) ترشح صفرا را زياد مي كند 7) خون را تصفيه مي كند 8) از عصاره آن شياف درست مي كنند كه براي رفع ورم هاي داخل آلت تناسلي خانم ها و رحم مفيد است 9) خوردن آب اين گياه مخلوط با روغن زيتون براي رفع مسموميت مفيد است 10) ضماد ريشه آن را در محل نيش عقرب يا زنبور و يا مار مي

گذارند که بسيار مفيد است11) اوره را رفع مي کند 12) کلسترول خون را کاهش مي دهد 13) درمان کننده اگزما و بيماريهاي پوستي است 14)درمان کننده کم خوني است 15) رماتيسم و نقرس را درمان مي کند 16) براي درمان نارسايي اعمال کبد و تميز کردن کبد از مخلوط زير استفاده کنيد شيره ريشه گل قاصد100 گرم الکل 90 درجه 18 گرم گليسيرين15 گرم آب 17 گرم مواد گفته شده را با يکديگر مخلوط کنيد و به مقدر يك قاشق سوپخوري سه بار در روز مصرف نمائيد.17) دم کرده اين گياه را نيز براي تميز کردن کبد بکار مي برند . مقدار مصرف آن يك فنجان سه يا چها بار در روز است - طرز استفاده: براي تهيه اين دم کرده بايد 50 گرم گياه خشك شده را در يك ليتر آبجوش ريخته و به مدت 5 دقيقه بگذاريد بماند و سپس آنرا صاف کرده و استفاده کنيد .- مضرات : مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .

# خرما

نام علمي : Phoenix dactylitera - كليات گياه شناسي خرما ميوه اي بسيار قديمي است و نام آن در كتاب مقدس 42 بار تكرار شده است . اين ميوه پرخاصيت براي مردم شكورهاي راوپايي و آمريكايي تا حدي ناآشنا است و آنرا فقط در كيك و شيريني مصرف مي كنند ولي در خاورميانه و مخصوصا در كشورهاي عربي بعنوان يك غذاي اصلي بكار مي رود .يهوديان معتقدند درخت خرما در فلسطين و يا اسرائيل امروزي بفراواني وجود داشته است بطوريكه در ناحيه بين درياي گاليله و درياي مدره جنگل بزرگي از درخت خرما بوده است . مسلمانان معتقدند كه حضرت محمد (ص) اين درخت را خلق كرده اند . در ديانت مسيح ، برگ درخت خرما سنبل و نشانه شهادت و روح شهدائي است كه در راه ديانت حضرت مسيح جان باخته اند .- تركيبات شيميايي:خرما داراي 25 درصد ساكاروز ، 50درصد گلوكز ، و مواد آلبومينوئيدي ، پكتين و آب مي باشد . بعلاوه داراي ويتامينهاي مختلف منجمله ويتامين A,B,C,E و مقدري املاح معدني مي باشد . - خواص داروئي:درخت خرما خواص بيشماري درد و مي توان گفت كه از تمام قسمتهاي اين درخت مي توان استفاده كرد و يك ضرب المثل عربي مي گويد كه خواص درخت خرما باندازه روزهاي سال است. از برگ و شاخه درخت خرما سبد و فرش تهيه مي كنند . از هسته آن نان و از ميوه خرما شراب و عسل . همانطور كه مي دانيم خرما تنها ميوه ايست كه در صحرا وجود دارد و طبيعت اين درخت را به مردم صحرا داده است كه تمام احتياجات خود را از آنر فع مي كنند . مردم صحرا هسته درخت خرما را در كرده و از آن نان مي پزند يا در اين هسته را بو داده و از آن بعنوان قهوه استفاده مي كنند زيرا دم كرده آن بسيار مطبوع است و يا حتي اين در را در آب براي چند روز خيس كرده و بعنوان غذاي مقوي به شترهاي خود مي دهند و معتقدند كه اين غذا از گندم و جو مقوي تر است .اعراب از قديم اعتقاد داشتند كه خرما انرژي خورشيد را گرفته و در خود ذخيره مي كنند و اين انرژي با خوردن خرما به بدن آنها منتقل مي شود . اعراب از خرماي كال نيز استفاده مي كنند و معتقدند كه اثرات درماني بسياري درد من جمله خرماي سبز تقويت كننده اعمال جنسي و انرژي زا يم باشد . حتي هسته خرماي سبز را نيز در كرده و پمادي از آن تهيه مي كنند كه براي زخمهاي آلات تناسلي بكار يم رود .اثر ديگر معجزه آساي هسته خرما از بين بردن تورم پلك هاي چشم است براي اين منظور پمادي از در هسته خرما درست كرده و آنرا روي چشم مي گذارند اين پماد براي رشد مژه هاي چشم نيز بهترين دارو است .زندگي پرمشغله و ناراحتي

هاي رواني كه ميل جنسي را در بعضي از اشخاص از بين مي برد بهترين علاجش خوردن مداو م خرما است كه ميل جنسي را باين اشخاص باز مي گرداند . در زمانهاي قديم همواره خرما را براي قدرت و انرژي بكار مي برده اند و هنوز بهترين ميوه براي بازيافتن انرژي و قدرت جواني است . گلهاي درخت خرما نيز خاصيت دارويي دارند . طعم گلهاي درخت خرما تلخ است و اثر مسهلي دارد . - مضرات :مواظب باشيد در خوردن آن افراط نكنيد زيرا داراي قند زيادي است . در اين صورت آنهايي كه لوزالمعده حساس دارند و يا آنهايي كه بيماري قند در خانواده آنها وجود دارد بايد كمتر از اين ميوه استفاده كنند

# شوید

نام علمي : Aniethum graveolens - كليات گياه شناسي شويد گياهي است يكساله يا دوساله كه گاهي ارتفاع آن به يك متر نيز ميرسد . ريشه آن راست و مخروطي شكل و سفيد است . اين گياه در اكثر نقاط دنا منجمله قسمتهاي جنوب اروپا مصر آمريكا و چين پرورش داده مي شود . ميوه شويد بيضوي مسطح وب طول 4 ميليمتر و عرض 3 ميليمتر است . رنگ آن قهوه اي روشن و در سطح آن برجستگيهايي برنگ زرد و در كناره هاي آن لبه بال مانندي به رنگ زرد روشن ديده مي شود . - تركيبات شيميايي: تخم شويد داراي 3درصد روغن مي باشد . - خواص داروئي:تخم شويد اثرات درماني زيادي درد منجمله بعنوان ضد تشنج ضد درد، نفخ شكم ، ادرار آورو راي تقويت معده بكار مي رود . براي كسانيكه اشتهاي زيادي به غذا ندارند و لاغر هستند تخم شود بهترين دارو است زيرا اشتها را زياد كرده معده را تقويت مي كند و انرژي به بدن مي دهد . تخم شويد را مي توان براي ناراحتي معده ، بي خوابي و ضد گاز معده بكار برد . خانمهاي شير ده كهش ير آنها كم است بايد حتما روي چند بار دم كرده تخم شويد يا در تخم شود بخورند و در غذاي خود مصرف كنند بطور معجزه آسائي شير آنها زياد خواهد شد . طب گياهي ايران خواص زيادي را براي شودقائل است مثلا در مورد درد شديد و ورم معده از دم كرده شويد استفاده مي كردند كه اثر تسكين فوري دارد .از شويد براي دل درد در حيوانات نيز استفاده مي شود ودام درن قديم بخوبي به اين موضوع واقف بودند . مثلا براي گوسفند و بز كافي است كه مقدر 30 گرم تخم شويد به آنها داد كه نفخ و دل درد را ساكت كنند . در مورد بيماراني كه مبتلا به استفراغ شديد هستند و هيچ غذايي حتي آب را نمي توانند در معده خود نگاهدارند بهترين درمان شود است . اين نوع بيماران بايد دم كرده شود را آهسته آهسته بنوشند . در چين حتي شود را براي كمردردهايي كه بعلت انقباض عضلاني باشد بكار مي برند .يك نسخه قديمي چيني براي باد فتق نيز از تخم شويد استفاده مي كنند - طرز استفاده: براي باد فتق كه از تخم شويد استفاده مي كنند دستور آن باين صورت است كه بايد حدود 40 گرم تخم شويد را بودهيد تا كاملا قهو ه اي شود سپس آنرا كاملا آسياب كنيد تا بصورت پودر داراييد و بعدا آنرا با سركه سيب مخلوط كرده و ميل كنيد . - مضرات : مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .

# بادمجان

نام علمي : Solanum Melongena- كليات گياه شناسي اين گياه كه بعربي بادنجان ناميده مي شود گياهي است يكساله و داراي ساقه نسبتا ضخيم و پوشيده از كرك .ارتفاع ساقه آن تا 70 سانتيمتر مي رسد . برگهاي آن بيضي شكل با نوك باريك و گلهاي آن بنفش رنگ است . ميوه اين گياه دراز و باريك و يا گرد ، برنگهاي بنفش ، سياه ، زرد و سفيد ديده مي شود . بادمجان متعلق به خانواده سيب زميني است از زمانهاي بسيار قديم در هند كشت مي شده است و از آنجا به نقاط ديگر جهان راه يافته است . چين از قرن نهم هجري شروع به كشت و زرع آن كرد . تجار انگليسي اين گياه را در قرن هفدهم ميلادي از گينه ودر انگلستان كردند و آنرا بنام كدوي گينه اي ميناميدند . بادمجان در تمام مدت سال وجود دارد و در آمريكا ، ايالات فلوريدا ، تگزاس ، لويزيانا و نيوجرسي بيشتر محصول بدمجان آمريكا را كشت مي كنند . - تركيبات شيميايي:همانطور كه در جدول زير ديده مي شود بادمجان داراي ويتامين هاي A.B.C و مواد معدني زيادي است .در صد گرم بادمجان مواد زير موجود است انرژي 30 كالري آب 92 گرم پروتئين1/3 گرم چربي 0/2 گرمنشاسته 4/6 گرمكلسيم 12 ميلي گرم فسفر15 ميلي گرم گوگرد 15 ميلي گرم منيزيم 12ميلي گرمپتاسيم 220ميلي گرم آهن 0/7 ميلي گرم سديم 3 ميلي گرم منگنز 0/2 ميلي گرمروي0/3 ميلي گرممس 0/1 ميلي گرميد 0/002 ميلي گرم بتاكاروتن 0/05 واحد بين المللي ويتامين ب 1 0/05 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/05 ميلي گرم ويتامين ب 30/7 ميلي گرم ويتامين ث 5 ميلي گرم- خواص داروئي:از نظر طب قديم بادمجان گرم و خيلي خشك است . بادمجان بر خلاف آنچه كه عوام اعتقاد دارند كه بي بو و خاصيت است داراي خواص زيادي است . مهمترين خاصيت آن كم كالري بودن آن است كه غذاي بسيار خوبي براي كساني است كه مي خواهند وزن كم كنند زيرا داراي ويتامين و مواد معدني نيز مي باشد . 1) بادمجان را حتما بايد بحالت كاملا رسيده مصرف كرد زيرا خام آن طعم تلخ درد و در آنهائي كه آسم و برونشيت دارند باعث تحريك اين بيماريها مي شود. 2) بادمجان اثر نرم كننده دارد .3) بادمجان بعلت درا بودن آهن در رفع كم خوني داروي موثري است . 4) بادمجان را مي توان براي از بين بردن ورم و التهاب روي عضو ملتهب گذاشت .5) دانه بادمجان ايجاد يبوست مي كند . 6) ريشه بادمجان و شاخه هاي خشك شده و برگهاي آن اثر بند آورنده خون را دراست و قابض بوده و مي توان در آن براي درمان احتلام بانه و انواع خونريزيها استفاده كرد. 7) بادمجان پادزهر خوبي براي مسموميت هاي

حاصل از خوردن قارچ سمي است . 8)خوردن بادمجان گرفتگي رگها را باز مي كند و شخص را از خطر سكته قلبي محفوظ مي دارد . 9) بادمجان برطرف كننده يبوست است . 10) برگها و پوست سياه بادمجان را اگر بجوشانند اين جوشانده درمان اسهال خوني است . 11) جوشانده ريشه بادمجان درمان بيماري آسم است. 12) بادمجان مقوي معده است . 13) آب زردرنگي كه در موقع نمك زدن و گذاشتن بادمجان از آن خارج مي شود براي خشك كردن عرق دست و پا بهترين دارو است و اشخاصي كه دست و پايشان مرتب عرق مي كند بايد دست و پاي خود را با آن چند بار در روز بشويند تا از شر اين مرض آسوده شوند. 14) اگر بادمجان را بسوزانند و خاكستر آن را با سركه خمير كنند و به زگيل بمالند زگيل كنده خواهد شد . 15) از بادمجان مي توان به عنوان مسكن براي تسكين در استخوان شكسته و ضرب خورده استفاده كرد بدين طريق كه بايد بادمجان را در فر بگذاريد كه نيم پز شود و سپس آب آنرا با فشار بگيريد و بعد بمقدر نصف اين مقدر آب به آن شكر قهوه اي اضافه كنيد آنرا هم بزنيد و بنوشيد . 16) با تحقيقاتي كه جديدا روي موشهاي آزمايشگاهي انجام شده نتيجه گرفته اند كه بادمجان داراي يك ماده ضد تشنج است كه در درمان بيماري صرع اثر بسيار خوبي درد . بنابراين اشخاصي كه تشنج دارند و يا مبتلا به اين بيماري مي باشند بهتر است كه از بادمجان استفاده كنند. - طرز استفاده: بادمجان داراي آلكالوئيدي بنام سولانين Solanine مي باشد كه ممكن است در معده هاي ضعيف ايجاد آلرژي و مسموميت كند . بنابراين براي طبخ بادمجان بايد ابتدا اين ماده را از بادمجان خارج كرد و بهترين طرز پخت است كه خانم هاي ايراني درست مي كنند . يعني بادمجان را بايد پوست كند و سپس ورقه ورقه نمود و لابه لاي آنرا نمك پاشيد تا آب آن كه زرد رنگ و محتوي سولانين است خارج شود ، سپس آنرا فشار داده و پخت . البته بهترين طريقه پخت بادمجان آب پز كردن و يا پختن در فر است زيرا سرخ شده آن سنگين شده و براي معده هاي ضعيف مناسب نيست .- مضرات :بادمجان با همه خواصي كه گفته شد نبايد مورد استفاده اشخاصيكه بواسير و يا درد چشم دارند قرار گيرد زيرا بيماري آنها را تشديد مي كند . اينگونه اشخاص اگر مي خواهند بادمجان بخورند بهتر است آنرابا گوشت و روغن و يا سركه بپزند و بخورند .

# آقطي سياه ( انگو كولي )

نام علمي : Sambucus nigra - كليات گياه شناسي آقطي سياه كه در همدان انگور كولي ناميده مي شود از زمانهاي قديم مورد مصرف مردم بوده و از آن براي رفع امراض مختلف مانند دفع بلغم و صفرا استفاده مي كرده اند . آقطي سياه كه خمان كبير نيز ناميده مي شود درختچه اي است كه ارتفاع آن در نواحي مساعد به 10 متر مي رسد . اين درختچه معمولا در كنار جاده ها و حاشيه جنگل ها و در نواحي مرطوب و سايه در مي روید .برگ آهاي آن سبز رنگ ، بيضوي ، دندانه دار ، بيدره و مركب از 5-7 برگچه مي باشد اگر برگها شكسته و مالش داده شود بوي بدي از آن متصاعد مي شود . گلهاي آن سفيد و خوشه اي است كه در اواخر بهار ظاهر مي شود . ميوه آقطي سياه گوشتي ، ريز مانند انگور و برنگ آبي سير مي باشد .قسمت مورد استفاده اين درختچه گل ، برگ و پوست داخلي ساقه آن است . آقطي سياه در ايران در نواحي آذربايجان و همدان مي روید .- تركيبات شيميايي:پوست اين درختچه و برگ آن دراي موادي مانند ساو بوسين Sambucine سامبو نيگرين Sambunigerine ، كولين ، سيكوتين Cicutine و مقدر كمي نيترات پتاسيم مي باشد . در گلهاي آن الدرين Elderine و مقدر كمي اسانس وجود دارد . ميوه آقطي سياه دراي كريزان تمين Chrysanthemin ، مواد قندي ، اسانس ، صمغ ، اسيد والزيانيك و اسيد استيك مي باشد . - خواص داروئي:آقطي سياه از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است . پوست ثانوي ( داخلي ) ساقه و ريشه آن از نظر طبي موثرترين قسمت هاي اين گياه است . 1- در درمان رماتسم و درد مفاصل موثر است . 2- ادرار آور است .3- ملين و ضد يبوست مي باشد و بهترين دارو براي رفع يبوست در افراد سالخورده و كساني است كه انقباضات روده بزرگ در آنها ضعيف شده است . 4- دم كرده برگهاي خشك شده آن در رفع اسهال موثر است . 5-براي برطرف كردن درد و التيام بواسير ، برگهاي تازه اين گياه را له كرده و يا اينكه از آن پماد تهيه كنيد و روي بواسير دردناك بگذاريد . 6- درمان كننده استسقاء يم باشد و آب اضافي را از بدن و از بين انساج خارج مي سازد . 7- براي از بين بردن خارش بدن ، پوست ساقه آنرا در روغن بجوشانيد و سپس آنرا صاف كرده و بگذاريد سرد شود . اين روغن را روي قسمت هايي كه خارش درد بزنيد . 8- براي جوشخوردن استخوان و مداواي شكستگي استخوان ، از دم كرده ريشه اين درختچه استفاده كنيد . 9- دم كرده گلهاي خشك شده آقطي سياه درمان كننده گريپ ، سرما خوردگي ، بيماريای دستگاه تنفسي و نقرس مي باشد . 10- جوشانده گلهاي خشك شده اين

گياه براي معالجه برونشيت و ذات الجنب مفيد است . 11- بخور گلهاي آقطي سياه براي درمان بيمارياي سل مفيد بوده و اخلاط چسبناك را از گلو خارج مي سازد .12- بيماريهاي كليه و مجاري ادرار را درمان مي كند . 13- سنگ كليه را خارج مي سازد . 14- شيرمادران شيدره را زيادمي كند . 15- در درمان بيماريهاي صرع مفيد است . 16- جوشانده گلهاي خشك شده آقطي سياه را بصورت كمپرس روي زخم هاي اگزما بگذاريد اثر مطلوب خواهد داشت .17- خوردن يموه آقطي سياه ماليده آن به سر باعث سياه شدن مو و تقويت مو مي شود . 18- جوشانده گلهاي آقطي سياه را روي سوختگي ها بگذاريد و كمپرس كنيد كه اثر شفابخش دارد . 19- براي از بين بردن ورم چشم مي توان چشم را با جوشانده گلهاي اين گياه شستشو داد . 20- جوشانده برك اين درخت آفت درختان و سبزيجات را از بين مي برد . 21- اگر پوست حساس دريد براي شستن صورت يا پاك مدرن آرايش از دم كرده آقطي سياه استفاده كنيد . 22- براي شادابي پوست صورت از بين بردن لكه ها و كك و مك مي توان از ماسك زير استفاده كدر : گلهاي خشك شده آقطي سياه را دم كنيد و مقدري پودر باقلاي خشك را در ظرفي بريزيد سپس دم ركده آقطي سياه را روي آن ريخته و خميري تهيه كنيد . اين خمير را بصورت ماسك روي صورت بگذاريد و پس از يك ربع ساعت بجوشانيد اين ماسك را هر روزه روي پوست خود بگذاريد تا صورت را جوان و شاداب كند . - طرز استفاده: 1) جوشانده : مقدر 60 گرم پوست ساقه ، برگ و يا ميوه اين درختچه را در يك ليتر آب ريخته و بگذاريد آهسته بجوشد تا حجم آن به نصف برسد . سپس آنرا صاف كنيد . 2) شراب آقطي سياه : 150 گرم پوست ساقه يا ريشه اين گياه را در يك ليتر آب شراب سفيد ريخته وبگذاريد بمدت 15 روز بماند البته هر روز آنرا هم بزنيد . پس از اينمدت آنرا صاف كرده و در شيشه دربست نگهدري كنيد . مقدر مصرف اين شراب يك قاشق سوپخوري و سه بار در روز است .3) سركه آقطي سياه : 10-20 گرم برگهاي خشك شده اين درختچه را در يك ليتر سركه ريخته و بگذاريد تا مدت دو هفته بماند و هر روز آنرا بهم بزنيد . پس از اين مدت آنرا صاف كرده و در شيشه دبست نگهدري كنيد . مقدر مصرف اين شراب سوپخوري و سه بار در روز است . 4) دم كرده آقطي سياه : مقدر 100 گرم گل خشك شده اين درختچه را در يك ليتر آبجوش ريخته و بمدت 10 دقيقه دم كنيد . از اين دم كرده يم توانيد براي شستشوي زخم ها استفاده كنيد . 5) شيره يا آب ميوه : ميوه هاي رسيده آقطي سياه را فشار داده تا شيره آن خارج شود . مقدر مصرف اين شيره يك قاشق چايخوري مخلوط در يك ليوان آب مي باشد . 6) شراب آقطي سياه : آب ميوه را گفته و با هم وزن آن قند مخلوط كنيد . سپس اين مخلوط را بجوشانيد تا شربت

غليظي بدست آيد . مقدار مصرف اين شربت يك قاشق غذا خوري قبل از هر غذا است - مضرات :استفاده زياد از آقطي سياه ممكن است باعث تهوع و همچنين ورم روده ها شود . آقطي سياه سرد است و بنابراين افراد سرد مزاج حتما بايد آنرا با عسل بخورند .

باقلا

نام علمي : Faba vulgaris- كليات گياه شناسي باقلا گياهي است علفي و يكساله كه ارتفاع آن تا 80 سانتيمتر مي رسد . برگهاي آن متناوب و مركب است كه داراي برگچه هايي بشكل تخم مرغ مي باشد . گلهاي باقلا درشت و سفيد كه داراي لكه هاي سياه و يا بنفش است . ميوه آن كه همان باقلا است داراي غلافي پوشيده از كرك بطول تقريبا 12 سانتيمتر است .در هر غلاف تعدادي دانه قرار درد . گل و شاخه گلدار ، ميوه و تخم باقلا مصارف طبي دارند . - تركيبات شيميايي:در صد گرم دانه باقلا سبز و خام مواد زير موجود است : آب 72 گرم پروتئين 8/4 گرمموادچرب0/4 گرمنشاسته15/8 گرمكلسيم 28 ميلي گرم فسفر 155 ميلي گرم آهن 2/2 ميلي گرم سديم 40 ميلي گرم پتاسيم 470 ميلي گرم ويتامين آ220 ميلي گرم ويتامين ب 1 0/3 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/18 ميلي گرم ويتامين ب 3 1/5 ميلي گرم ويتامين ث 30 ميلي گرم ارسنيك0/02 ميلي گرم ضمنا باقلا داراي ماده اي بنام فيتين Phytine مي باشد كه بسيار مغذي است و تقويت كننده بدن است . اين ماده كلسيم بدن را تامين مي كند باقلا غذاي خوبي است براي دوران نقاهت . - خواص داروئي: باقلا از نظر طب قديم ايران سرد و تر است و گل آن گرم مي باشد 1) دم كرده گل باقلا ضد تشنج و ادرار آور است . 2) دم كرده گل باقلا سنگ كليه را دفع مي كند و براي قولنج هاي كليوي مفيد است. 3) جوشانده باقلا براي ورم مثانه مفيد است. 4) جوشانده باقلا اثر خوبي در رفع رماتيسم دارد . 5) از جوشانده باقلا براي درمان نقرس استفاده كنيد. 7) باقلا را اگر با آب سركه و آب بپزيد و با پوست بخوريد اسهال مزمن را درمان مي كند.8) براي رفع گرفتگي صدا در باقلا را با روغن بادام و قند مخلوط كنيد و بخوريد .9) براي رفع كوفتگي و روم پستان ، در باقلا را با آب جو مخلوط كرده و با سركه و نعناع بپزيد و ضمادي را كه بدست مي آيد روي ورم و كوفتگي قرار دهيد . 10) ضماد در باقلا را با شنبليله و عسل براي نرم كردن دمل و ورم بناگوش و زير چشم مفيد است. 11) جوشانده باقلا شكم روشهاي مزمن را برطرف مي كند. 12) ضماد باقلا جوش و كورك را مي رساند و چرك را خارج مي كند. 13) براي درمان تكرر ادرار از جوشانده ريشه باقلا استفاده كنيد.14) جوشانده سر شاخه هاي باقلا مستي مشروبات الكلي را برطرف مي كند. 15) براي رفع التهاب و درد نوك انگشتان و ناخن بايد يك مشت برگ باقلا را با نيم ليتر آب جوشانيد و بگذاريد كمي سرد شود و انگشتان خود را بمدت دو ساعت در آن قرار دهيد تا برطرف شود. 16) نان خوشمزه بمقدر 2% در باقلا بآن اضافه

كنيد. - مضرات : باقلا در بعضي از اشخاص توليد نفخ و سنگيني سر و معده مي كند براي جلوگيري از اين عوارض بايد ابتدا باقلا را پوست كنده و بجوشانيد و آب آنرا دور بريزيد . سپس بان مقدري آب اضافه كرده و بعد از پختن با روغن بادام و ادويه گرم مانند درچين و فلفل بخوريد . مصرف باقلاي تازه ممكن است توليد مسموميت و حساسيت شديد بكند كه گاهي موجب مرگ مي شود بنابراين بايد در خوردن باقلاي تازه و خام احتياط كنيد . معمولا اشخاصي كه به باقلاي تازه حساسيت دارند فاقد يك آنزيم مخصوص هستند.

رازيانه

نام علمي : Foeniculum vulgare - كليات گياه شناسي رازيانه گياهي است معطر ، علفي و دوساله كه ارتفاع آن تا 2 متر مي رسد ساقه آن داراي شيارهاي هم دريف و موازي مي باشد برگهاي آن نازك و نخي مانند شود است گلهاي رازيانه زرد وبصورت خوشه در انتهاي ساقه ظاهر مي شود . يوه رازيانه كوچك و بطول حدود 8 ميليمتر و عرض 3 ميليمتر بوده و داراي بوئي معطر و طعمي شيرين مي باشد . رازيانه درمناطق مديترانه اي بخوبي رشد مي كند و در ايران در مناطق شمالي كشور در دامنه هاي كوههاي البرز بطور خورد مي رويد . - تركيبات شيميايي:رازيانه داراي حدود 10% روغن ، كيم مواد قندي و مسويلاژ و حدود 4% اسانس مي باشد . روغن رازيانه دريا 4% اسيد پال ميتيك ، 22% اسيد اوليئك ، 14% اسيد لينوئيك و 60% اسيد پتروسلينيك مي باشد. اسانس رازيانه از تقطير ميوه آن بوسيله بخار با بدست يم آيد مايعي ات زرد . در صد گرم برگ رازيانه تازه مواد زير موجود است : آب 90 گرمپروتيئن2/5 گرمچربي 0/4 گرم مواد نشاسته اي4/5 گرم كلسيم 100 ميلي گرمفسفر 50 ميلي گرم آهن 2/5 ميلي گرم پتاسيم 400 ميلي گرمويتامين آ 3500 واحد ويتامين ث 30 ميلي گرم - خواص داروئي:رازيانه از نظر طب قديم ايران گرم و شخك است . ريشه رازيانه گرمتر از بقيه قسمت هاي گياه است .1) رازيانه اثر زياد كنده شير را در زنانش ير ده درد و بدين منظور مي توان از دم كرده رازيانه استفاده كرد . 2 )اشتها آور و مقوي است . 3)نفخ و گاز معده رااز بين مي برد .4)قاعده آور است . 5)برگهاي رازيانه ادرار آور است . 6)جوشانده ريشه رازيانه ملين مسهل است . 7)روغن تخم رازيانه كرم روده را از بين مي برد . 8)حالت تهوع رابر طرف مي كند . 9)براي برطرف كردن اُسم ، سرفه و تنگي نفس از دم كرده تخم رازيانه بمقدر سه فنجان در روز استفاده كنيد . 10)براي رفع اسهال رازيانه را با يزره سبز به سنبت مساوي دم كرده و به مريض بدهيد . 11)ميتوان از رازيانه داروي ضد نفخ بصورت زير تهيه كرد : 5 گرم پودر انيسون و 5 گرم پودر زيره كرمان ، 5 گرم پودر تخم گشنيز و 5 گرم پودر رازيانه راب ا هم مخلوط كرده در يك ليتر آب جوش بريزيد و آنرا بمدت 10 دقيقه دم كنيد سپس آنرا صاف كرده و كم كم بنوشيد . 12)رازيانه بعلت داتشن هورمون زنانه رشد دخترها را جلو مي اندازد . 13)رازيانه مغز را فعال مي كند . 14)ريشه رازيانه داراي كومارين Coumarin مي باشد . چون اين ماده رقيق كننده خون است بنابراين آنهايي كه مبتلا به تصلب شرائين يا انسداد رگها هسند مي توانند از جوشانده ريشه رازيانه استفاده كنند . 15)دردهاي

مفاصل را برطرف مي كند . 16)اشتها را زياد مي كند . 17)براي از بين بردن درد آرتروز روغن رازيانه را در محل درد بماليد . - طرز استفاده: 1)دم كرده رازيانه : مقدر يك قاشق چايخوري رازيانه را كوبيده و در يك ليوان آب جوش بريزيد و آنرا بمدت 10 دقيقه دم كنيد . 2)شراب رازيانه : 40 گرم رازيانه را در يك ليتر شراب بريزيد و بمدت يك هفته بگذاريدب ماند سپس آنرا صاف كرده و در شيشه دربست نگهدري كنيد .مقدر مصرف شراب رازيانه دو قاشق چايخوري بعد از غذا است . 3)دم كرده برگ رازيانه : 30 گرم برگ رازيانه را در يك ليتر آب جوش ريخته و بمدت ده دقيقه دم كنيد . اين دم كرده مقوي اعصاب بوده و هضم غذا را سريع مي كند . - مضرات : رازيانه چون گرم است بنابراين براي گرم مزاجها خوب نيست و اينگونه افراد بايد آنرا با سكنجبين بخورند بطور زياده روي در مصرف رازيانه معده راسست كرده و تشنج مي آورد .

# شنبليله

نام علمي : Trigonella gracum - كليات گياه شناسي شنبليله سبزي اصلي قورمه سبزي ، غذاي مطبوع ايراني است . اين گياه در نواحي مختلف ايران ، مصر ف هند ف الجزيره ، ايتاليا و اسپانيا مي رويد . شنبليله داراي مواد چرب ف مواد نشاسته اي ، مواد ازته ، مواد فسفره و مادهاي بنام گونل لين مي باشد . - تركيبات شيميايي:البته اين گياه داراي طعم و اسانس معطر مي باشد . تحقيقات جديد نشان داده است كه شنبليله داراي اسيد نيكوتينيك يا نياسين كه ويتامين B3 نيز ناميده مي شود مي باشد . اين ويتامين عامل جلوگيري كنند ه از بيماري پلاگرا مي باشد و همچنين اثر گشاد كننده عروق را نيز درا است .- خواص داروئي:يكي از دانشمندان با تحقيقات زيادي كه روي شنبيليه انجام درد دريافت كه شنبليله در رفع سل استخواني اطفال بسيار موثر است . شنبليله در طي قرون گذشته در ايران براي بسياري از بيماريها مصرف مي شده است . براي اين منظور حتي از دانه شنبليله استفاده شده است و بيماريها سريعا بهبود پيدا مي كند .شنبليله چون داراي مواد فسفره آهن ازته و ياستازهاي مختلف مي باشد تقويت كننده لوزالمعده نيز مي باشد و بنابراين دستگاه هاضمه را بكار انداخته و لاغري هاي مفرط را از بين مي برد . شنبليله بطور كلي شفادهنده بيماريهاي روحي و جسمي است وحتي اثرات مفيدي در اشخاص مبتلا به مرض قند و سل ريوي و استخواني درد . در قديم شنبليله براي مداواي بيماري قند بكار مي رفته است دانه شنبليله با اين همه خواص مفيد داراي بوي ناپسند است بنابراين براي استفاده از آن دانه در شده آنرا با مواد معطر بايد مخلوط نمود كه بوي بد آن را تا اندازه اي برطرف كنند . - طرز استفاده: براي تهيه پماد شنبليله 3 تا 4 قاشق سوپخوري در دانه شنبليله را با سركه مخلوط كرده و براي رفع التهابهاي سطحي پوست بدن مصرف كنيد .براي تقويت عمومي بدن بهتر است كه دانه شنبليله و گياه آن را قبل از غذا مصرف كرد .
- مضرات : مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .

# انجير

نام علمي : Ficus carica - كليات گياه شناسي درخت انجير از زمانهاي بسيار قديم وجود داشته و از آن استفاده زيادي مي شده است . در تورات از اين درخت نام برده شده و اشعياي نبي يكي از انبياي بني اسرائيل خرقيا پادشاه آن زمان را در حدود 700 سال قبل از ميلاد با انجير مداوا كرده است . درخت انجير بومي آسياي غربي و كشورهاي مديترانه است و از آنجا به عربستان ، سوريه و اسرائيل برده شده است . درخت انجير در نزد يونانيان مقدس و محترم بوده بطوريكه صدرات ان ممنوع اعلام شده بود .شاعران و نويسندگان يوناني مانند هومر ، هرودوتوس و افلاطون در نوشته ها و اشعار خود آنرا ستوده اند در اوائل قرن هجدهم ، انجير بوسيله ميسيونرهاي مذهبي اسپانيايي به كاليفرنيا برده شد و امروزه بمقدر زياد در اين ايالت و ايالات جنوبي آمريكا كشت مي شود. حدود 85 درصد از محصول انجير بصورت خشك ببازار عرضه مي شود زيرا انجير رسيده زود خراب مي شود .انجير درختي است با برگهاي زرد و پنجه اي برنگ سبز خاكستري كه بلندي آن تا شش متر مي رسيد و چون در مقابل سرماي شديد مقاومت ندارد بنابراين در مناطق معتدله و گرمسير كشت مي شود . درخت انجير معمولا از سال چهارم شروع به ميوه دادن مي كند و تا سن بيست سالگي ميوه مي دهد. - تركيبات شيميايي:انجير ميوه مغذي و خوش طعمي است ، داراي مواد قندي ، مواد ازته ، چربي ، مواد معدني ، آمينو اسيد ، آنزيم هاي مختلف و كاروتن مي باشد . در برگهاي آن حدود 0/06 درصد مواد تلخي مانند فيكوسين Ficusin و برگاپتين Bergaptene وجود دارد . شيره سفيدي كه با شكستن شاخه هاي درخت انجير و يا از ميوه نارس آن خارج مي شود بسيار سمي است و اگر بر روي پوست زده شود سلولها را از بين برده و ميكشد . برگهاي انجير داراي كوسايداروتين Glycosiderutin مي باشد .در صد گرم انجير رسيده و تازه مواد زير موجود است : انرژي 80 كالري مواد قندي4 گرم پروتئين1/5 گرمچربي 0/5 گرمكلسيم20 گرم فسفر 55 ميلي گرم سديم 35 ميلي گرم پتاسيم65 ميلي گرم ويتامين آ 80 واحدويتامين ب 1 0/2 ميلي گرمويتامين ب 3 0/7 ميلي گرم ويتامين ث2 ميلي گرم ويتامين ث25 ميلي گرم - - - خواص داروئي:- خواص طبي ميوه انجير انجير از نظر طب قديم ايران گرم و تر است . 1) انجير تعرق بدن را زياد مي كند . 2) ادرار آور است .3) حرارت بدن را كاهش مي دهد . 4) چاق كننده است و آنهائيكه مي خواهند وزن اضافه كنند و يا براي بيماراني كه دوره نقاهت خود را مي گذرانند بسيار مفيد است . بدين منظور مي توان آنرا با شير سويا مخلوط كرده و

بين غذاها خورد. 5) انجير يبوست را برطرف مي كند و يكي از بهترين ميوه ها براي تميز كردن روده بزرگ و رفع يبوست است . در قيم براي از بين بردن يبوست از شربت انجير استفاده مي كردند .6) براي درمان ناراحتيهاي سينه حدود 20 گرم از خرما ، عناب ، انجير خشك و مويز را با هم مخلوط كرده و آسياب كرده سپس اين پودر را با يك ليتر آب جوشانده تا حجم آن به نصف برسد . از اين جوشانده مي توان بمقدر سه فنجان در روز مصرف نمود . 7) جوشانده انجير خشك درمان كننده التهاب مجاري دستگاه تنفسي ، كليه ، ذات الريه ، ذات الجنب ، سرخك ،مخملك و آبله مي باشد . 8) جوشانده غليظ انجير خشك براي رفع سرمخدرگي بسيار مفيد است . 9) براي برطرف كردن سياه سرفه ، برونشيت و ذات الريه از قهوه انجير استفاده كنيد و براي درست كردن اين قهوه انجير را ابتدا بو داده و سپس آنرا آسياب كنيد تا بصورت پودر داراید . 10) انجير دستگاه هاضمه را تقويت مي كند . 11) انجير براي درمان سوء هاضمه مفيد است .12) سوپ انجير بسيار مقوي است و براي افزايش شير در زنان شير ده مفيد است .براي تهيه سوپ ، انجير نارس را با گوشت بپزيد .13) براي برطرف كردن ورم گلو ، 50 گرم انجير زرد را در 500 گرم شير ريخته و مدت 15 دقيقه بگذاريد سپس آنرا غرغره كنيد و مقدري از آنرا نيز بنوشيد ( مي توانيد آنرا با عسل هم شيرين كنيد .)14) جوشانده انجير خشك در شير براي درمان آنژين ، ورم لثه و ورم مخاط دهان نيز موثر است . 15)يكي از داروهاي بسيار موثر براي درمان آرتروز و درد مفاصل ، مخلوط شير بز و انجير سياه ميباشد . اين مخلوط سموم مختلف را از بدن خارج كرده و درد را از بين مي برد. 16) انجير را مي توان همراه با ميوه هاي ديگر مصرف كرد انجير با ميوه هاي اسيدي مانند پرتقال و گريپ فروت سازگار نيست . 17) انجير براي آنهائيكه قند خونشان پائين مي آيد و يكباره احساس ضعف مي كنند مناسب است زيرا قند آن بسرعت در روده كوچك جذب مي شود. 18) خوردن انجير باعث افزايش نيروي جنسي مي شود . 19) انجير تقويت كننده كبد است .20) اگر ترشح ادرار كم باشد خوردن انجير باعث ازدياد آن مي شود . 21) براي برطرف كردن ورم بناگو ش و دمل ها ، ضمادي از انجير خشك با در و و گندم درست كرده و روي ورم دمل بگذاريد . 22)دم كرده انجير با شنبليله براي سينه درد و رفع خشونت سينه مفيد است . 23) براي رفع ورم طحال ، انجير را به مدت نه روز در سركه خيس كنيد و هر روز پنج عدد آنرا با سركه بخوريد . 24) انجير ضد سرطان است . 25) انجير در معالجه بيماريهاي پوستي موثر است .- خواص شيره درخت انجيرشيره درخت انجير طعم تلخ و سوزنده اي دارد : 1.مسهل بسيار خوبي است . 2.داراي دياستازهاي مختلفي است و براي نرم و تدر كردن گوشت بكار مي رود .3.شيره

درخت انجير را اگر بمدت چند روز روي زگيل و يا ميخچه پا بگذاريد آنرا از بين مي برد . 4.براي معالجه بيماريهاي پوستي مفيد است . 5.شيره درخت انجير را با زرده تخم مرغ و يا روغن مخلوط كنيد و روي زخم ها بگذاريد باعث التيام آنها خواهد شد .6.ضماد شيره درخت انجير با شنبليله براي رفع نقرس مفيد است . 7.براي معالجه جراحت هاي پوستي ضمادي از شيره درخت انجير با در جو درست كرده روي آنها بگذاريد . 8.ماليدن شيره درخت انجير بر روي سر از ريزش مو جلوگيري مي كند .- خواص برگ انجير 1) برگ پخته درخت انجير ملين است .2) برگ انجير را له كنيد و براي برطرف كردن درد بواسير بر مقعد بماليد . 3) براي برطرف كردن ورم و تومورهاي مختلف برگ انجير را روي اين قسمت ها بگذاريد . 4) جوشانده ساقه هاي جوان درخت انجير آب اضافي را از بدن خارج مي كند . 5) براي درمان اسهال هاي ساده و خونريزي هاي مختلف از جوشانده پوست تازه درخت انجير استفاده كنيد . 6) برگ درخت انجير را در آب جوشريخته و بگذاريد كمي سرد شود و داخل لگني بريزيد و داخل آن بنشينيد بواسير دردناك و متورم را درمان مي كند . 7) جوشانده برگ درخت انجير شكم درد را برطرف مي كند- مضرات :انجير براي كبدهاي ضعيف مناسب نيست و آنهائيكه كبد ضعيف دارند بايد انجير را با گردو بخورند. زياده روي در مصرف انجير توليد نفخ شكم و اسهال كرده و براي چشم نيز مضر است .

# تخم کتان

نام علمي : Linum usitatissimum - كليات گياه شناسي امروزه گياه كتان در منطقه وسيعي از اروپا و آُيا مي رويد . ازاين گياه استفاده هاي زيادي بعمل مي آيد . از الياف آن براي يافتن پارچه استفاده مي شود . پارچه كتان براي البسه مخصوصا در تابستان نوعي مناسب بشمار مي رود . كتان گياهي است كه از قدي الايام شناخته شده و بكار ميرفته است . حتي پرورش آن در مصر در حدود پنج قرن قبل از ميلاد مسيح معمول بوده است . - تركيبات شيميايي: از دانه هاي كتان در اثر فشار و بدون حرارت دادن روغني بدست مي آيد كه به روغن كتان ( براي اينكه با روغن برزك اشتباه نشود)ناميده مي شود . - خواص داروئي:روغن تخم كتان علاوه بر داشتن Omega-3 داراي ويتامين E نيز مي باشد و حتي اگر بمقدر بيش از احتياج ( يك قاشق چايخوري در روز ) مصرف شود عوارض جانبي نخواهد داشت .خاصيت مهم ديگر روغن كتان اثر ضد تورم آن مي باشد . ميگرنهاي دردناك را شفا دادنه و عادات ماهانه دردناك را از بين مي برد . مطالعات جديد نشان داده است كه روغن تخم كتان حتي مي تواند مصونيت بدن را در مقابل بيماريها بالا ببرد . استفاده از اين روغن از سرطان جلوگيري مي كند . تخم كتان بعلت داشتن موسيلاژ زياد نرم كننده بسيار خوبي است و در رفع يبوست مي توان از آن استفاده كرد . بدين منظور بايد تخم كتان را روي زبان ريخت و با مقدري آب آنرا بدون جويدن بلعيد و يا مي توان تخم كتان را در آب خيس كرده و صبح ناشتا خورد . دم كرده تخم كتان نيز معجزه گر است . دم كرده آن علاج بيماريهاي مجاري ادرار ، زخم معده و وروم روده ، يبوست ، ورم مثانه ، سنگ كليه، سرفه، دردهاي پريود و حتي مرض قند مي باشد . مي توان تخم كتان را با مقدايز آب جوشانيد و سپس جوشانده آنرا در داخل وان حمام ريخت و در آن دراز كشيد . خارش پوست را فورا از بين مي برد . - طرز استفاده:روغن تخم كتان بنام Flax Seed Oil ناميده مي شود و مي توان آن را از فروشگاههاي گياهان دارويي و يا برخي از داروخانه ها خريدري كرد كه البته در يخچال نگهدري شود و بايد دقت كرد كه تاريخ مصرف آن نگذشته باشد .- مضرات : مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .

# خاکشیر

نام علمي : Descurainia sophia - كليات گياه شناسي خاكشير گياهي است علفي يكساله يا دو ساله كه ارتفاع ساقه آن تا يك متر نيز مي رسد .پائين گياه كرك دراست در حاليكه بالاي آن بدون كرك مي باشد .تخم اين گياه كه همان خاكشير است ريز و كمي دراز و معمولا به دو رنگ وجود دارد يكي از آنها قرمز كه داراي طعم كمي تلخ است و ديگري برنگ قرمز تيره مي باشد . - تركيبات شيميايي:خاكشير داراي تعدادي اسيد چرب مانند اسيد لينوئيك اسيد لينولنيك ، اسيد اولئيك اسيد پالمتيك و اسيد استئاريك مي باشد . ضمنا در خاكشير اسانس روغن فراري وجود دارد كه داراي مواد بنزيل و ايزوسيانات است .- خواص داروئي:خاكشير از نظر طب قديم ايران گرم و تر است . 1)التيام دهنده زخم و جراحات است .2)جوشانده خاكشير براي رفع اسهال هاي ساده و رفع ترشحات زنانگي مفيد است . 3)خاكشير ادرار آور است . 4)خاكشير تب بر است . 5)براي دفع كرم مفيد است . 6)التهاب كليه را برطرف مي كند. 7)سرخك و مخملك را دوا مي كند . 8)خاكشير صدا را باز مي كند .9)براي از بين بردن كهير و التهابات پوستي از خاكشير استفاده كنيد . 10)از گلها و برگهاي گياه مي توان براي رفع بيماري ناشي از كمبود ويتامين C استفاده كرد . 11)سنگ كليه را دفع مي كند. 12)براي دفع سنگ كليه مي توان خارشتر خاكشير و ترنجبين را با هم مخلوط كرده وصبح ناشتا خورد . 13)براي برطرف كردن جوشهاي صورت كه بعلت خوردن چربي و شيريني زياد ايجاد مي شود بايد جوشانده يك قاشق ترنجبين را با دو قاشق غذاخوري خاكشير مخلوط كرده و هر روز صبح ناشتا بمدت دو هفته آنرا ميل ميل كنيد تا جوشها از بين برود. - مضرات :بعضي از افراد هنگاميكه خاكشير مي خورند ممكن است سردرد بگيرند اينگونه اشخاص بايد خاكشير را با كتيرا بخورند .

# سير

نام علمي : Allium sativum- كليات گياه شناسي سير گياهي است علفي و دائمي كه ساقه آن تا ارتفاع 40 سانتيمتر نيز مي رسد . قسمت زير زميني آن متورم و مركب از 5 تا 12 قطعه و محصور در غشاهاي نازك و ظريف برنگ خاكستري مايل به سفيد مي باشد . برگهاي آن باريك و نواري شكل برنگ سب تيره و گلهاي آن كوچك و صورتي رنگ كه بصورت يك چتر در انتهاي ساقه ظاهر مي شود .سير وپياز رابطه اي نزديك با هم دارند كه شايد بدليل بوي بد آنها مي باشد .نام سير در كتاب مقدس آمده ست و در مصر قديم براي موميائي مدرگان و خوش طعم كردن غذاها بكار يم رفته است . هومر شعر باستان در نوشته هاي خود از آن ياد برده است .مردم در اروپا و اسپانيا از قبل از ميلاد مسيح آنرا مي شناختند و از آن استفاده مي كردند . بقراط پدر علم طب در نوشته هاي خود از خواص آن ياد كرده و يكي ديگر از دانشمندان قديم 61 خاصيت مختلف براي سير قائل شده است . سه نوع سير وجود دارد : 1- سير آمريكايي بنام Greole ناميده مي شود . اين نوع سير داراي پوست سفيد بوده و از انواع ديگر قوي تر است . 2- سير تاهيتي كه از بقيه درشت تر است و گاهي قطر آم به 8 سانتيمتر مي رسد . حضرت محمد (ص) براي سير 70 خاصيت مختلف قائل شده اند و مي فرمايند : از سبزي سير تا مي توانيد استفاده كنيد زيرا سير دواي هفتاد درد است اما آنكس كه سير وپياز خورده به مسجد نيايد و به مردم نزديك نشود . - تركيبات شيميايي: سير د اراي تركيبات گوگردي مي باشد كه خاصيت ضد عفوني كننده ميكرب كشي و جرم كشي باين گياه مي دهد . سير همچنين داراي مواید بنام آليسين ، آليساتين مي باشد كه ميكرب هاي حصبه و پاراتيفوئيد را از بين مي برد . در صد گرم سير خام مواد زير موجود است : آب 61 گرم انرژي 6 كالريموادنشاسته اي 29 گرمچربي 0/2 ميلي گرم كلسيم30 ميلي گرم فسفر 200 ميلي گرمپتاسيم 530 ميلي گرمآهن 1/5 ميلي گرم سديم 20ميلي گرم ويتامين آ 20 واحدويتامين ب 1 0/25 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/8 ميلي گرم ويتامين ث15 ميلي گرم - خواص داروئي:سير از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است اسانس سير كه در اثر تقطير سير با بخار آب حاصل مي شود مركب از مواد سولفوره بوده و مايعي است به رنگ قرمز نارنجي و دريا بوئي كمتر كه از خودس ير كه براي تغيير طعم غذا مصرف مي شود . 1)سير بادشكن وضد عفوني كننده است . 2)خوردن سير مصونيت بدن را در مقابل بيماريها افزايش مي دهد .3)سير كرم كش است .4)سير محرك و تقويت كننده بدن است . 5) سير داروي

سرمخوردگي و زكام است . 6)سير اثر خوبي در معالجه سر درد . 7)سير خون را رقيق مي كند . 8)سير اثر خوبي در تنگي نفس درد 9)خوردن مداوم سير لقوه ور عشه را از بين مي برد . 10)سير چون گرم و خشك است بنابراين رطوبت معده را از بين مي برد و دردهاي مفاصل را خوب مي كند. 11)سير درمان كننده دردهاي نفاصل ، سياتيك و نقرس مي باشد . 12)سير براي تقويت نيروي جنسي و افزايش توليد اسپرم در اشخاص سرد مزاج بسيار مفيد است . 13)آنهائي كه قطره قطره ادرار مي كند بايد حتما سير بخورند تا بيماري آنها درمان شود . 14)سير زخم هاي ريه و درد معده را زا بين مي برد . 15)سير سنگ هاي كليه را شكسته و خارج مي سازد . 16)سير را با زيره بپزيد براي تقويت دندان مفيد است .17)ماليدن سير پخته به دندان ، درد دندان را تسكين مي دهد . 18)سير را بسوزانيد وبا عسل مخلوط كنيد و ضمادي از آن درست كنيد اين ضماد براي رفع خون مدرگي زير پلك چشم مفيد است .19)سير بعلت مدر بودن براي رفع آب آوردن انساج مفيد است . 20)براي از بين بردن ميخچه كف پا از ضماد سير استفاده كنيد .21)جهت رفع دردهاي رماتيمسي و عصبي ضماد سير بسيار موثر است . 22)جهت ضد عفوني كردن دستگاه تنفسي در هنگام بيماريهاي مربوطه از شربت سير استفاده كنيد :مقدر 100 گرم سير را با 200 گرم آب و 200 گرم شكر يا قند مخلوط كرده و آنرا بجوشانيد تا له شود . مقدر مصرف براي اين منظور سه قاشق سوپخوري در روز است .23)جديدا در يكي از بيمارستان هاي آمريكا براي ضدعفوني كردن فضاي بيمارستان از سير استفاده كنيد . 24)پاستور پزشك معروف فرانسوي آزمايشات زيادي روي سير انجام داد و اثر باكتري كشي سير را تائيد كرده است . 25)سير ضد انعقاد و لخته شدن خون است . 26) در شوروي سير بنام پني سيلين معروف است و معمولا هنگاميكه آنفولانزا شبوع درد مصرف آنب الا مي رود درچندسالپ يش كه آنفلوانزا شيوع پيدا كرد مردم شوروي 500 تن سير مصرف كردند .27)خوردن سير سلولهاي سرطاني را از بين مي برد .28)يكي از دانشمندان آمريكايي كه در دانشگاه فلوريدا روي مرض ايدز تحققي مي كند معتقد است كه سير روي مرض ايدز اثر مثبت دارد .29)مصرف سير مقدر كلسترول خون را پائين مي آورد . مقدر LDH را كاهش مي دهد . مقدر مصرف سير براي اين منظور 30 گرم در روز است . جالب است كه با مصرف سير در چند ماه اول مقدر كلسترول ممكن است بالا رود و اين بدين علت است كه كلسترول از داخل نسوج خارج شده و داخل خون مي شود كه از آنجا دفع گردد بعد از اينكه كلسترول بحالت نرمال رسيد بايد براي نگهداري آن روزي نصف سير خام مصرف كرد . 30)خوردن سير از سرطان جهاز اهضمه جلوگيري مي كند . 31)چيني ها قرن هاست كه براي پائين آوردن

فشار خون از سير استفاده مي كنند . - مضرات :سير با آنكه خواص بسياري درد بايد بحد اعتدال مصرف شود زيرا استفاده زياد از آن در بعضي اشخاص موجب سردرد ، ضعف نيروي جنسي ، ضعف چشم و عوارض بواسير مي شود . سي براي آنهائيكه اسهال دارند مضر است . آنهائيكه معده ضعيف دارند و بطور كلي سيستم هاضمه آنها ضعيف است نبايد در خوردن سير افراط كنند . كسانيكه يبوست دارند نبايد سير بخورند و براي رفع مضرات آن سير را بايد با آب و نمك پخته و كمي بان روغن بادام يا كرده اضافه كنيد تا مضر نباشد . اشخاصي كه گرم مزاج هستند اگر مي خواهند سير بخورند طبق توصيه ابن سينا حكيم ايراني بايد سير را بپزند يا از سير ترشي استفاده كنند . براي پختن سير پس از پوست كندن آنرا بمدت سه دقيقه بخار دهيد . اشخاصي كه داراي فشار خون پائين هستند نيز نبايد سير بخورند و همينطور كسانيكه آلرژي دارند نبايد از سير استفاده كنند.

# کوشاد (ژانسیان)

نام علمي : Gentiana Lutea - كليات گياه شناسي چون اولين بار پادشاه روم بنام جنتيوس كه در سالهاي 167-180 قبل از ميلاد حكومت مي كرد بوسيله اين دارو شفا يافت نام آنرا جنطيانا گذاشتند . محمد بن زكرياي رازي پزشك مشهور ايراني نيز از اين گياه براي مداواي بسياري از امراض استفاده مي كرد . كوشاد گياهي است علفي ، چند ساله و بسيار زيبا ، داراي ساقه اي استوانه اي و سبز كه بلندي آن به حدود 1/5 متر مي رسد . اين گياه بحالت خودرو در دشت ها و كوهستانهاي اروپا و آسيا مي روید . برگهاي كوشاد سبز رنگ ، نوك تيز و مثلثي است كه دو برگ با هم بوسيله دمبرگ كوتاهي به ساقه چسبيده اند و برگهاي بالاي ساقه بدون دمبرگ مي باشد . گلهاي آن زرد رنگ بوده كه به تعداد زياد در اواخر بهار در كنار برگهاي ظاهر مي شود . از نظر طبي ريشه اين گياه قسمت مورد استفاده آن است . اين ريشه ضخيم ، گوشتي و برنگ زرد تيره و يا قهو ه اي قرمز بوده كه داراي طعمي بسيار تلخ و بويي نامطبوع است . براي مصارف طبي ريشه كوشاد بايد اقلا سه ساله باشد تا اثر داشته باشد .- تركيبات شيميايي: كوشاد داراي ماده اي شيميايي بنام آماروجنتين مي باشد كه بسيار تلخ است . بطوريكه اگر اين ماده را با 5000 قسمت آب مخلوط كنيم هنوز هم طعم تلخ آن حس مي شود . تركيبات ديگر اين گياه بشرح زير مي باشد : جنتوپيكرين ، جنتوپيكروزيد ، جنتامارين ، جتي سين ، اسيد جنتي سيك و جنتونوسيد . كوشاد همچنين داراي مقدري تانن ، اسانس ، پكتين و چربي مي باشد.- خواص داروئي:كوشاد از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است 1)اشتها را تحريك مي كند2)كوشاد گلبولهاي قرمز و سفيد خون را زياد مي كند بنابراين براي معالجه كم خوني و بيماريهاي عفوني بكار مي رود . 3)اثر ضد تورم درد و براي رفع آرتروز و رماتيسم مصرف مي شود 4)تب بر است 5)بيماري مالاريا را برطرف مي كند 6)درد نقرس را برطرف مي كند 7)حرارت و رطوبت را زا بدن خارج مي سازد 8)فشار خون را پائين مي آورد 9)ناراحتي هاي كبدي را برطرف مي كند 10)تقويت كننده معده و بدن است11)اختلالات عادت ماهيانه را درمان مي كند12)گرفتگي روده ها را باز مي كند 13)ادرار آور است 14)ضماد كوشا با سركه براي از بين ژبردن لكه هاي پوست مفيد است15)عصاره اين گياه مسكن تمام دردها است16)ورم طحال را برطرف مي كند 17)خون را تصفيه و تميز مي كند 18)درمان كننده زردي و يرقان است - طرز استفاده: جوشانده : مقدر 20 گرم ريشه خرد شده كوشا را در يك ليتر آبجوش ريخته بگذاريد براي مدت 20 دقيقه بآرامي

بجوشد ، سپس آنرا صاف كنيد . مقدر مصرف اين جوشانده يك فنجان قبل از هر غذا است . دم كرده : مقدرا 5 گرم ريشه كوشاد را در يك ليتر آبجوش ريخته و بگذاريد چند ساعت بمانذ . سپس آنرا صاف كرده و استفاده كنيد . تنطور : اين تنطور را مي توانيد از فروشگاههاي گياهان دارويي و يا برخي از داروخانه ها خريدري كنيد . مقدر مصرف آن 10-15 قطره همراه با آب سه بار در روز است . - مضرات : مصرف بيش از حد كوشا ممكن است باعث تحريك معده و بوجود آوردن حالت استفراغ و دل بهم خوردگي شود . زنان باردار و مادران شير ده نبايد از اين گياه استفاده كنند .

# زنجبيل

نام علمي : Zingibar officinale- كليات گياه شناسي زنجبيل از قديم الايام مورد مصرف مردم ايران ، هند و چين بوده است . - خواص داروئي:اين گياه همراه با گياهان ديگر بعنوان تقويت كننده معده و بدن بادشكن و ضد نفخ بكار يم رود . همچنين پزشكان چيني جديدا كشف كرده اند كه شربت زنجبيل بهترين داروبراي معالجه زخم معده مي باشد. زنجبيل تازه وشربت زنجبيل با چاي زنجبيل در بدن گرما توليد كرده و بدين وسيله مواد سمي و زادئ بدن را بصورت عرق از بدن خار مي سازد . اين گياه براي خانم هائيكه عادت ماهيانه آنها عقب مي افتند تجويز شده است .زنجبيل بهترين داروي سرماخوردگي و گلو درد مي باشد . هنگامي كه حس كرديد دچار سرماخوردگي شده ايد چند بار چاي زنجبيل بنوشيد و اگر گلو درد درد علاوه بر آنكه چاي آنرا ميل مي نمائيد با آن نيز قرقره كنيد . زنجبيل را حتي براي كمپرس نيز مي توان استفاده كرد كه سموم بدن را خارج مي سازد . براي اين منظورابتدا چاي زنجبيل استفاده كنيد دستمالي را با آن آغشته و آب اضافي آنرا فشار داده در محل زخم يا درد بگذاريد .شربت زنجبيل براي زخم معده بسيار مفيد است .مبتلايان به زخم معده بايد هر روز قبل از غذا يك قاشق چايخوري از اين شربت را همراه با كمي آب بنوشيد زخم معده آنهاپس از مدتي التيام خواهد يافت .- طرز استفاده: يك قاشق چايخوري پودر خشك زنجبيل و يا دو قاشق چايخوري زنجبيل رنده شده تازه را در داخل قوريريخته رويآن آب جوش بريزيد و به مدت پنج دقيقه آنرا با حرارت ملايم دم كنيد و سپس آنرا با عسل شيرين كرده و ميل كنيد . چاي زنجبيل هر چقدر بيشتر بماند و دم بكشد تند تر مي شود .حتي مي توان چاي زنجبيل را بعد از سد شدن در داخل يخچال گذاشت و خنك كرد و مانند يك نوشابه سرد استفاده نمود . براي تهيه شربت زنجبيل يك قسمت زنجبيل رنده شده را با سه قسمت عسل مخلوط كرده و در شيشه دربسته در يخچال نگهدري كنيد و هر موقع خواستيد مصرف كنيد .براي درست كردن تنتور زنجبيل مي توانيد از الكل 50 درجه استفاده نمائيد . يك قسمت زنجبيل رنده شده را با سه قسمت الكل 50 درجه مخلوط كرده و داخل يك شيشه تيره رنگ بريزيد و بمدت چهدره روز آنرا چند بار در روز تكان دهيد . بعد ازاين مدت آنرا صاف كرده و در جاي خشك و خنك نگهدري كنيد .- مضرات :مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .

# انگور

نام علمي : Vitis- كليات گياه شناسي درخت انگور كه درخت مو نيز ناميده ميشود درختچه اي است بالا رونده كه از ديوار و درختان مجاور بالا مي رود . ساقه آن گره در و داراي بگهاي متناوب است . برگهاي انگور داراي پنج لوب دندانه دار و برنگ سبز تيره مي باشد . گلهاي آن كوچك ، مجتمع و بصورت خوشه ظاهر مي شود . ميوه درخت انگور ، گوشتدار و شيرين و برگهاي مختلف است . - تركيبات شيميايي:كليه قسمت هاي درخت انگور قابل استفاده دارويي است . بنابراين هر قسمت را جداگانه بررسي مي كنيم . 1)برگ مو: داراي ساكارز ، لوولز Levulose ، اينوزيت Inosite ، مواد نشاسته اي و تعدادي اسيدهاي آلي است . 2)دم خوشه انگور : داراي تانن ، مواد رزيني ، تارتارات پتاسيم و اسيد هاي آلي است .3)غوره ك ميوه سبز رنگ و نارس انگور است كه داراي طعم ترش مي باشد . غوره داراي اسيدهاي آلي مانند اسيد ماليك ، اسيد فروميك ، اسيد سوكسينيك Succinique Acid ، اسيد اگزاليك ، اسيد گلوكوليك Glucolique Acid و قند مي باشد . 4)انگور رسيده : در صد گرم حبه انگور مواد زير موجود است : آب 75 گرمپروتئين 1/3 گرم مواد قندي 20 گرمكلسيم12 ميلي گرم فسفر 0/4 ميلي گرم آهن0/4 ميلي گرم سديم 3 ميلي گرم پتاسيم175 ميلي گرم ويتامين آ 100 گرم ويتامين ب 1 0/05 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/03 ميلي گرم ويتامين ب 3 0/3 ميلي گرم ويتامين ث4 ميلي گرم 5-پوست انگور داراي تانن ، تارتارات پتاسيم ، اسيد هاي آزاد و مواد معدني مي باشد . 6-هسته انگور : در هسته انگور مقدري روغن و تانن موجود است . روغن هسته انگور Grape seed oil برنگ زرد مايل به سبز است . اين روغن فاقد بو و داراي طعمي مطبوع مي باشد . روغن هسته داراي تري گليسيريد ، اسيد اولئيك ، اسيد پالمتيك ، اسيد لينولئيك ، اسيد استئاريك و اسيد آراشيك مي باشد . - خواص داروئي:خواص درماني ميوه انگور انگور بر طبق طب قديم ايران گرم و تر است .1) اخلاط بدن را متعادل مي كند . 2)بسيار مقوي و مغذي است . 3)خون را تصفيه مي كند . 4)سينه و ريه را صاف و تميز مي كند .5)برطرف كننده يبوست است . 6)انگور براي درمان ورم معده و روده مفيد است . 7)در درمان سل ريوي و سياه سرفه موثر است . 8)براي درمان اسهال خوني از انگور استفاده مي شود . 9)براي درمان نقرس بسيار مفيد است . 10)آنهايي كه معده ضعيف دارند بايد انگور را بدون پوست بخورند زيرا پوست آن دير هضم است و موجب دل درد ، نفخ و عوارض ديگر مي گردد . 11)انگور بهترين ميوه براي كساني است كه مي خواهند لاغر شوند و بدن خود را از

ساید اوریك ، سنگ هاي صفراوي و مسموميت هاي مزمن (مسموميت از سرب يا جيوه ) پاك كنند . اينگونه اشخاص بايد در هر فهته بمدت 2 روز فقط آب انگور بخورند و رژيم آب انگور بگيرند بدين ترتيب كه هر دو ساعت يكبار آب انگور تازه را گرفته و بنوشند . مقدر مصرف روزانه تقريبا 2 كيلو گرم است و در اين دو روز نبايد غذاي ديگري مصرف كنند فقط مي توانند آب بنوشند . 12)رژيم آب انگور براي مبتلايان به سل ريوي و واسير نيز مفيد است . 13)براي تقويت و طراوت پوست و همچنين روشن كردن رنگ پوست ، آب انگور تازه را با يك تكه پنبه بصورت بماليد و پس از ده دقيقه با آب نيمگرم محتوي كمي جوش شيرين بشوئيد . 14)زياده روي در مصرف آب انگور بطور مداوم ايجاد سنگ كليه مي كند .- خواص طبي روغن هسته انگور روغن هسته انگور گرم كننده بدن است ، اين روغن ضد يبوست مي باشد . از آن براي نقاشي و تهيه صابون نيز استفاده مي شود.- خواص طبي هسته انگور هسته انگور از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است : 1)داراي تانن است بنابراين قابض است .2) اسهال را برطرف مي كند . 3)ترشح ادرار و اسپرم را كم مي كند . 4) گرد هسته انگور را براي درمان به مسلولين مي دهند . 5)هسته انگور براي آنهايي كه مثانه و كليه ضعيف دارند مضر است . - خواص طبي پوست انگور پوست انگور از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است : 1- پوست انگور را خشك كرده و مي سوزانند خاكستر بدست آمده را براي درمان اكثر زخم ها استفاده مي شود . 2- پوست انگور دير هضم است و بهتر است كه در موقع خوردن پوست آنرا بيرون آوريد . - خواص طبي غوره غوره كه بانگليسي Un-ripe grape ناميده مي شود از نظر طب قديم ايران سردو قابض است : 1.در درمان ورم مخاط دهان و نرمي لثه ها موثر است .2.آب غوره براي درمان چاقي مفرط مفيد است .3.بيماري اسكوربوت كه بعلت كمي ويتامين C در بدن مي باشد با آب غوره درمان مي شود . 4. آب غوره چون داراي تارتارات پتاسيم است براي درمان سياتيك و رماتيسم حاد بسيار مفيد است .5.در دفع زردي موثر است . 6.خوردن آب غوره بلوغ دختران را جلو مي اندازد و قاعده را باز مي كند . 7.حرارت و صفراي بدن را دفع مي كند و روده ها را ضد عفوني مي كند . 8.آب غوره تقويت كننده كبد است . 9.براي برطرف كردن ورم گلو آ غوره قرقره كنيد . 10.براي دفع كرم و روده و تقويت معده بايد بمدت پنج روز آش آب غوره همراه با زيره سياه مصرف كنيد البته در اينمدت بايد از خوردن غذاهاي سنگين اجتناب نمائيد . 11.آب غوره درمان كننده پا درد و كمر درد مي باشد . براي معالجه ميتوان بمدت دهروز آش آب غوره مصرف نمود . البته از خوردن غذاهاي سنگين در اينمدت اجتناب كرد .12.ترشي غوره نيز معالجه رماتيسم و سياتيك است .- خواص طبي برگ مو 1.برگ مو قابض است . 2.دم كرده برگهاي

جوان مو اسهال خوني را برطرف مي كند . 3.براي خونريزيها مفيد است . 4.در رفع نقرس و زردي موثر است . 5.استفراغ را برطرف مي كند . 6.در رفع اختلالات گردش خون مربوطه به دوره بلوغ و يائسگي موثر است .7.هنگاميكه پوست صورت قرمز مي شود و ملتهب است خوردن دم كرده آن اثر مفيد درد . 8.گرد برگهاي جوان و خشك شده مو ، اثر خوبي در رفع خونريزيهاي رحيم و خون آمدن از بيني درد . 9.براي برطرف كردن سرمازدگي دست و پا جوشانده برگ مو را تهيه كرده و دست و پا را بمدت 15 دقيقه در آن قرار دهيد . 10.براي تهيه دم كرده برگ مو ، مقدر 15 تا 20 گرم برگ مو را در يك ليتر آب جوش ريخته و بگذاريد 10 دقيقه بماند . 11) از دم كرده برگ مو مي توان براي شستشوي چشم در مورد ورم ملتحمه استفاده كرد . 12.دم كرده برگ مو براي رفع واريس مفيد است .
- مضرات : مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .

گريپ فروت

نام علمي : Citrus paradisi - كليات گياه شناسي دليل اينكه اين ميوه را گريپ فروت مي نامند يان است كه ميوه آن مانند انگور بصورت جمعي تا دوازده تا بر روي شاخه مي رويد . اين ميوه كه يكي از مركبات مي باشد بيشتر از 4000 سال پيش در هنئ و مالزي كاشته مي شده است ولي تا قرن شانزدهم ميلادي در ديگر كشورها ناشناخته مانده بود تا اينكه اسپانيائيها آنرا به كشورهاي ديگر بردند . جالب است كه بدانيد آمريكا 97% مصرف گريپ فروت دنيا را تامين مي كند و تنها ايالت فلوريدا و تگزاس با هم 90% گريپ فروت آمريكا را توليد مي كنند . درخت گريپ فروت به اندازه درخت پرتقال و ارتفاع آن تا 12 متر مي رسد برگهاي آن سبز و گل آن سفيد است . ميوه گريپ فروت درشت تر از پرتقال و پوست آن هنگاميكه رسيده باشد نازك و برنگ زرد روشن است . اگر در چيدن گريپ فروت تاخير شود پوست آن كلفت شده و قسمت سفيدي زير پوست ضخيم مي شود و مقدري از آب خود را از دست مي دهد . گريپ فروت رسيده برد و طعم آن ترش و شيرين و كمي تلخ مي باشد . نوعي از گزيپ فروت كه در شمال ايران مي رويد چون داخل آن قرمز رنگ است به آن توسرخ مي گويند . گريپ فروت در حال حاضر در چين ، هند ، خاورميانه و در ايران هم در شمال و هم جنوب پرورش داده مي شود. گريپ فروت در تمام طول سال در بازار وجود دارد ولي فصل آن از ژانويه تا مي مي باشد . - تركيبات شيميايي:گريپ فروت منبع غني ويتامين C و B1 مي باشد . پوست گريپ فروت داراي مقدر زيادي پكتين است مهمترين تركيبات شيميايي گريپ فروت ناري گين ، ليموئين ، سسكي تريين ، آلدئيد ، ژرانيول و كادينين مي باشد . در صد گرم گريپ فروت مواد زير موجود است انرژي 30 كالري آب 88 گرم پروتئين0/3 گرمچربي 0/13 گرم كلسيم 11/5 ميلي گرم فسفر 12 ميلي گرم پتاسيم130 ميلي گرم آهن 0/2 ميلي گرم ويتامين آ 1 واحد ويتامين ب 10/02 ميلي گرمويتامين ب 20/01 ميلي گرمويتامين ب 30/01 ميلي گرمويتامين ث 30 ميلي گرم گريپ فروت يك ميوه اسيدي است و بهتر است كه آنرا همراه ديگر مركبات مصرف كرد و هنگامي كه آنرا مي بريد زود آنرا مصرف كنيد زيرا در اثر ماندن مواد موثر خوردا از دست داده و تلخ ميشود. گريپ فروت از ليمو ترش كمتر اسيدي است بنابراين آنهائيكه نمي توانند از ليمو ترش استفاده كنند بهتر است كه اين ميوه را بجاي ليمو ترش مصرف كنند . - خواص داروئي:1)گريپ فروت چون داراي كالري كمي است نوشابه بسيار خوبي براي آنهايي است كه مي خواهند وزن كم كنند و

لاغر شوند . گريپ فروت از پرتقال كمتر قند درد .2)گريپ فروت تميز كننده بدن از مواد سمي است و اين مواد را سريعا دفع مي كند و دليل آن اين است كه هنگاميكه از گريپ فروت استفاده مي كنيد بعلت دفع مواد زائد ممكن است اسهال توليد شود. 3)گريپ فروت داروي خواب است . اگر مي خواهيد خواب خوش و سنگين داشته باشيد يك گريپ فروت و يا آب آنرا گرفته قبل از رفتن به رختخواب آنرا بخوريد . 4)گريپ فروت ضد سرماخوردگي است و تب را پائين مي آورد در هنگام سرمخوردگي و تب آب گريپ فروت بنوشيد . 5)گريپ فروت بدليل ترش بودن ترشح اسيد معده را بيشتر ميكند پس بايد آنرا قبل از غذا مصرف نمود تا اشتها را تحريك كرده و غذا را زودتر هضم نمايد . 6)آنهائيكه كليه و مثانه و كيسه صفرايشان سنگ توليد مي كند حتما بايد گريپ فروت بخورند زيرا گريپ فروت از درست شدن سنگ جلوگيري مي كند . 7)مهمترين كاربرد گريپ فروت براي جلوگيري و درمان بيماري قلبي است و گريپ فروت شفابخش قلب است زيرا كلسترول را پائين آورده و رگها را از وجود چربيها و مواد رسوب كرده پاك مي كند و پيشرفت تصلب شرائين را متوقف مي سازد .تحقيقاتي كه جديدا روي بيماران مبتلا به كلسترول بالا انجام شده است نشان داده است كه مصرف 2 عدد گريپ فروت در روز كلسترول خون را بطور متوسط 10% پائين مي آورد و حتي مقدر HDL را كه چربي مفيد است بالا مي برد . بنابراين كسانيكه مبتلا به عارضه كلسترل بالا هستند بايد گريپ فروت را با پوست مصرف كنند زيرا پكتين و ويتامين P در قسمت سفيدي پوست گريپ فروت وجود دارد . 8)خوردن دو عدد گريپ فروت در روز احتمال حمله قلبي را بنحو بارزي كاهش مي دهد بنابراين كسانيكه در خانواده شان سابقه قلبي و بيماري قلبي وجود دارد حتما بايد از گريپ فروت استفاده كنند . 9)تحقيقاتي كه در روي خوكها انجام گرفته نشان داده است كه گريپ فروت در سلامتي شريانها اثر معجزه آسائي درد . دانشمندان به يك دسته از خوكها غذاهاي چرب ولي همراه با پكتين گريپ فروت دادند و به دسته ديگر بدون پكتين گريپ فروت . دسته اول عمر بيشتر داشته و بعد از تشريح جسد آنها بهيچ وجه اثري از تصلب شرائين مخصوصا در شريانهاي اكليلي قلب و آئورت ديده نشد در حاليكه دسته دوم كه فقط غذاهاي چرب مصرف كرده بودند مبتلا به تصلب شرائين و كلسترل بالا شده بودند . دانشمندان ژاپني چند سال پيش آزمايشهائي در مورد اثر گريپ فروت روي سرطان بر روي موشها انجام دادند . به موشهائي كه مبتلا به سرطان بودند عصاره گريپ فروت تزريق كردند و با كمال تعجب مشاهده نمودند كه رشد غده سرطاني در آنها متوقف شد و پس از چندي همه آنها بهبود يافتند . آنها نتيجه گرفتند كه در گريپ فروت و مخصوصا در پوست آن ماده ضد سرطان وجود دارد .

10)هسته گريپ فروت نيز خواص بسياري درد زيرا ميكرب كش ، ضد قارچ و ضد Yeast است البته عصاره هسته گريپ فروت بصورت قرص و كپسول در فروشگاههاي گياهان دارويي و يا برخي از داروخانه ها موجود است مي توانيد خريدري كرده و مصرف كنيد و يا اينكه هسته هاي گريپ فروت را جمع آوري كرده و خشك كنيد سپس در داخل آسياب برقي ريخته و پودر كنيد و هر روز مقدر يك قاشق چايخوري از آنرا با آب ميل كنيد يا اينكه همانطوريكه گفته شد همه گريپ فروت را با پوست سفيد آن دو هسته آن در داخل مخلوط كن برقي ريخته و مصرف كنيد.- مضرات :گريپ فروت را نبايد بهمراه تعدادي از داروها خورد زيرا اثر آنها را چند برابر مي كند مثلا كسيكه داروي فشار خون مصرف مي كند اگر آنرا با گريپ فروت بخورد اثر دارو زيادتر شده و شخص فشار خونش بشدت پائين مي آيد و خطرناك است.

# مامیران کبیر

نام علمي : Chelidonium majus - كليات گياه شناسي مامیران کبیر گياهي است چند ساله كه ارتفاع آن تا يك متر مي رسد اين گياه بومي آسيا و اروپا مي باشد. برگهاي آن برنگ سبز كبود و دندانه دار و گاهاي آن زرد رنگ و به صورت چتر ميباشد . ميوه مامیران باريك و دراز بوده كه دانه ها در داخل آن قرار گرفته اند و شيره اي زرد رنگ در آن وجود دارد كه پوست را مي سوزاند و براي از بين بردن ميخچه پا بكار مي رود . اين گياه در شمال ايران ،گيلان و مازندران به حالت خودرو مي رويد . - تركيبات شيميايي:اين گياه سمي است و استفاده زياد از آن باعث تشنج مي شود .مامیران كبير داراي آلكالوئيد هاي مختلفي مانند چليدونين ، هيموچليدونين ، كلريتين ، پروتوپين ، آليكري توپين ، هربرين و اسپارتئين مي باشد . در مامیران كبير همچنين نمك هاي كلسيم ، منيزيوم و آلمينويم ، مواد رزيني و موسيلاژ موجود است . - خواص داروئي:تمام قسمت هاي اين گياه و شيره آن مصرف دارويي دارند البته ريشه آن قوي تر از بقيه قسمت هاي آن است . 1)جوشانده و يا دم كرده مامیران براي درمان سرطان معده بكار مي رود 2 )در معالجه آسم اثر مفيد درد3) تشنج را برطرف مي كند 4)فشار خون را پائين مي آورد 5)ادرار آور و ملين است 6)درمان كننده تصلب شرائين است 7)دردهاي سرطاني را ساكت مي كند 8)براي معالجه آنژين دپواترين از آن استفاده مي كنند 9)براي درمان آب آوردن بدن مفيد است 10)سنگ كليه را خرد كرده و دفع مي كند 11)براي معالجه نقرس مفيد است12)داروي خوبي براي برطرف كردن بيماريهاي كبدي است 13) براي درمان زخم ها ي چركين ، ريشه له شده مامیران را مانند ضماد روي اينگونه زخم ها بگذاريد14)شيره مامیران داروي موثري براي از بين بردن زگيل و يا ميخچه است . اين شيره را با گليسرين به سنبت مساوي مخلوط كرده و روي زگيل يا ميخچه بگذاريد تا آنرا از بين ببرد.- طرز استفاده: جوشانده : مقدر 20 گرم برگ خشك و يا ريشه مامیران را در يك ليتر آب حل كنيد . مقدر مصرف آن يك فنجان سه بار در روز است .دم كرده مامیران : 30 گرم برگ خشك مامیران را در يك ليتر آب جوش ريخته و بگذاريد براي مدت ده دقيقه دم بكشد . سپس صاف كرده و مصرف كنيد . تنطور مامیران : اين تنطور را مي توانيد از فروشگاههاي گياهان دارويي و يا برخي از داروخانه ها خريدري كنيد و يا اينكه مقدر 100 گرم برگ خشك يا ريشه مامیران را در 500 گرم الكل سفيد خيس كرده بگذاريد براي مدت دو هفته بماند . البته هر روز آنرا تكان دهيد پس از اين مدت آنرا صاف كرده و در شيشه دربست نگهداري كنيد مقدر مصرف آن 10-

15 قطره سه بار در روز است. شيره ماميران : براي استفاده از شيره ماميران آنرا با عسل مخلوط كرده و استفاده كنيد . - مضرات : همانطور كه گفته شد مصرف زياد ماميران كبير توليد مسموميت مي كند و حتي استفاده زياد آن بصورت له شده روي رخم ها نيز همين خطر را درد زيرا از راه پوست جذب بدن مي شود . بنابراين بايد مصرف آن در حد گفته شده باشد و تحت نظر متخصص مصرف شود.

فندق

نام علمي : Corylus avellana - كليات گياه شناسي فندق درختچه اي است به ارتفاع تقريبا دو متر كه در نواحي مساعد تا ارتفاع 6متر نيز مي رسد . درخت فندق بومي اروپا و آسياي صغير استبرگهاي درخت فندق پهن و نوگ تيز با دو ريدف دندانه ، برنگ سبز و يا دمبرگي بطول تقريبا يك سانتيمتر مي باشد فندق داراي دو نوع گل نر و ماده است كه بصورت سنبله آويخته در پائيز ظاهر مي شود . فندق گرد 1/5-2/5 سانتيمتر است . داراي پوششي سبز رنگ بوده كه پس از خشك شدن تدريجا از آن جدا مي گردد.- تركيبات شيميايي:مغز فندق در حدود 60 درصد روغن درد كه برنگ زرد روشن بوده و داراي طعمي ملايم و بوي مطبوعي مي باشد . اين روغن بمصرف تغذيه عطر سازي و نقاشي مي رسد . مغز فندق داراي مقدر زيادي فسفر مي باشددر صد گرم مغز فندق مواد زير موجود است : انرژي 625 كالريآب 5/8 گرم پروتئين 12/5 گرم مواد نشاسته اي 15 گرم مواد چرب 60 گرمكلسيم 200 ميلي گرم فسفر 320 ميلي گرم آهن3/5ميلي گرم سديم 2 ميلي گرم پتاسيم700 ميلي گرم ويتامين ب 1 0/5 ميلي گرمويتامين ب 3 1 ميلي گرم - خواص داروئي:فندق از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است . برگ و شكوفه گل وپ وست آن (مخصوصا پوست ريشه آن )قابض است 1)فندق بدليل اينكه داراي مقدر كمي مواد نشاسته اي است ضمنا داراي مواد معدني زيادي مانند كلسيم پتاسيم ، فسفر منيزيوم سديم و آهن مي باشد غذاي بسيار خوبي باي مبتلايان به بيماري قند است2)فندق غذاي مناسبي براي تقويت بدن و مخصوصا دوره نقاهت است . 3)فندق مقوي روده ها و معده است .4)فندق سموم را از بدن خارج مي سازد 5)فندق فشار خون را بالا مي برد 6)خانم هائيكه در بين دو عادت ماهانه خونريزي دارند براي درمان آن بايد جوشانده پوست فندق بخورند . 7)روغن فندق براي از بين بردن سرفه و درد سينه مفيد است . 8)روغن فندق براي كبد نافع است 9)براي جلوگيري از ريزش مو پوست فندق راب سوزانيد و خاكستر آنرا با پيه خوك مخلوط كرده و قسمت هايي را كه مو ريخته با آن ماساژ دهيد . 10)فندق بو داده مخلوط انيسون براي سوزش مجراي ادرار و تقويت نيروي جنسي مفيد است 11)آنهائيكه كارهاي فكري مي كنند بايد فندق بخورند زيرا بدليل داشتن فسفر زياد مغز را تقويت مي كند. - مضرات :فندق اگر به مقدر كم خورده شود بهيچوجه مضر نيست ولي افراط در خوردن آن ايجاد نفخ و گاز شكم كرده و استفراغ توليد مي كند براي جلوگيري آنهائيكه سرد

مزاج هستند باید فندق را با آب و عسل خورده و گرم مزاجان با سکنجبین بخورند .

دم اسب

نام علمي : Equisetum Arvense - كليات گياه شناسي دم اسب گياهي است كه از 270 ميليون سال پيش در روي زمين وجود داشته است و بعنوان گياه داروئي در اروپا و چين بكار رفته است . دم اسب چون داراي مقدر زيادي سيليس مي باشد بنامس يليس Silica نيز معوف است . دم اسب دو نوع ساقه هوايي درد .ساقه اي كه برنگ قرمز است و د راوائل بهار ظاهر مي شود و ديگري ساقه نازا كه برنگ سبز بوده و بعد از آن رشد مي كند و مصرف طبي درد . دم اسب در كشورهاي اروپا ، آسيا و ارتفاعات هيماليا و شمال ايران بطور خودرو مي رويد. - تركيبات شيميايي:گياه دم اسب داراي اسيد سال سيليك ، اسيد ليوئيك اسيد مالك اسيد اگزاليك ، اكويس تونين ، اسيد اكويس تيك ، دي متيل سولفون ، اكوتي نيك ، يك ماده تلخ ، يك ماده رزيني ، چربي ، ساپونين و همچنين داراي مقدرزيادي (در حدود 70%) سيليس مي باشد آزمايشات متعدد نشان مي دهد كه دم اسب مقدر بسيار كمي طلا نيز دارد . - خواص داروئي: 1- برا ي رفع گلو درد و روم گلو جوشانده دم اسب را غرغره كنيد . 2-كمپرس آن براي برطرف كردن دردهاي آرتروز و روم مفاصل مفيد است . 3-براي درمان التهاب چشم چشمان خود را با جوشانده دم اسب بشوئيد . 4-ضرب خوردگي قسمت هيا بدن را با كمپرس دم اسب التيام دهيد . - طرز استفاده: دم كرده : يك قاشق مربا خوري از گياه خشك را در يك ليوان آب جوش ريخته و براي مدت 10 دقيقه دم كنيد . جوشانده : مقدر 100-80 گرم گياه خشك را در يك ليتر آب جوش ريخته و بگذاريد براي مدت نيمساعت بجوشد سپس آنرا صاف كرده و بمقدر يك فنجان قبل از هر غذا بنوشيد . شراب دم اسب : 30 گرم گياه خشك را در يك ليتر شراب سفيد ريخته و بمدت دو هفته بگذاريد بماند البته هر روز آنرا تكان دهيد پس از اين مدت آنرا صاف كرده و در شيشه دربست نگهدري كنيد . مقدر مصرف آن يك ليوان صيح ناشتا مي باشد . و معمولا براي بند آوردن خونريزي استفاده مي شود . از اين شراب براي شستشوي زخم ها نيز مي توان استفاده كرد . گرد دم اسب : گياه خشك شده را در آسياب برقي بريزيد تا بصور پودر داراييد . مقدر مصرف پودر يك گرم قبل زا هر غذا است . - مضرات :اين گياه را نبايد اطفال خردسال و زنان حامله مصرف كنند مقدر مصرف زياد آن ينز ممكن است باعث ناراحتي معده و اختلال در دستگاه هضم و اسهال شود .

# گیاه زوفا

نام علمي : Hyssopus Officinalis - كليات گياه شناسي زوفا درختچه اي است پايا با ساقه هاي منشعب كه ارتفاع آن تا 60 سانتيمتر مي رسد اين گياه بحالت خودرو در نواحي جنوب اروپا، ايران ، هند ،تركيه و شوروي مي رويد . برگهاي آن كوچك، خط در ، نوك تيز و سبزرنگ است كه بسيار معطر مي باشد .گلهاي آن آبي و گاهي سفيد اند كه در انتهاي ساقه ظاهر مي شود . - تركيبات شيميايي: برگهاي زوفا داراي طعمي تند و مطبوع مي باشد . ماده اي شيميايي كه در آن وجود دارد بنام هيسوپين معروف است . در زوفا همچنين حدود ي درصد اسانس وجود دارد . - خواص داروئي:زوفا از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است 1)سرفه و ناراحتي هاي ريوي را برطرف مي كند . 2)نرم كننده سينه است 3)خلط آور است 4)معده را تقويت مي كند 5)نفخ شكم را برطرف مي كند 6)ادرار آور است 7)داروي مفيدي براي مداواي آسم است 8)اشتها را زياد مي كند 9)براي رفع كم خوني مفيد است 10)افسردگي را برطرف مي كند 11)براي درمان صرع مفيد است12)براي التيام زخم برگهاي زوفا را له كرده و روي زخم بگذاريد13)براي درمان تب خال مفيد است و كسانيكه تب خال مي زنند بايد از دم كرده زوفا استفاده كنند . 14)در قديم از زوفا براي سقط جنين استفاده مي كردند . 15)درد شكستگي را مي توان با كمپرس زوفا آرام كرد. - طرز استفاده: دم كرده : مقدار 0 5گرم برگ وشاخه هاي گلدار زوفا را در يك ليتر آب جوش ريخته و بمدت 15 دقيقه دم كنيد . مقدر مصرف اين دم كرده يك فنجان سه بار در روز است . جوشانده : مقدار 50 گرم برگ و سرشاخه هاي گلدار زوفا را در يك ليتر آبجوش ودر كرده و بمدت نيمساعت بگذاريد بآرامي بجوشد اين جوشانده را براي كمپرس استفاده كنيد . تنطور زوفا : اين تنطور را مي توانيد از فروشگاههاي گياهان دارويي و يا برخي از داروخانه ها خريدري كنيد . مقدر مصرف آن5-10 قطره سه بار در روز مخلوط با آب است . - مضرات :مصرف بيش از اندازه اين گياه براي كبد مضر است و همچنين چون اثر سقط جنين درد بنبراين زنان حامله بايد از خوردن آن پرهيز كنند .

عناب

نام علمي Zizyphus jujuba Mill - كليات گياه شناسي عناب درختي است كه ارتفاع آن تا 8 متر مي رسد نوعي از اين درخت مستقيم و باريك است و نوعي ديگر بصورت كج و معوج بالا مي رود . عناب بومي مناطق گرمسير است كشت آن در شمال آفريقا ،جنوب اروپا و نواحي مديترانه رواج دارد . برگهاي اين درخت كوچك ، زيبا ، شفاف متناوب و دندانه دار است . گلهاي آن كوچك و برنگ سبز مايل به زرد مي باشد. ميوه اين درخت كه عناب ناميده مي شود برنگ قرمز و بشكل تخم مرغ وداراي يك هسته است . طعم عناب كمي شيرين است - تركيبات شيميايي:عناب داراي لعاب فراوان ف حدود 5% مواد پروتئيني ، 4%مواد قندي و مقدر زيادي ويتامين C و املاح مي باشد. در عصاره آبي چوب عناب اسيد زي زي فيك و اسيد زي زي فوماتيك وجود دارد. - خواص داروئي:عناب از نظر طب قديم ايران معتدل است . البته ابو علي سينا اعتقاد داشت كه عناب كمي سرد است .1)عناب بدليل داشتن لعاب زياد نرم كننده سينه است 2)ملين است مخصوصا اگر آنرا با آب و يا شير بجوشانيد 3)ادرار را زياد مي كند4)عناب آرام كننده اعصاب است 5)خون را تميز مي كند 6)ضد سرفه است7)خواب آور است و بيخوابي را برطرف مي كند 8)جوشانده پوست درخت عناب داروي ضد اسهال است 9)آسم وتنگي نفس را برطرف مي كند10)براي معالجه و التيام زخمهاي كهنه گرد ريشه خشك شده عناب را روي آنها بپاشيد . 11)هسته عناب خواب آرو است 12)خستگي شديد را برطرف مي كند13)رشد موي سر را زياد مي كند 14)جوشانده عناب گرفتگي صدا را برطرف مي كند 15)جوشانده عناب براي سرفه و درد سينه مفيد است 16)براي برطرف كردن ورم چشم ، عناب را به چشم بماليد 17)دستگاه هاضمه را تقويت مي كند 18)حافظه را تقويت مي كند19)كم اشتهايي را برطرف مي كند20)هرگاه كه احساس غمگيني كرده و گريه مي كنيد يك فنجان دم كرده عناب لبخند به لبهاي شما مي آرود21)و بالاخره براي درمان سرطان آب عناب را با كاهو بخوريد .- طرز استفاده: جوشانده عناب : 50 گرم عناب را در يك ليتر آب ريخته و بجوشانيد تا حجم آن دو سوم شود. جوشانده عناب و جو : 14 دانه عناب را با 25 گرم جو پوست كنده مخلوط كرده و در 2 ليتر آب ريخته و آنقدر بجوشانيد تا جو باصطلاح شكفته شود و 1/5ليتر آب باقي بماند . اين جوشانده را بگذاريد تا ته نشين شود . سپس روي آنرا برداريد و بنوشيد . خيس كرده عناب : تعداد 20 دانه عناب را با 30 دانه مويز دانه گرفته و 30 دانه سپستان و 17 گرم شاخه گلدار بنفشه در نيم ليتر آب خيس كنيد

و بگذاريد تا صبح بماند سپس آنرا صاف كرده و با 50 گرم شير خشت و 50 گرم ترنجبين مخلوط كنيد تا كاملا حل شود سپس قدري گلاب به آن اضافه كرده و بنوشيد . - مضرات :عناب در اشخاص سرد مزاج توليد گاز و نفخ مي كند . اينگونه اشخاص بايد عناب را با شكر و مويز بخورند . ضمنا عناب نيروي جنسي را كم مي كند بنابراين بايد با غذاهاي محرك مانند عسل خورده شود .

# لوبيا

نام علمي : Phasaeolous vulgaris- كليات گياه شناسي لوبيا گياهي است از تيره بقولات ، علفي وب الا رونده كه بدور درختان و گياهان ديگر مي پيچد . برگهاي آن سبز رنگ ، پهن ، بزرگ و نوك تيز است كه شامل سه برگچه بشكل قلب مي باشد . گلهاي آن سفيد مايل به زرد يا بنفش و ميوه آن باريك و غلاف مانند است كه دانه هاي لوبيا در آن قرار دارد .از پوست و دانه هاي لوبيا هنگاميكه لوبيا سبز است استفاده ميشود كه بنام لوبياي سبز معروف است ولي هنگاميكه پوست غلف سفت مي شود دانه هاي داخل آن بصورت لوبياي خشك كه برنگ قرمز يا سفيد مي باشد مورد استفاده غذايي قرار مي گيرد . - تركيبات شيميايي:در صد گرم لوبياي سبز مواد زير موجود است آب 92 گرم پروتئين1/6 گرمچربي 0/2 گرممواد نشاسته اي4/5 گرم سديم 4 ميلي گرم پتاسيم150 ميلي گرم كلسيم50 ميلي گرم فسفر 35 ميلي گرم آهن 0/6ميلي گرم ويتامين آ 540 واحد ويتامين ب 1 0/16 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/1 ميلي گرم ويتامين ب 30/5 ميلي گرم ويتامين ث15 ميلي گرم اينوزيت0/75 ميلي گرم ساكارز1/5 گرمدر صد گرم لوبياي خشك مواد زير موجود است آب 10 گرم پروتئين22 گرم چربي 1/5 گرمسديم15 ميلي گرم پتاسيم 1 گرم كلسيم 130 ميلي گرمفسفر420 ميلي گرم آهن7 ميلي گرم ويتامين آ 20 واحدويتامين ب 1 0/55 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/2 ميلي گرم ويتامين ب 3 2/4 ميلي گرم برگهاي لوبيداراي ماده اي بنام آلان توئين مي باشد . - خواص داروئي:لوبيا قرمز از نظر طب قديم ايران گرم و تر است و لوبياي سفيد معتدل است 1)ادرار آور است و حجم ادرار را زياد مي كند 2)درمان كننده بيماريهاي دستگاه ادراري است 3)سنگ كليه را برطرف مي كند4)سينه و ريه را نرم مي كند5)آب را از بدن خارج مي سازد 6)لوبياي سبز مقوي قلب است 7)نيروي جنسي را تحريك مي كند 8)قاعده آور است 9)كلسترول خون را پائين مي آورد 10)ضد سرطان است11)براي رفع بيماريهاي قلبي مفيد است 12)بدليل داشتن مقدرزيادي الياف روده ها را تميز مي كند13)فشار خون را پائين مي آورد14)يبوست را برطرف مي كند 15)در استعمال خارجي در لوبيا را خيمر كرده و روي زخمهاي اگزما بگذاريد تا آنها را التيام دهد . - طرز استفاده: جوشانده : مقدر 30 گرم لوبياي خشك را در يك ليتر آب جوش ريخته و بگذاريد ده دقيقه بجوشد سپس آنرا صاف كرده و يك فنجان قبل از هر غذا بنوشيد .لوبياي پخته : لوبيا را در آب ريخته و بجوشانيد تا كاملا پخته و نرم شود و بمقدر يك فنجان در روز بخوريد براي جلوگيري از نفخ

معده مي توان لوبيا را با خردل ، زيتون و آبليمو مصرف كرد . سوپ لوبيا : از نظر داشتن مواد پروتئيني و الياف بسيار مفيد است . سوپ لوبيا را با جعفري و گشنيز و هويج بپزيد . - مضرات :لوبيا بعلت داشتن پروتيئن براي شاخاصي كه مبتلا به بيماري نقرس بوده و اسيد اوريك خونشان بالاست مناسب نيست . ضمنا لوبيا بدليل اينكه گاز زيادي در معده و روده توليد مي كند بايد بمقدر كم استفاده شود و همچنين با طريقه پخت مناسب آنراقابل هضم كرد . بدين منظور بايد لوبيا را بعد از شستن در آب گرم ريخته و بمدت چند ساعت بگذاريد خيس بخورد سپس آب آنرا دور ريخته آب تازه روي آن بريزيد و بپزيد .

علف هفت بند

نام علمي : Polygonum aviculare- كليات گياه شناسي علف هفت بند گياهي است يكساله و داراي ساقه خوابيده كه طول آن به 50 سانتيمتر مي رسد . برگهاي آن ريز ، نوك تيز و گلهاي آن ريز و كوچك و برنگ صورتي است . اين گياه در اكثر نواحي آسيا اروپا و آفريقا و آمريكا مي رويد و در مقابل عوامل خارجي بسيار مقاوم است . بطوريكه حتي اگر لگدمال شود باز هم از بين نرفته است . علف هفت بند در چمنزارها كنار جاده ها ، اراضي متروك و خرابه ها مناطق سايه در و بين تخته سنگ ها مي رويد . اين گياه در اكثر نقاط ايران نيز وجود دارد - تركيبات شيميايي: علف هفت بند دريا اسيد پوگيلونيك ، اسيد اگزاليك ، آرابينوسيد ، اسانس ، مواد رزيني ، مواد قندي و موسيلاژ مي باشد- خواص داروئي:گياه هفت بند از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است 1) قابض است و براي رفع اسهال و اسهال خوني بكار مي رود 2)در بند آوردن خونريزي مفيد است3)آسم و برونشيت را درمان مي كند 4)تب را پائين مي آورد 5)براي برطرف كردن اگزما بكار مي رود6)ورم روده بزرگ را برطرف مي كند7)براي رفع ترشحات زنانه مفيد است 8)آنهائيكه به بيماري قند مبتلا هستند با استفاده از اين گياه مي توانند قند خون خود را كنترل كنند 9)سنگ كليه و مثانه را خارج مي سازد 10)براي رفع دردهاي معده مفيد است 11)براي درمان استسقاء مفيد است 12)در معالجه ميگرن موثر است13)درد سياتيك و درد كمر را برطرف مي كند14)نفخ را برطرف كرده و هضم غذا را تسهيل مي كند 15)تاول و سوختگي را با كمپرس اين گياه معالجه كنيد 16)براي تسكين دردهاي نقرس و رماتسم از كمپرس اين گياه استفاده كنيد 17)براي درمان زخم هاي چركي ، گرد اين گياه را روي زخم ها بريزيد - طرز استفاده: جوشانده : مقدر 30 گرم گياه خشك را در يك ليتر آب جوش ريخته و بمدت 10 دقيقه بگذاريد بجوشد سپس آنرا صاف كرده باشكر و يا عسل مخلوط كنيد . مقدر مصرف اين جوشانده يك فنجان سه بار در روز است .شراب : مقدر 40 گرم گياه خشك را در يك ليتر شراب ريخته و بگذاريد بآرامي بجوشد و سپس آنرا صاف كنيد . مقدر مصرف آن نصف فنجان سه بار در روز است . - مضرات :اين گياه محرك سلسله اعصاب بوده و ممكن است استفاده زياد از آن باعث تشنج شود

اسطوخودوس ( لاواندر )

نام علمي : Lavandula- كليات گياه شناسي اسطوخودوس در بيشتر نقاط دنيا بحالت خود مي رويد مخصوصا در جنوب فرانسه مناطق مديترانه و در تورنتو به مقدر زياد وجود دارد و بسته به شرايط ميط و خاك به انواع مختلفه ظاهر مي شود . اسطوخودوس گياهي است چندين ساله به ارتفاع حدود نيم متر با برگهاي متقابل ، باريك ، دراز سبز رنگ و پوشيده از كركهاي سفيد پنبه اي. گلهاي آن برنگ بنفش و بصورت سنبله مي باشد. قسمت مورد استفاده اين گياه ، گلها و سرشاخه هاي گلدار آن است . اسطوخودوس بوي بسيار مطبوعي درد . طعم آن تلخ است و بعلت بوي مطبوع آن در عطر سازي مصرف مي شود . اسانس اسطوخودوس كه از تقطير گل و سرشاخه هاي گلدار اين گياه بدست مي آيد مايعي است زردرنگ يا زرد مايل به سبز كه داراي بوي مطبوعي است . - تركيبات شيميايي: اسانس اسطوخودوس داراي حدود 40% استات لينالیل است همچنين در آن تركيباتي نظير اسيد بوتيريك ، اسيد پروپيونيك و اسيد والريك ، لينالول آزاد و ژرامبول وجود دارد . - خواص داروئي:اسطوخودوس از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است . 1)براي رفع خستگي و آرامش چند قطره روغن اسطوخودوس را در وان آب گرم ريخته و براي مدت يكربع ساعت در آن دراز بكشيد . 2)گرفتگي ها را باز مي كند . 3)مقوي معده است .4)ادرار آور مي باشد . 5)معرق است و تب را پائين مي آورد .6)صفرا بر بوده و كبد را بكار مي اندازد و بيماري هاي كبدي را برطرف مي كند . 7) ضد تشنج است . 8)براي تقويت عمومي بدن خوب است . 9)كرم هاي معده و روده را از بين مي برد . 10)بيماري هاي سينه و سرفه را برطرف مي كند . 11)در معالجه زكام موثر است .12)از آن مي توان بعنوان مسهل و تميز كننده استفاده كرد. 13)براي رفع بيماريهاي مجاري و ادرار مفيد است . 14)براي برطرف كردن رعشه و سرگيجه حدود 5 گرم از پودر آنرا با عسل مخلوط كرده و هر شب بخوريد . 15)براي رفع فراموشي و تقويت حافظه از دم كرده اسطوخودوس استفاده كنيد . 16)براي رفع بيخوابي يك قطره از روغن اسطوخودوس را روي يك تكه پنبه بچكانيد و آنرا داخل بالش خود قرار دهيد خواب مطبوعي براي شما مي آورد . 17)براي برطرف كردن غم و اندوه هر روز دم كرده اسطوخودوس بنوشيد . 18)اگر دست و پاي شما خواب مي رود از اين گياه استفاده كنيد . 19)براي پيشگيري از آب آوردن بدن دم كرده اسطوخودوس بنوشيد . 20)زردي را برطرف مي كند . 21)براي رفع حالت تهوع و سرگيجه مفيد است . 22)سردرد و

سردردهاي يكطرفه را درمان مي كند . 23)براي معالجه ضعف اعصاب مفيد است . 24)طپش قلب را از بين مي برد . 25) آسم را برطرف مي كند . 26)براي رفع ترشحات زنانه مي توانيد از اين گياه استفاده كنيد . 27)براي برطرف كرده سوء هاضمه يك قطره اسانس اسطوخودوس را در يك ليوان آب نيم گرم ريخته و يا يك فنجان از دم كرده آن را بنوشيد . 28)اسطوخودوس درمان كنده رماتيسم ، آرتروز و نقرس است . براي اين منظور كمپرس آنرا بر روي عضو مورد نظر بگذاريد و يا اينكه 2 قطره روغن آنرا با يك قاشق روغن بادام و يا روغن زيتون مخلوط كرده و عضو دردناك را با آن ماساژ دهيد . 29)زخم هاي كهنه را با ماليدن اسانس اسطوخودوس كه در الكل حل كرده ايد برطرف كنيد . 30)براي درمان بيماريهاي ريوي 2 تا 3 قطره روغن اسطوخودوس را با يك قاشق غذا خوري روغن بادام و يا روغن زيتون مخلوط كرده و سينه و پشت بيمار را ماساژ دهيد . 31) ماليدن پماد اسطوخودوس زخم ها را ضد عفوني كرده و التيام مي بخشد . 32)براي برطرف كردن بوهاي نامتناسب در منزل چند قطره روغن اسطوخودوس را در آب ريخته و بگذاريد به آرامي بجوشد عطر مطبوعي را در هوا پخش مي كند .33)براي رفع بيخوابي يك قاشق چايخوري پودر اسطوخودوس را با يك قاشق چايخوري پودر سنبل الطيب مخلوط كرده و در يك ليوان آبجوش ريخته و بمدت 10 دقيقه دم كنيد . اين دم كرده را يك ساعت قبل از رفتن برختخواب ميل كنيد تا بيخوابي شما برطرف شود . - طرز استفاده: 1) دم كرده اسطوخودوس : حدود 5 گرم سرشاخه گلدار و يا گل اين گياه را در يك ليتر آبجوش ريخته و بمدت 10 دقيقه دم كنيد . مقدر مصرف اين دم كرده 4-3 فنجان در روز است . 2)كمپرس اسطوخودوس : 30 گرم گل و يا سرشاخه گلدار اين گياه را با يك ليتر آبجوش مخلوط كرده و بمدت 10 دقيقه دم كنيد . 3)اسانس و روغن اسطوخودوس را مي توانيد از فروشگاههاي گياهان دارويي و يا برخي از داروخانه ها تهيه كنيد براي مصرف يك قطره از آنرا با يك قاشق روغن بادام و يا روغن زيتون مخلوط كرده و براي ماساژ استفاده كنيد . و يا يك قطره آنرا روي يك حبه قند و يا يك قاشق عسل مخلوط كرده بخوريد . - مضرات :اسطوخودوس گياهي است بي ضرر كه همه مي توانند از آن استفاده كنند . فقط براي اشخاص صفراوي مزاج خوب نست و باعث آشفتگي مي شود . اينگونه اشخاص بايد آنرا با سكنجبين يا كتيرا بخورند .

# ليمو ترش

نام علمي : Citrus limon - كليات گياه شناسي حتما شنيده ايد كه گفته اند سيب سلطان ميوه هاست ولي اگر خواص ليمو ترش را براي شما بشماريم مطمئنا قبول خواهيد كرد كه سلطان ميوه ها ليمو ترش است . - خواص داروئي:ليمو ترش بعلت داشتن خواص اسيدي ضد عفوني كننده قوي است . حتي اگر در مسافرتها به آب آشاميدني مشكوك هستيد و مي ترسيد از آن بنوشيد كافي است چند قطره آب ليمو ترش را در آن بريزيد . آب ر ا كاملا استرليزه كرده و ميكربهاي موجود در آب را از بين مي برد كسانيكه مي خواهند خود را لاغر كنند اگر صبح ناشتا آب ليمو ترش را با يك ليوان آب مخلوط كنند و مقدر كمي عسل بآن اضافه نمايند و آنرا بنوشند تا ظهر گرسنه نخواهند شد و بدين ترتيب از شر چربيهاي اضافي راحت خواهند شد . بهترين كلسيم آن است كه از پوست تخم مرغ و آب ليمو تهيه مي كنند . براي تهيه كلسيم طبيعي يك تخم مرغ را تميز شسته و در يك ليوان بگذاريد و روي آن آ يك لسمو ترش را بريزيد و آنرا مدن دو سه ساعت در جاي خنكي بگذاريد سپس تخم مرغ را در آورده و آب ليمو را كه داراي مقدر زيادي كلسيم است مي توانيد روي سالاد ريخته و يا با عسل يا شكر شيين كرده بنوشيد از تخم مرغ هم كه پوست آن نرم شده مي توانيد هنوز استفاده كنيد . براي گلو درد بهترين دارو ليمو ترش است . يك قاشق چايخوري آب ليمو ترش را در آب نيم گرم بريزيد و با آن غرغره كنيد ورم گلو و گلو درد را بررطف خواهد كرد . براي گرفتگي بيني و زكام كافي است چند قطرع آب ليمو را با يك قاشق چايخوري آب مخلوط كرده و در بيني بچكانيد . براي رفع كم معده و روده بايد يك ليمو ترش را با پوست و هسته له كنيد و آنرا با يك ليوان آب سرد و يك قاشق عسل مخلوط كده و بمدت يك ساعت قبل از خواب نوشيد . براي جلوگيري از خونريزي بيني كافي است كه يك تكه پنبه را آغشته به آ ب ليمو كرده و در سوراخ بيني بگذاريد خون دماغ را برطرف خواهد كرد . اگر در صورت شما لكه و جوش قرمز رنگ وجود دارد درمان آن با آب ليمو و نمك است . بدين ترتيب كه در مقدري آب ليمو نمك بزنيد و آنرا با پنبه روي صورت خود بماليد لكه ها و جشوها را برطرف مي كند .بهترين دارو براي پوست دست شما مخلوط گليسيرين و آ ب ليمو است . آب ليمو و گليسرين را به نسبت مساوي مخلوط كنيد و بدستهاي خود مباليد ببينيد كه چقدر پوست دستها صاف مي شود . در زمستان براي جلوگيري از سرما زدگي دستهاي خود را با آ ب ليمو ماساژ دهيد . خوردن آب ليمو سنگهاي كليه را نيز دفع مي كند. - مضرات : مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .

عدس

نام علمي : Lens culinaris medic - كليات گياه شناسي عدس يكي از حبوبات است كه از قديم الايام در اكثر نقاط دنيا كشت مي شده است . گيه شناسان اعتقاد دارند كه عدس حتي قبل از تاريخ نيز وجود داشته است . عدس از نظر مقدر پروتئين بسيار غي است و دربين گياهان فقط لوبياي سويا بيشتر از عدس پروتئين دارد .عدس گياهي است يكساله كه ارتفاع آن بيش از 30 سانتيمتر نيست . برگهاي آن داراي 6 تا 14 برگچه مي باشد كه در انتهاي آن پيچك قرار درد . گلهاي عدس رنگ سفيد و داراي رگه هايي به رنگ بنفش است . ميوه آن غلاف كوچكي است و معمولا در هر غلاف 1 تا 3 عدس وجود دارد . عدس دو نوع است : 1)عدس رسمي كه دانه آن گرد و سنبتا درشت است و رنگ آن سبز مايل به زرد است . 2)عدس ريز يا عدس قرمز كه دانه هاي آن ريز و به رنگ قرمز مي باشد . - تركيبات شيميايي:عدس منبع غني پروتئين و ويتامين هاي گروه B مي باشد . مواد موجود در 100 گرم عدس بقرار زير است : انرژي 340 كالريپروتئين 25 گرمچربي 1 گرم مواد نشاسته اي60 گرمكلسيم80 ميلي گرم فسفر 380 ميلي گرم آهن 7 ميلي گرم پتاسيم 8 ميلي گرم ويتامين آ 600 واحد بين المللي ويتامين ب 1 0/4 ميلي گرمويتامين ب2 0/2 ميلي گرمويتامين ب 3 2 ميلي گرم آرسنيك 1 ميلي گرم - خواص داروئي:عدس از نظر طب قديم ايران معتدل و خشك است و مانند ديگر گياهان پوست و دانه آن داراي اثرات متضاد يكديگر مي باشد . يعني پوست عدس گرم و خود عدس قابض است . بعبارت ديگر پوست آن ملين و مغز آن ضد اسهال مي باشد . عدس يك غذاي كامل است و انرژي لازم را براي كارهاي بدني براي انسان تامين مي كند .عدس داراي خواص زير است1)عدس زياد كننده ترشحات شير است و مادران شيدره حتما بايد از آن استفاده كنند .2)عدس را در كنيد و روي پوست ملتهب بگذاريد التهاب را برطرف مي كند . 3)براي درمان زخم هاي دهان و گلو و ديفتري عدس را پخته و آب آنرا غرغره كنيد . 4)براي تقويت معده و برطرف كردن گاز معده عدس پخته را با سركه ميل كنيد . 5)آش عدس با روغن بادام براي دوران نقاهت بهترين غذاست. 6)پماد در عدس با سركه براي ترك دست و پا كه بعلت سرما عارض شده سودمند است .7)عدس را مي توان بعنوان مسهل هم مصرف كرد چون داراي لعاب زيادي است كه در درمان ناراحتي هاي روده نيز موثر است . 8)عدس پخته را بعنوان مرهم براي زخم نيز مي توان بكار برد .- مضرات :عدس با تمام مزاياي كه درد نبايد زياد مصرف شود و در خوردن آن اسراف گردد زيرا اولا دير هضم است و توليد نفخ مي كند ثانيا

قابض است و جريان خون را در رگها آهسته مي كند . البته مي توان براي جلوگيري از اين عوارض عدس را با روغن كنجد و يا روغن بادام و با سركه خورد . ضمنا عدس بعلت داشتن ميكروپروتئين براي افراديكه ناراحتي كليه مخصوصا تقويت كليه دارند زيانبخش است .

# کاهو

نام علمي lactuca sativa - كليات گياه شناسي كاهو يكي از قديميترين سبزيجات دنيا است منشاء آن در هندوستان وآسياي مركزي مي باشد . كاهو طبق مداركي كه بدست آمده از شش قرن قبل از ميلاد در ايران مصرف مي شده است و يك قرن قبل از ميلاد به روم راه يافته و غذاي مهمي براي روميان بوده است . كريستف كلمب تخم كاهو را به دنياي جديد برد بطوريكه از اوائل قرن پانزدهم ميلادي كاهو در هائيتي و باهاما كشت مي شده است . كاهو گياهي است يكساله كه داراي برگهاي پهن و دراز و سبز روش مي باشد و با طعم كمي شيرين .انواع مختلف كاهو كه در حال حاضر در آمريكا كشت مي شود حدود 16 نوع مي باشد كه در تمام طول سال وجود دارد رويهمرفته دو دسته كاهو وجود دارد : 1-كاهوي پرورشي و اهلي كه در سالاد استفاده مي شود كه كاهوي گرد Head Lettuce و كاهوي ايراني Romano Lettuce از انواع مهم آن است . 2-كاهوي وحشي يا كاهوي خودروكاهوي ايراني از نظر مواد غذايي از كاهوي گرد بهتر است . كاهوي گرد ارزش غذايي چنداني ندارد زيرا داراي مقدر زيادي الياف است كه توليد گاز و نفخ در معده مي كند . - تركيبات شيميايي:در صد گرم كاهوي ايراني مواد زير موجود است :آب 94 گرم انرژي 18 كالريپروتئين1/2 گرممواد‌نشاسته اي0/1 گرمكلسيم65 ميلي گرم فسفر 25 ميلي گرم آهن 1/5 ميلي گرم چربي0/2 گرم كلسيم 18 ميلي گرم سديم 10 ميلي گرم پتاسيم 250 ميلي گرم ويتامين آ500 واحدويتامين ب 1 0/5 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/08 ميلي گرم ويتامين ب 3 0/4 ميلي گرم ويتامين ث 10 ميلي گرم ارسنيك0/02 ميلي گرم اسيد اگزاليك0/003 ميلي گرم كاهو ضمنا داراي مواد معدني مانند نيكل ، كبالت ، سولفور و مس مي باشد مواد شيميايي كاهو عبارتند از : لاكتوكاروم Lactucarum ( كه ماده اي است مخدر ) موم ، رزين ، ماليك اسيد و سوكسي نيك اسيد ، لاكتوم كاروم خواب آور و مسكن است . از لاكتوم كاروم بعنوان داروي خواب آور و مسكن و نيز در چشم پزشكي براي گشاد كردن مردمك چشم استفاده ميشود . از كاهو همچنين ماده اي بنام تريداس Thridace گرفته مي شود كه مسكن و ضد درد است . براي تهيه تريداس ساقه كاهو رسيده را تكه تكه كرده وشيره آنرا با فشار خارج مي سازند . اين شيره را سپس حرارت داده تا در اثر حرارت مواد آلوميني آن منعقد مي شود در نتيجه مايعي صاف بدست مي آيد . اين مايع را تحت درجه حرارت كم و در خلاء حرارت داده كه تريداس بدست مي آيد . اين مايع را مي توان خشك كرد و بصورت پودر درآورد . - خواص داروئي:-

خواص گیاه کاهو کاهو از نظر طب قدیم ایران سرد و مرطوب است1)کاهو تمیز کننده خون است 2)کاهو بعلت داشتن آهن خونساز است 3)ضد تورم است 4)کاهو خواب آور و آرام بخش است 5)کاهو براي ضعف اعصاب مفید است6) کاهو ملین و ادرار آور است 7)خوردن کاهو براي ماليخوليا مفید است 8)کاهو زخم هاي مجاري ادرار و مثانه را درمان مي کند 9)اگر کاهو را با سکنجبین و یا سرکه بخورند اشتها آور است 10)کاهو اثر ضد تشنج دارد 11)درد معده را تسکین مي دهد 12)کاهو قواي جنسي را تقویت مي کند 13)براي برطرف کردن درد سینه کاهو را بپزید و بخورید 14)زنان شیدره اگر مي خواهند که شیرشان زیاد شود باید کاهوي پخته بخورند 15)ورم غدد لنفاوي را برطرف مي کند- خواص تخم کاهو تخم کاهو از نظر طب قدیم ایران سرد و خشك است 1-تخم کاهو مخرب و خواب آور است 2-خوردن تخم کاهو زکام را برطرف مي کند 3-تخم کاهو براي درد سینه مفید است 4-خوردن تخم کاهو براي دستگاه ادراري نافع است و آنهائیکه قطره قطره ادرار مي کنند باید تخم کاهو بخورند ( در حدود 10 گرم روزانه ) تا این مرض برطرف شود . - مضرات :اگر در خوردن کاهو افراط نکنند این گیاه بهیچوجه مضر نیست زیاده روي در خوردن کاهو باعث کم شدن قدرت جنسي ، فراموشي و کم شدن حافظه ، ضعف دید چشم و نفخ شکم مي شود . براي برطرف کردن این عوارض مي توان کاهو را با نعناع ، کرفس و زیره میل کرد .

شيرين بيان Liquorice

نام علمي : Glycyrrhiza globra- كليات گياه شناسي شيرين بيان گياه بومي ناطق مديترانه است و در ايران در اكثر نقاط كشور مي روید . شيرين بيان گياهي است چند ساله و داراي ساقه اي بطول يك متر كه در نواحي معتدل تا ارتفاع دو متر مي رسد . برگهاي آن مركب از تعدادي برگچه هاي فدر و سبزرنگ مي باشد . گلهاي آن برنگ بنفش ، سفيد . زرد است ميوه آن مانند نيام و محتوي 5 تا 6 دانه مي باشد . ريشه شيرين بيان بطور خيلي عميق در زمين فرو مي رود . پوست ريشه قهوه اي سير وس ياه است . مغز ريشه زرد رنگ بوده و طعم آن بسته بانواع مختلف تغيير مي كند . مثلا شيرين بيان اسپانيا طعم ملايم درد در حاليكه شيرين بيان يونان داراي طعم تلخ است .- تركيبات شيميايي:ريشه شيرين بيان داراي گلوكز ساكاروز ، آسپاراژين ، مواد آلبوميدي رزين و كمي اسانس ميباشد . ماده اصلي كه باعث شيريني اين گياه است گليسيرين خوانده مي شود . در شيرين بيان ماده اي بنام لكوريتي جنني چالكون وجود دارد كه خاصيت دفع اسپاسم عضلات را دراست . - خواص داروئي:شيرين بيان از مظر طب قديم ايران معتدل است . شيرين بيان را بصورت قطعات كوچك به قطر 0/5 سانتيمتر و طول 1/5 سانتيمتر بفروش مي رسانند . 1)مهمترين خاصيت شرين بيان كه جديدا كشف شده است و در آلمان و اروپا و آمريكا ساتفاده مي شود درمان كننده زخم معده و سرطان معده است براي اين منظور شربت شيرين بيان را تهيه كرده و هر روز بمقدر يك قاشق غذا خوري قبل از غذا به مريض بدهيد و اگر اين عمل را تا 4 ماه تكرار كنيد شخص معالجه خواهد شد . 2)براي تقويت عمومي بدن مفيد است3)خوردن آن از پيري جلوگيري مي كند4)براي نرم كردن سينه موثر است 5)زخم ها و تاول هاي پوست را با چاي شيرين بيان شستشو دهيد تا زود خوب شود .6)ملين است و معمولا آنرا با گياهان ديگر مخلوط مي كنند كه انقباضات را كم مي كند 7)مدر و عرق آور است 8)براي برطرف كردن زخم و التهاب دهان ريشه شيرين بيان را بمكيد . 9)سرفه را برطرف مي كند 10)ورم معده را برطرف مي كند11)تنگي نفس را تسكين مي دهد12)براي درمان سوء هاضمه مفيد است 13)براي از بين بردن نفخ شكم مفيد است 14)چشم را تقويت كرده و رفع سردرد مي كند براي اين منظو از فرمول زيراستفاده كنيد : 2 گرم ريشه شيرين بيان را پودر كرده و با يك گرم شكر و يك گرم رازيانه مخلوط كنيد سپس آنرا در آب خيس كرده و هر روز بخوريد. 15)براي درمان موخوره چاي شيرين بيان را به سر بماليد .16)براي رفع بوي بد زير بغل و پا از برگ هاي شيرين بيان پماد

درست کرده و در این قسمت ها بگذارید . - طرز استفاده: دم کرده شیرین بیان : مقدر 50گرم ریشه بدون پوست شیرین بیان را آسیاب کرده و در يك ليتر آب جوش بريزيد و بگذاريد مدت 10 دقيقه دم بكشد . جوشانده شیرین بیان : 20 گرم ریشه شیرین بیان بدون پوست را آسیاب کرده و در 100 گرم آب ریخته و آنقدر بجوشانید که دو سوم آن باقي بماند .شربت شیرین بیان : ریشه شیرین بیان بدونپ وست را آسیاب کرده و با آب مخلوط کرده و آنقدر بجوشانید تا غلیظ شود تکه هاي شیرین بیان : مانند آب نبات مي توانيد در دهان گذاشته و بمكيد . - مضرات :استفاده زياد از شيرين بيان براي طحال مضر است و اگر مي خواهيد از شيرين بيان براي برطرف كردن بيماري و براي مدت طولاني استفاده كنيد بهتر است آنرا با كتيرا بخوريد .

# روناس

نام علمي : Rubia Tinctorum - كليات گياه شناسي گياهي است كه به حالت خودرو در مناطق مديترانه ، در شمال آفريقا و بعضي مناطق آسيا مي رويد . ساقه اين گياه پوشيده از خارهاي ريز مي باشد و ارتفاع آن تا حدود دو متر مي رسد . روناس با استفاده از خارهاي ريزي كه درد به ديوار و درختان مي چسبد و بالا مي رود . برگهاي آن بيضي ، نوك تيز و دراز وبده كه به صورت گروهي و به شكل چتر از كنار ساقه بيرون مي آيد . گلهاي روناس كوچك و به رنگ زرد مايل ه سبز مي باشد . ميوه آن گشوتي و به رنگ تيره است . ريشه آن به نام روناس معروف است به رنگ قرمز تيره و به صورت دراز ، باريك و استوانه اي مي باشد . داراي طعمي تلخ و گس بوده و قسمت مهم اين گياه از نظر طبي محسوب مي شود . از ريشه روناس در قديم براي رنگرزي پارچه و نخ استفاده مي شده است .- تركيبات شيميايي:ريشه روناس داراي ماده اي رنگي به نام آليزارين مي باشد كه براي رنگرزي بكار مي رفت ولي بعد از اينكه توانستند اين ماده را به طريقه شيميايي تهيه كنند كشت آن براي تهيه آليزارين متوقف گرديد . - خواص داروئي:روناس از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است . 1)باز كننده گرفتگي ها در بدن است 2)درا آور است و حبس البول را درمان مي كند .3)براي معالجه بيماري فلج آنرا با عسل مخلوط كرده و به بيمار بدهيد .4)ترشح شير راز ياد مي كند. 5)درد سياتيك را رفع مي كند. 6)يبوست هاي سخت را معالجه مي كند . 7)اشتها آور است. 8)قاعده آرو است . 9)خارش پوست را برطرف مي كند بدين منظور ميتوان از ضماد استفاده كرد و يا اينكه جوشانده آنرا در وان حمام بريزيد و مدتي در آن استراحت كنيد . 10)اوره خون را پائين مي آورد .11)جوش خوردن استخوان شكسته را تسريع مي كند . 12)تورم را در بدن از بين مي برد . 13 از كمپرس جوشانده روناس براي رفع بيماريهاي پوستي استفاده كنيد . - طرز استفاده: دم كرده : يك قاشق مربا خوري ريشه خرد شده روناس را در يك ليوان آب جوش ريخته . بگذاريد به مدت 10 دقيقه دم بكشد . مقدر مصرف آن نصف فنجان سه بار در روز است . جوشانده روناس : 10 گرم ريشه روناس را د يك ليتر آب ريخته و بگذاريد براي مدت ده دقيقه بجوشد . اين جوشيده را در وان حمام بريزيد و براي رفع بيماريهاي پوستي در آن استراحت كنيد . - مضرات :همانطور كه گفته شد روناس ترشح ادرار را زياد مي كند و فشار آنرا بالا مي برد بنابرين ممكن است در اثر استفاده زياد ايجاد خون در ادرار كند و در يانصورت بهتر است كه روناس با كتيرا خورده شود .

# انبه

نام علمي : Mangifera indica - كليات گياه شناسي انبه درختي است زيبا كه ارتفاع آن تا 10 متر مي رسد . منشا انبه هند و مالزي و برمه مي باشد ولي هم اكنون در تمام مناق استوايي و حاره كشت مي شود . انبه از 4000 سال پيش وجود داشته است . برگهاي اين درخت نيزه اي شكل ، گلهاي آن زرد يا قرمز رنگ و بصورت خوشه اي وجود دارد . ميوه آن كه انبه يا منگو ناميده مي شود بيضوي شكل و داراي طعمي مطبوع وشيرين بوده و داراي هسته اي نسبتا بزرگ است . انبه در اوائل ماه مي مي رسد و تا اوائل سپتامبر موجود است .- تركيبات شيميايي:انبه داراي موادي مانند اسيد بنزوئيك Benzoic Acid اسيد سيتريك Citric Acid و پيوري يلو دري Puri yellow Dye كه ماده زرد رنگي است مي باشد . انبه در حدود15% تانن دارد . هسته انبه داراي چربي زياد و نشاسته و اسيد گاليك Gallic Acid است . در صد گرم انبه مواد زير موجود است :انرژي 45 كالري آب 80 گرمنشاسته 12 گرمپروتئين0/5 گرمچربي 0/15 گرم كلسيم6 گرم فسفر 9 ميلي گرم آهن 0/15 ميلي گرم ويتامين آ 3500 واحد ويتامين ب 10/4 ميلي گرم ويتامين ب 20/35 ميلي گرمويتامين ب 30/6 ميلي گرم ويتامين ث 25 ميلي گرم - خواص داروئي:- خواص ميوه انبه انبه رسيده از نظر طب قديم ايران گرم و خشك و نارس آن سرد و خشك است . انبه نارس توليد كننده بلغم و سودا در بدن مي باشد . 1)انبه بسيار مقوي بوده و تقويت كننده بدن است .2)انبه تقويت كننده قواي جنسي است . 3)رنگ صورت را درخشان مي كند . 4)دهان را خوشبو مي كند .5)ادرار آور است . 6)يبوست را برطرف مي كند . 7)انبه داراي مقدر زيادي اسيد گاليك است. بنبراين سيستم هضم را ضد عفوني و تميز مي كند. 8)انبه تميز كننده خون مي باشد .9)خوردن انبه بوي بد بدن را از بين مي برد . 10)انبه حرارت بدن را كاهش مي دهد و تب را پائين مي آرود . 11)براي رفع اسهال مفيد است . 12)خوردن انبه ، سردرد ، تنگي نفس و سرفه را از بين مي برد .13)براي درمان بواسير مفيد است . 14)عطش را برطرف مي كند. 15)انبه چون گرم است براي گرم مزاجان مناسب نيست و اين اشخاص بايد آنرا با سكنجبين بخورند . - خواص مغز هسته انبه انبه داراي هسته بزرگي است كه در وسط آن مغز آن قرار درد كه بجاي مغز بادام مي توان از آن در شيريني جات استفاده كرد . مغز هسته انبه از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است . 1- خوردن مغز هسته اسهال را برطرف مي كند . 2- براي معالجه سرمخوردگي مصرف مي شود .3- سرفه هاي سخت را درمان مي كند . 4- درمان كننده بواسير خوني است .

5-خانم هائيكه دچر خونريزي از رحم مي باشند و يا بين دو عادت ماهيانه خونريزي دارند براي رفع آن بايد از مغز انبه استفاده كنند . 6- مغز هسته انبه كرم كش و ضد اسهال است . 7- براي تسكين آسم و تنگي نفس مفيد است .8- ضد استفراغ است .- ديگر خواص درخت انبه 1. گل انبه سرد و خشك است و اسهال را رفع مي كند .2. اگر شكوفه درخت انبه را خشك كرده و هر روز حدود 3 گرم آنرا با 10 گرم شكر بخورند سرعت انزال را معالجه مي كند . 3.صمغ درخت انبه را با روغن و آبليمو مخلوط كنيد براي ناراحتي هاي پوست مفيد است . 4.براي برطرف كردن ريزش مو ، آب برگهاي درخت انبه را روي سر بماليد . 5.براي تقويت دندان و لثه دم كرده برگ درخت انبه را مضمضه كنيد .- مضرات :هضم انبه براي بعضي از افراد سخت است و ممكن است ايجاد خارش و دمل نمائيد . اگر خون انبه ايجاد نفخ بكند بايد آنرا با زنجبيل خورد .

ختمي

نام علمي : Althaea officinalis- كليات گياه شناسي ختمي گياه بومي مناطق شرق مديترانه است .گياهي است علفي و چند ساله كه ارتفاع آن به حدود 2 متر مي رسد ساقه آن از كركهاي ريز كه به رنگ خاكستري مي باشد پوشيده شده است .برگهاي ختمي دندانه دار ، پهن و مانند قلب مي باشد . گلهاي آن درشت به رنگ سفيد مايل به قرمز يا ارغواني است كه بصورت دسته هاي سه تايي در اواخر تابستان ظاهر مي شود . ختمي به علت داتشن گلهاي زيبا به صورت گياه زينتي در باغچه ها كاشته مي شود . تمام قسمتهاي اين گياه استفاده طبي دارد . - تركيبات شيميايي:ختمي داراي لعاب و موسيلاژزيادي است .اين گياه داراي مواد نشاسته اي ، چربي ، اسانس آنتوسيانين Anthocyanin آل تئين Altheine ، داي اكسي بنزوئيك اسيد DIoxybenzoic Acid و سيانيدين Cyanidin مي باشد .- خواص داروئي:ختمي از نظر طب قديم ايران سرد و تر است و بطور كلي روي تمام اعضاي بدن مخصوصا روده ها ، ريه ها ، معده ، كليه ها و مثانه موثر است . - خواص گل ختمي 1)ملين و برطرف كننده يبوست است .2)بيماريهاي تنفسي را برطرف مي كند. 3)سرفه هاي خشك را از بين مي برد . 4)براي رفع گلو درد جوشانده گل ختمي را غرغره كنيد . 5)عادت ماهيانه را منظم مي كند .- خواص ريشه ختمي 1)ناراحتي هاي پوستي را برطرف مي كند و پوست را نرم مي سازد . 2)سرفه هاي خشك را از بين مي برد. 3)تب راپائين مي آرود . 4)اسهال خوني را شفا مي بخشد . 5)ادرار را زياد مي كند. 6)كمي ترشحات عادت ماهيانه را برطرف مي كند. 7)تورم را رفع مي كند. 8)ناراحتي هاي دستگاه ادراري را برطرف مي كند. 9)قند خون را تنظيم مي كند. - خواص برگ ختمي1-ضماد برگ ختمي در برطرف كردن دمل ها و ورم پستان و روم معده موثر است . 2-براي التيام شكستگي ها ، برگ ختمي را بصورت ضماد درآورده و روي محل شكستگي بگذاريد. 3-ضماد برگ ختمي در برطرف كردن درد سياتيك مفيد است .4-رعشه را برطرف مي كند. 5-ورم بناگوش را با ضماد برگ ختمي درمان كنيد. - طرز استفاده: 1- خيسانده ريشه ختمي : 10 گرم ريشه ختمي را پوست كنده و خرد كرده و در يك ليتر آب سرد خيس كنيد و پس از 8 ساعت آنرا صاف كرده و نگهدري كنيد اين مايع در رفع اسهال خوني بسيار موثر است . 2-دم كرده ختيم : در حدود 20 گرم ريشه ختمي را تميز كرده و خرد كنيد و آنرا در يك ليتر آب جوش بريزيد و بگذاريد بماند تا سرد شود سپس آنرا صاف كرده و با عسل مخلوط كنيد .3-دم كرده گل ختمي : 20 گرم گل خشك شده ختمي را در يك ليتر آب جوش بريزيد و

4- بگذارید بماند تا سرد شود سپس آنرا با قند یا عسل شیرین بکنید .
محلول شست وشوي چشم : نیم گرم گل خشك ختمي را در 150 گرم آب ریخته و به مدت 5 دقیقه بگذارید بجوشد سپس آنرا سرد کنید و 5 قطره الکل کامفه در آن بریزید. - مضرات :ختمي گیاه مفید و بي ضرري است فقط زنان باردار و مادرانش یدره باید از زیاد خوردن آن پرهیز کنند کسانیکه سرد مزاج هستند باید ختمي را با عسل بخورند .

# گزنه

نام علمي : Urtica dioica - كليات گياه شناسي گزنه گياهي است كه از دوران ماقبل تاريخ نيز وجود داشته و مردم آن زمان از آن براي تغذيه استفاده مي كردند و از خواص درماني آن اطلاع داشته اند . جالينوس حكيم كه در قرن دوم ميلادي زندگي مي كرده آنرا براي رفع سرماخوردگي و بيماير دستگاه تنفسي بكار مي برده است .گزنه گياهي است علفي و چند ساله كه ساقه آن چهار گوش بوده و بطور قائم تا ارتفاع يك متر بالا مي رو د. اين گياه در خرابه ها باغها و نقاط مرطوب كه چهارپايان از آن عبور مي كنند بحالت خودرو مي روي ريشه اين گياه خزنده بوده و در ناحيه اي كه سبز مي شود كم كم تمام منطقه را فرا مي گيرد . ساقه اين گياه را پرزها و تارهاي مخروطي شكل پوشانده كه در صورت لمس كردن ساقه بدست مي چسبد و پوست را مي گزد كه توليد خارش و سوزش مي كند و شايد بهمين دليل آنرا گزنه ناميده اند . تخم آن نرم ، ريز و تيره رنگ و مانند تخم كتان است قسمت مورد استفاده اين گياه برگهاي تازه ، ريشه ف شيره و دانه آن است . - تركيبات شيميايي:گزنه داراي تانن ، لسيتين اسيد فورميك ، نيترات پتاسيم و كلسيم ، تركيبات آهن درد ، ويتامين C و نوعي گلوكوزيد است كه پوست را قرمز مي كند از سرشاخه هاي اين گياه ماده قرمز رنگي بنام اورتي سين استخراج مي شود . - خواص داروئي:گزنه از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است 1) گزنه مو را تقويت كرده و از ريزش موي سر جلوگيري مي كند ، حتي در بعضي از مورد موي سر دوباره مي رويد . براي استفاده از اين خاصيت 6 گرم سر شاخه ها و برگها و ريشه گزنه را بتنهايي و يا با 30 گرم چاي كوهي در يك ليتر آبجوش ريخته و آنقدر بجوشانيد تا حجم مايع به نصف برسد . شبها مقدري از اين مايع را به سر بماليد و صبح بشوئيد . 2)براي برق شدن و جلا دادن به موها بعد از شستشوي سر موها را با چاي گزنه ماساژ دهيد . بدين منظور يك قاشق چايخوير بگ گزنه خشك را در يك ليوان آب جوش ريخته و مدت نيمساعت بگذاريد بماند . ماساژ دادن با اين چاي ، شوره سر را برطرف مي كند. 3)دستگاه هاضمه را تقويت مي كند 4)ادرار را زياد مي كند5)براي درمان بيماري قند مفيد است بدين منظور يك فنجان چاي گزنه را سه بار در روز ميل كنيد 6)ترشح شير را در زنان شيدره زياد مي كند 7)اخلاط خوني را برطرف مي كند 8)بيماريهاي پوستي را برطرف مي كند9)براي باز كردن عادت ماهيانه از دانه گزنه استفاده كنيد 10)در درمان كم خوني موثر است و تعداد گلبولهاي قرمز را زياد مي كند 11)اگر در ادرار خون وجود داشته باشد گزنه آنرا برطرف مي كند 12)گزنه عرق

آور است 13)پاك كننده اخلاط سينه ، ريه و معده است 14)نيروي جنسي را تقويت مي كند 15)گرفتيگ هاي كبدي را رفع مي كند16)براي از بين بردن زگيل ، ضماد برگهاي تازه آنرا روي زگيل بماليد .17)براي پاك كردن مثانه ، رفع عفونت مثانه و دفع سنگ از مثانه برگ گزنه را همراه با ريشه شيرين بيان دم كنيد و بنوشيد 18)براي التيام زخم ها و زخم هاي سرطاني از ضماد تخم گزنه مخلوط با عسل استفاده كنيد 19)براي برطرف كردن كهير از جوشانده گزنه بمقدر سر فنجام در روز بنوشيد 20)درد نقرس را كاهش مي دهد 21)براي برطرف كردن ناراحتي هاي زنانه قبل از عادت ماهيانه از چاي گزنه استفاده كنيد 22)ناراحتي هاي كليه را برطرف مي كند 23)ضماد آن درد عضلاني را برطرف مي كند 24)كرم معده و روده را مي كشد 25)درمان كننده بواسير است 26)براي برطرف كردن درد رماتيسم ، برگهاي تازه آنرا روي پوست بماليد . - طرز استفاده: 1- دم كرده گزنه : مقدار 40 گرم برگ گزنه را در يك ليتر آبجوش ريخته و به مدت 10 دقيقه دم كنيد . مقدر مصرف آن سه فنجان در روز بعد از غذاست . 2- جوشانده گزنه : مقدار 30 گرم گزنه را در يك ليتر آب ريخته و بمدت 10 دقيقه آنرا بجوشانيد . اين جوشانده براي تصفيه خون مفيد است . مقدر مصرف آن يك فنجان بين غذاها در روز است . 3-تنطور گزنه يك قسمت برگ گزنه را با پنج قسمت الكل 50 درجه طبي مخلوط كرده و در داخل شيشه در بسته بريزيد و بمدت 15 روز هر روز آنرا تكان دهيد بعد از اينمدت آنرا صاف كرده و در شيشه دربسته نگاهدري كنيد . مقدر مصرف آن 15-10 قطره سه بار در روز مي باشد .- مضرات :گزنه اگر بيش از حد استفاده شود ممكن است براي روده ها و كليه ها مضر باشد بنابراين بهتر است با صمغ عربي و كتيرا خورده شود . مقدر مصرف بيش از 10 گرم در روز ممكن است باعث بند آمدن ادرار شود . زنان باردار و كودكان بايد از مصرف آن خورددي كنند .

بلوط - گز علفي (شيره بلوط)

نام علمي : Quercus - كليات گياه شناسي بلوط درخت بومي در مناطق معتدله است و در ايران در جنگهاي كردستان لرستان و كهكلويه مي روید . ارتفاع اين درخت در بعضي نواحي تا 50 متر و قطر تنه آن به 3 متر نيز مي رسد . برگهاي درخت بلوط پنجه اي و مانند انگشتان دست مي باشد . ميوه درخت بلوط كه به نام بلوط معروف است مانند فندق بوده و در پياله اي جاي مي گيرد . - تركيبات شيميايي:پوست و برگ درخت بلوط داراي تانن ، قند ، اسيد گاليك ، اسيد ماليك ، كوئرسين Quercine ، موسيلاژ ، پكتين رزين و روغن است . - خواص داروئي:بلوط از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است - خواص ميوه بلوط ميوه بلوط از قديم الايام مورد مصرف بوده و از آن به عنوان غذا استفاده مي كرده اند . حتي اگر آنرا خشك و در كرده و با در گندم مخلوط مي كنند و از آن نان تهيه مي نمايند . مي توان بلوط را بوداده و سپس آنرا در كرده و از آن چائي تهيه كرد . مقدر مصرف آن يك قاشق چايخوري در يك ليوان آب جوش مي باشد . اين دم كرده را مي توان براي مورد زير بكار برد . 1- بواسير را برطرف مي كند . 2-اسهال ساده و اسهال خوني را رفع مي كند . 3-درد معده و گاز معده را برطرف مي كند . 4-براي رفع كم خوني موثر است . 5-نرمي استخوان را درمان مي كند . 6- براي تقويت عمومي بدن موثر است . 7- براي معالجه اسهال اطفال ، در بلوط را با كاكائو مخلوط كرده و دم كرده آنرا به اطفال ميدهند. - خواص درخت بلوط براي استفاده از پوست درخت بلوط يم توان آنرا در كرده و با عسل مخلوط كنيد و يا اينكه يك قاشق در آنرا در يك ليوان آبجوش ريخته و به مدت 10 دقيقه دم كنيد . 1- خونريزيها را متوقف مي سازد . 2-درمان كننده بواسير خوني است . 3-خاصيت ضد عفوني دارد . 4-ادرار را زياد مي كند . 5-ترشحات زنانه را از بين مي برد .- مصارف خارجي پوست درخت بلوط براي استفاده خارجي از جوشانده پوست درخت استفاده مي شود . بدين منظور بايد 15 گرم پوست درخت را در يك ليتر آب جوش ريخته و بگذاريد به آرامي بجوشد تا حجم آن به دو سوم تقليل يابد . از اين جوشانده مي توان بعنوان كمپرس استفاده كرد و يا آنرا در وان حمام ريخته ودر آن استراحت نمود . 1)خون مردگي را درمان مي كند . 2)اگزما را از بين مي برد. 3)براي درمان بيماريهاي پوستي در وان حمام كه در آن جوشانده پوست درخت بلوط را ريخته ايد به مدت يكربع ساعت استراحت كنيد .4)اگر واريس ديد اين قسمتها را با جوشانده پوست بلوط كمپرس كنيد . - گز علفي در اثر نيش زدن حشره اي مخصوص به برگ و يا شاخه هاي درخت بلوط ماده اي به بيرون تراوش

مي كند كه در اثر مجاورت با هوا سفت شده و به صورت دانه هايي به قطر 2 سانتيمتر بر روي ساقه و يا برگ ظاهر مي شود . براي استفاده از گز شاخه هاي درخت را تكان مي دهند تا دانه هاي گز به زمين بريزد . البته اين دانه ها مخلوط با برگ و پوسته درخت است كه بايد تميز شود . گز علفي از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است . براي استفاده طبي از گز علفي مي توان آنرا با عسل مخلوط كرد و يا جوشانده آنرا تهيه نمود .( 50 گرم در يك ليتر آب جوش ) - خواص گز علفي 1)قابض است . 2 ) خونريزيها را متوقف مي سازد .3)مقوي معده است .4)تقويت كننده دستگاه تنفسي است . 5)سينه را نرم و صدا را صاف مي كند . 6)سرفه ها را برطرف مي كند .7)تنگي نفس را درمان مي كند. 8)براي معالجه بواسير گز علفي را با عسل مخلوط كرده و بر روي بواسير بگذاريد . - مضرات : مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .

جو دوسر (يولاف)

نام علمي : Avena sativa- كليات گياه شناسي جو دوسر از قديم الايام توسط مردم ژرمن و اسلاو كشت ميشده است . گياهي است يكساله كه ارتفاع آن تا يك متر مي رسد ميوه آن خوشه اي و دراز و داراي غلافي دو سر مي باشد . جو دو سر دو نوع مي باشد كه بنام بهاره و پائيزه ناميده مي شود اين گياه علوفه خوبي براي حيوانات مخصوصا اسب است . - تركيبات شيميايي: جو دو سر داراي حدود 7% مواد چرب ، 14% مواد ازته و 60% مواد شناسته اي مي باشد . بعلاوه ارسنيك ف اسيد اگزاليك و يد نيز در آن وجود دارد . - خواص داروئي: جو دو سر از نظر طب قديم ايرا معتدل يعني نه سرد است و نه گرم . البته عده اي عقيده دارند كه اين گياه كمي خشك است . 1)جو دو سر طبق تحقيقاتي كه جديدا انجام گرفته در كاهش كلسترول خون اثر معجزه آسايي دارد . 2)مقوي اعصاب است . 3)ضد عفوني كننده بدن مي باشد. 4)تقويت كننده بدن مي باشد .5)ادرار آور و ملين است و يوست رابرطرف مي كند. 6)مقوي قلب و خون است . 7)تسكين دهنده درد است . 8)جوشانده جو دو سر در برطرف كردن بيماريهاي پوستي و اخلاط خوني نيز موثر است . 9)براي لاغر شدن هر روز جو دو سر بخورد . 10)اگزما را درمان مي كند .11)براي درمان زخ هايي كه يدر خوب مي شوند جو دو سر را در كرده و با شراب سفيد مخلوط كنيد و روي اين قبيل زخم ها بگذاريد . 12)و بالاخره اين گياه اثر ضد سرطان دارد . استفاده مدام اين گياه از سرطان جلوگيري مي كند. - مضرات : مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .

زيتون

نام علمي : Olea europaea- كليات گياه شناسي زيتون درختچه اي است به ارتفاع تقريبا سه متر ولي هنگاميكه در شرايط مساعد پرورش مي يابد ارتفاع آن حدود 12متر و قطر تنه اش به 3 متر ميرسد . چوب درخت زيتون بسيار سخت و مقاوم است . رنگ آن زرد است كه خطوطي قهوه اي رنگ در آن وجود دارد . از چوب زيتون براي تهيه اشياء چوبي ظريف استفاده مي شود . برگهاي آن سبز رنگ ، بيضوي و دراز و بوضع متقابل منشاء درخت زيتون احتمالا منطقه مديترانه بوده و از آنجا به نقاط ديگر دنيا راه يافته است .زيتون معمولا در اوائل تابستان شروع به گل دادن مي كند و ميوه آن كم كم ظاهر مي شود . در اواخر تابستان ميوه آن به ثمر مي رسد . در اين هنگام زيتون سبز است و بتدريج تبديل به بنفش و قهوه اي و سپس سياه مي شود بطوريكه در اواخر پائيز كه موقع برداشت ميوه است رنگ آن بكلي تيره است . - تركيبات شيميايي:زيتون رسيده در حدود 30 درصد روغن درد . اين روغن مخلوطي از اوليئك اسيد Oleic acid ، لينولئيك اسيد Linolenic acid و پال ميتيك اسيد Palmitic acid مي باشد .روغن زيتون مايعي است زلال برنگ زرد روشن مايل به سبز يا زرد طلايي براي استخراج روغن زيتون ميوه ها را له كرده و در داخل كيسه اي مي ريزند و سپس كيسه را تحت فشار قرار داده تا روغن آن خارج شود. البته از باقيمانده تفاله زيتون كه روغن آن گرفته شده تحت اثر آب جوش حرارات و فشار روغن زيتون معمولي را استخراج مي كنند كه ارزش روغن فشار اول را ندارد . زيتون داراي سديم ، ويتامين A و E و آهن مي باشد . - خواص داروئي:زيتون رسيده از نظر طب قديم ايران گرم و قابض است و ميوه نارس زيتون سرد و خشك است و روغن زيتون گرم و خشك است . برگ درخت زيتون نيز گرم و خشك مي باشد . 1)دم كرده برگ زيتون داروي خوبي براي پائين آوردن فشار خون مي باشد . بدين منظور بايد 20 عدد برگ زيتون را داخل 300 گرم آب ريخته و آنرا بمدت 15 دقيقه بجوشانيد . سپس كمي قند بآن اضافه كرده و بمقدر يك فنجان دوبار در روز از آن بنوشيد . بعد از دو هفته بايد بمدت 8 روز نوشيدن اين دم كرده را قطع كنيد و سپس ادامه دهيد . 2)روغن زيتون نرم كننده و صفرا بر است .3)روغن زيتون دفع كننده سنگ كيسه صفرا است براي اين منظور بايد آنرا با آبليمو مصرف كرد .4)روغن زيتون كرم كش است . 5)روغن زيتون براي رفع سرفه هاي خشك مفيد است . 6)براي رفع خارش گزيدگي حشرات ، روغن زيتون را به محل گزيدگي بماليد . 7)بدن بچه هايي را كه مبتلا به نرمي استخوان و كم خوني هستند با روغن زيتون

ماساژ دهيد اثر مفيدي دارد 8)براي رفع پيوره لثه ، روغن زيتون را بر روي لثه بماليد .9)براي برطرف كردن خراش و ترك پوست ، گليسيرين و روغن زيتون را به مقدار مساوي با هم مخلوط كرده و روي پوست بماليد . 10)دم كرده برگ درخت زيتون تب بر است . 11)جوشانده برگ درخت زيتون برطرف كننده نقرس و رماتيسم است . 12)براي سرباز كردن جوشها و كورك ها زيتون را له كرده و روي جوش يا كورك بماليد . 13)دم كرده و جوشانده پوست درخت زيتون تب بر و درمان كننده مالاريا است . 14)پماد ميوه نارس زيتون براي سوختگي مفيد است 15)جويدن برگ زيتون براي از بين بردن زخم هاي دهان مفيد است 16)براي رفع سستي فلج و لقوه و تقويت نيروي جنسي بايد 80 گرم روغن زيتون را با 14 گرم كندر و 16 گرم سياه دانه مخلوط كرده و بمدت سه روز از آن بخوريد 17)مصرف رون زيتون از امراض قلبي وس رطان جلوگيري مي كند . 18)و بالاخره روغن زيتون بهترين روغن براي پخت و پز مي باشد زيرا در اثر حرارات خراب نمي شود. - مضرات :روغن زيتون براي هيچ كس مضر نيست و همه افراد مي توانند از آن استفاده كنند فقط ميوه تازه و ياقوتي آن معده راسست مي كند و ممكن است توليد استفراغ كنند .

# پیاز

نام علمي : Allium cepa - كليات گياه شناسيپياز گياهي است دو ساله داراي برگهاي توخالي و استوانه اي شكل . ساقه پياز تا ارتفاع يك متر هم مي رسد كه آنهم استوانه اي و توخالي است . گلهاي پياز برنگ سفيد يا بنفش بصورت چتر در انتهاي ساقه ديده مي شود . پياز انواع مختلف درد مانند پياز سفيد پياز بنفش ، پياز قرمز و يا مخلوطي از قرمز و بنفش .پياز در حال حاضر در تمام مناطق دنيا كشت مي شود ولي گفته مي شود كه منشاء آن از ايران و افغانستان بوده است و از آنجا به ديگر نقاط دنيا راه يافته است . پياز از زمانهاي ماقبل تاريخ وجود داشته است . مردم مصر و كلده از آن در غذاهايشان استفاده مي كرده اند .مخصوصا در مصر پياز در مراسم مذهبي بكار مي رفته و احترام خاصي داشته است . يونانيان و روميان نيز آنرا مي شناخته و مصرف مي كرده اند - تركيبات شيميايي: پياز داراي تركيبات گوگردي ، قند ، كلسيم ، املاح سديم و پتاسيم ، يد ، سيليس ، آهن ، فسفر و يوتامينهاي A.B.C مي باشد . پياز داراي اسانس مخصوصي مي باشد كه در اثر پختن از بين مي رود . پياز خام فعاليت معده را زياد مي كند و در نتيجه ترشح اسيد كلريدريك را تشديد مي كند . بنابراين كسانيكه ناراحتي معده دارند ممكن است سوزش و درد در معده خود حس كنند . اينگونه اشخص بايد پياز پخته مصرف كنند كه ترشحات دشتكاه هاضمه را منظم كرده اشتها رازياد و دل درد و نفخ معده را درمان مي كند . - خواص داروئي: پياز از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است و داراي خواص بسياري است كه در يك مقاله نمي توان گنجانيد . 1-پياز ادرار آوري قوي است و خام و پخته آن هر دو اين اثر را دارند . 2-براي رفع گاز معده از تنتور پياز مي توان ساتفاده كرد . مقدر مصرف آن 10تا 15قطره است كه بايد در آ حل كرده و مصرف نمود .3-براي رفع دردهاي عصبي شربت پياز بهترين دارو است شربت پياز به اين صورت تهيه ميشود : 100 گرم پياز خام را با 400 گرم آب مخلوط كرده و بپزيد تا له شود سپس 400 گرم قند روي آن بريزيد و بگذاريد كه جوش بزند تا قند حل شود سپس آنرا صاف كنيد و در يخچال قرار دهيد . 4- همانوطر كه گفته شد پياز داراي انسولين گياهي است و استفاده از آنق ند خون را پائين مي آورد . بيماران مبتلا به مرض قند بايد حتما هر روزه از آن استفاده كنيد . 5- اگر پياز را له كنيد و در زير شكم شخصي كه مبتلا به احتباس ادراري است قرار دهدي ادرار را باز مي كند .6-پياز نيم پز براي سوختگي ها نيز موثر است . 7-پياز خام محرك قلب است . 8-پياز باكتري كش است . 9-پياز تقويت كننده و نرم كننده سينه است .براي اين منظور پياز را آب پز كرده

و بخورید .10-پیاز سنگ کلیه را خرد مي کند . 11- پیاز پخته ملین است . 12-براي رفع خارش چشم چند قطره آب پیاز را در چشم بچکانید . 13- براي درمان سنگيني گشو آب پیاز را در گوش بچکانید .14-ماسك پیاز روي صورت خون را بطرف صورت مي کشاند و رنگ صورت را درخشان مي کند . 15-پیاز چون گرم است براي کسانیکه طبع گرم دارند مضر است و اسراف در خوردن آن موجب فراموشي و سردرد مي شود .16-پیاز لثه ها را محکم مي کند . 17-پیاز کلسیم درد دندانها و استخوانها را تقویت مي کند و از نرمي استخوان جلوگیري مي کند 18-پیاز معالج عفونتهاي مجاري تنفسي از قبیل ورم گلو ، برنشیت ، گریپ و آسم مي باشد . 19-براي رفع سموم بدن پیاز توصیه مي شود . 20- براي آنکه پیاز زود هضم شود و آنهایي که معده حساس دارند بتوانند آنرا بخورند و از خواص آن ساتفاده کنند باید موقع پختن پیاز مقدایر شکر روي آن بریزید و این عمل هضم پیاز را آسان تر خواهد کرد .21- براي درمان اسهال از پوست پیاز استفاده کنید بدین صورت که پوست پیاز را بشوئید و در مقدري آب به مدت ده دقیقه بجوشانید ، سپس آنرا در داخل دستمالي ریخته و فشار دهید تا شیره آن گرفته شود . بعدا این شیره را با شکر شیرین کنید و روز ي چند فنجان از آن را بشوئید تا اسهال کاملا از بین برود . 22- اگر پشه یا زنبور شما را گزید فورا یك پیاز را بریده و روي محل گزیدگي بگذارید درد و خارش فورا ساکت مي شود .23- پیاز ترشي را براي از بین بردن یرقان و تقویت معده و روده و زیاد شدن استها مصرف مي کنند . 24-اگر از بوي پیاز ناراحت مي شوید مي توانید بعد از خوردن پیاز براي رفع بوي آن باقلا پخته و یا گردوي پخته و یا نان سوخته بخورید . 25-تخم پیاز گرم و خشك است و براي ازدیاد نیروي جنسي مصرف مي شود . 36-اگز از تخم پیاز پمادي درست کنید و روي سر ببندید از ریختن مو جلوگیري مي کند . 37-حتما شنیده اید که در قدیم براي اینکه کسي از اسرار علمي سر درنیآورد آنها را با مرکب نامرئي مي نوشتند و مرکب نامرئي چیزي غیر ازآب پیاز نیست . 38-در خاتمه براي اینکه بوي پیاز شما را ناراحت نکند و اشك از چشمان شما جاري نشود مي توانید پیاز را زیر آب شیر پوست بگیرید یا اینکه پیاز را در داخل ظرف بزرگ آب قرار دهید و درآب آنرا پوست بکنید . - مضرات : مضرات خاصي براي آن بیان نشده است .

پرتقال

نام علمي : Citrus sinensis- كليات گياه شناسيپرتقال درخت كوچكي است داراي برگهاي سبز و گلهاي سفيد پوست پرتقال نارنجي رنگ ، كمي ناصاف و يموه آن بسته بانواع مختلف شيرين و ترش ، زرد رنگ و يا قرمز مي باشد .پرتقال يكي از قديمي ترين ميوه هايي است كه بشر از آن استفاده مي كرده است و در حدود 500 سال قبل از ميلاد مسيح كنفوسيوس از آن نام برده است . در حال حاضر بيشتر از 200 نوع پرتقال در آمريكا كشت مي شود و آمريكا نصف كل محصول پرتقال دنيا را توليد مي كند . پرتقال اوليه ، كوچك ، تلخ و پر از هسته بوده است كه در اثر تربيت مهندسي ژنتيكي و همچنين انتخاب نوع بهتر و كود كافي درشت تر و شيرين تر شده است . پرتقال ابتدا از چين به هندوستان برده شده و سپس از آنجا به نقاط ديگردنيا راه يافت . - تركيبات شيميايي: پرتقال يكي از غني ترين منابع ويتامين C مي باشد . البته بايد دقت كرد كه ويتامين C در اثر سرما و رگماي زياد از بين مي رود . اسانسي كه از گلهاي پرتقال گرفته مي شود بنام روغن نرولي Neroli Oil معروف است كه داراي بوئي بسيار مطبوع بوده و خيلي گران است و در عطر سازي از آن استفاده مي شود . در 100 گرم پرتقال پوست كنده مواد زير موجود است : آب 86 گرم پروتئين1 گرم نشاسته 0/2 گرم كلسيم12 گرم فسفر 40 ميلي گرم آهن20 ميلي گرمسديم 0/4 ميلي گرم پتاسيم1 ميلي گرم ويتامين آ 200 ميلي گرم ويتامين ب 1 200 واحد ويتامين ب 2 0/1 واحد ويتامين ب 3 0/04 ميلي گرم ويتامين ث 50 ميلي گرمدر صد گرم پوست پرتقال مواد زير موجود است : آب 70 ميلي گرم پروتيئن 1/5 ميلي گرم مواد چربي0/2 ميلي گرم مواد نشاسته اي25 ميلي گرم كلسيم160 ميلي گرم فسفر 20 ميلي گرمآهن0/8 ميلي گرمسديم 3 ميلي گرم پتاسيم210 ميلي گرم ويتامين آ 420 واحد ويتامين ب 1 0/12 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/1 ميلي گرمويتامين ب 3 1 ميلي گرم ويتامين ث 135 ميلي گرم - خواص داروئي: موسسه مبارزه با بيماري سرطان آمريكا چندين سال پيش در اثر مطالعات زياد دريافت كه علت اينكه سرطان معده در آمريكا كمتر از نقاط ديگر است اين است كه مردم آمريكا در تمام مدت سال پرتقال مصرف مي كنند . البته شايد علت آن وجود ويتامين C در پرتقال است . 1)دانشمندان سوئدي كشف كرده اند كه خوردن پرتقال از سرطان لوزالمعده جلوگيري مي كند . 2)خوردن پرتقال كلسترول را پائين مي آورد . 3)پوست سفيد پرتقال و ورقه هاي نازك بين قسمت هاي داخل پرتقال بهترين دارو براي كاهش كلسترول خون است .4)اسانس پرتقال ضد

عفونت هاي ميكربي است . 5)پرتقال مقوي معده و ضد گاز معده است . 6)پرتقال ضد سم ، ادرار آور و نرم كننده سينه و ضد استفراغ است . 7)جوشانده برگهاي پرتقال براي شست وشوي ورم ها و كاهش درد مفيد است . 8)خوردن پرتقال ضد اسپاسم و آرام بخش است . 9)اسانس پرتقال را براي ضد عفوني كردن بكار مي برند . 10)پرتقال خون را تميز مي كند . 11)براي برطرف كرده چين و چروك صورت وشادابي آن قسمت خوراكي پرتقال را روي صورت بماليد و بعد از 15 دقيقه با آب بشوئيد . 12)از پرتقال براي كم كردن وزن مي توانيد استفاده كنيد . طرز استفاده بدين صورت است كه يك عدد پرتقال و 3 عدد ليموترش را پوست كنده و به قطعات كوچك تقسيم كنيد بعد آنرا داخل ديگي ريخته و بان نيم ليتر آب اضافه كنيد و بمدت 10 دقيقه بجوشانيد . سپس سه قاشق عسل بان اضافه كرده و مجددا بمدت 5 دقيقه بجوشانيد و آنرا صاف كنيد . از اين شربت 3فنجان در روز بنوشيد . تا زون شما بمقدر ايده آل داراید . 13)پرتقال گرچه اسيدي است ولي خاصي قليايي به بدن مي دهد و براي كسانيكه گوشت زياد مصرف مي كنند و بدنشان اسيدي شده است مفيد است .14)براي استفاده بيشتر از مواد غذاي پرتقال بهتر است كه پوست زردرنگ آنرا بگيريد و با پوست سفيد و پره هاي داخل آن بخوريد زيرا در پوست سفيد آن مواد معدني زيادي وجود دارد كه اثر اسيد موجود در پرتقال را خنثي مي كند . 15)خواص گفته شده فقط منحصربه پرتقال رسيده مي باشد وآب پرتقال موجود در فروشگاهها و سوپر ماركت ها اين خواص را ندارند . - مضرات : مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .

جعفري

نام علمي : Petroselinum sativum - كليات گياه شناسيجعفري گياهي است علفي ، دوساله و معطر كه ارتفاع آن تا 70 سانتيمتر مي رسد . برگهاي آن برنگ سبز تيره و داراي بريدگيهاي لوزي يا مثلث شكل با تقسيمات رفعي است .گلهاي جعفري كوچك برنگ مايل به سبز و به صورت چتر مي باشد ميوه آن كوچك به در ازاي 2 ميليمتر و به قطر يك ميليمتر و داراي بوئي معطر است - تركيبات شيميايي: از برگ و تخم جعفري بوسيله تقطير با بخار اسانسي گرفته مي شود كه سبيار معطر است و در غذاها بكار مي رود . اسانس برگ جعفري چون به مقدر بسيار كم بدست مي آيد گران است . اسانس تخم جعفري كمي بوي تلخ درد كه زياد مرغوب نيست . از 100 كيلوگرم تخم جعفري حدود 2 كيلوگرم اسانس بست مي آيد كه از آن در صنعت عطر سازي و كنسروسازي استفاده بعمل ميآيد .ريشه جعفري معطر طعم آن تقريبا مانند برگ آن است . در صد گرم برگ جعفري مواد زير موجود است : آب 85 گرمپروتئين 3/5 گرم مواد چرب 0/6 گرم مواد نشاسته اي 7 گرم كلسيم 200 ميلي گرم فسفر 65 ميلي گرمآهن 6/2 ميلي گرم سديم 25 ميلي گرمپتاسيم 725 ميلي گرم ويتامين آ 8500 واحد بين المللي ويتامين ب 1 0/12 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/25 ميلي گرمويتامين ب 3 1/2ميلي گرم ويتامين ث 170 ميلي گرم - خواص داروئي: - خواص تخم جعفري تخم جعفري از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است . 1)ضد نفخ شكم است . 2)شريان ها و رگ ها راتميز مي كند .3)ادرار آور و قاعده آور است . 4)براي درمان تب نوبه بكارمي رود .5)در قديم الايم براي سقط جنين شياف تخم جعفري را در داخل مهبل قرار مي دادند. - خواص ريشه جعفري1)ريشه جعفري اشتها آور است . 2)ادرار آور و قاعده آور است . 3)سنگ كليه را دفع مي كند . 4)براي درمان اسهال بايد 20 گرم ريشه جعفري را در يك ليتر آب دم كرده و تنقيه كنيد . 5)دم كرده ريشه جعفري براي درمان تنگي نفس بكار مي رود. 6)براي درمان سرخك مفيد است . - خواص برگ و ساقه جعفري 1- براي رفع لكه ها و جوش هاي صورت دم كرده جعفري را روي پوست صورت بماليد . 2-براي روشن شدن رنگ پوست مقدري جعفري را در نيم ليتر آب به مدت 5 دقيقه بجوشانيد و صبح وشب صورت خود را با آن بشوئيد بعد از يك هفته پوست صورت شما روشن مي شود. 3-دم كرده جعفري ضد تب است . 4-دم كرده برگ جعفري براي بواسير و سنگ كليه مفيد است . 5-خوردن چاي جعفري به هضم غذا كمك مي كند .6-بعد از خوردن سير براي برطرف كردن بوي

دهان جعفري بجويد.7-جعفزي نفس را خوشبو مي كند.8-براي درمان ضرب خوردگي و خون مدرگي له شده برگ و ساقه جعفري را روي عضو ضرب ديده بگذاريد . - مضرات : مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .

هلو

نام علمي : Amygdalus persica - كليات گياه شناسيدرخت هلو از قديم الايام در چين وجود داشته و از آنجا به نقاط ديگر جهان راه يافته است . در قرون وسطي از آن بصورت يك داروي گياهي استفاده مي شده است . برگ درخت هلو را براي بيماري صرع و سنگيني گوش ، پوست درخت هلو را براي رفع بوي بد دهان و مغز هسته آنرا براي رفع سردرد و اختلالات دستگاه هضم قرس و رفع بيماريهاي ادراري بكار مي رود . درخت هلو درختي است زيبا به بلندي تقريبا 5 متر كه داراي شاخه هاي زيادي مي باشدبرگهاي آن بيضي شكل و دراز وداراي كناره هاي اره اي است . گلهاي هلو زودرس هستند و قبل از باز شدن برگها ظاهر شده و منظره زيبايي به درخت مي دهد . گلهاي هلو برنگ صورتي ، قرمز يا سفيد مي باشد . يموه هلو گرد و برنگ طلايي و سرخ كه روي آنرا كركهاي زيادي پوشانده است مي باشد . هسته هلو بسيار سخت است و دارون آن مغز هسته قرار درد كه تلخ است . - تركيبات شيميايي:گل و مغز هسته هلو داراي اميگدالين مي باشد . برگها و شاخه هاي هلو داراي اميگدونيتريل و فلاوونول گليكوسيد است . مغز هسته سمي است و مصرف مدام آن موجب مسموميت مي شود از اين جهت براي معالجه امراض فقط مقدر كمي هسته هلو مصرف مي شود و آنهم بايد تحت نظر پزشك باشد. در هر صد گرم هلو مواد زير موجود است آب 88 گرمانرژي 35 كالري مواد نشاسته اي9 گرم كلسيم8 ميلي گرم پتاسيم200 ميلي گرم فسفر 17 ميلي گرم آهن0/5 ميلي گرمويتامين آ 1400 واحدويتامين ب 1 0/02 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/05ميلي گرمويتامين ب 3 1 ميلي گرمويتامين ث 7 ميلي گرم ضمنا هلو داراي منيزيوم و بروميوم نيز مي باشد . - خواص داروئي:هلو از نظر طب قديم ايران سرد و تر است و داراي خواص زير مي باشد : 1)هلو ملين است و باعث تسكين تشنگي مي شود 2)براي رفع بوي بد دهان هلو بخوريد 3)هلو در افراديكه گرم مزاج هستند باعث تقويت نيروي جنسي مي شود 4)روغن مغز هسته هلو براي درد گوش و گرفتگي مجراي گوش مفيد است 5)روغن مغز هسته هلو را به محل درد بواسير بماليد اثر خوبي دارد 6)براي برطرف كردن زخم هايي كه در بدن اطفال و پشت گوش آنها مي زند هسته هلو را در آتش بياندازيد تا بسوزد سپس مغز هسته را در آورده و له كنيد و بر محل زخم بماليد. 7)خانمهاي حامله اگر مي خواهند بچه زيبايي داشته باشند بايد هلو بخورند 8)مغز هسته هلو مسهل است و خون را تصفيه مي كند 9)مغز هسته هلو براي رماتيسم مفيد است 10)جوشانده برگهاي درخت هلو براي بيماريهاي پوست مفي

است پوست را با اين دم كرده بنوشيد 11)براي بيماريهاي مجاري ادرار ، سنگ كليه و ورم مثانه جوشانده برگهاي درخت هلو را تهيه كرده و يك فنجان در روز بخوريد .12)دم كرده برگ يا گل هلو براي رفع سياه سرفه استفاده مي شود 13)هلو را له كنيد و بصورت ضماد براي رفع دل پيچه بچه ها و دفع كرم روده روي شكم آنها قرار دهيد 14)برگ هلو و جعفري را با روغن زيتون مخلوط كرده و روي سوختگي و محل ضرب ديدگي بگذاريد 15)بهترين ماسك زيبايي را مي توانيد از هلو تهيه كنيد براي طراوت و جوان كردن پوست هلو را پوست كنده وله كنيد و روي پوست قرار داده و بگذاريد مدت 20 دقيقه بماند و پس از آن صورت را با اب معدني بشوئيد 16)براي برطرف كردن بواسير مغز هسته هلو را بصورت پماد درآورده و به مقعد بماليد17)جوشانده پوست درخت هلو اثر تب بر و ضد كرم دارد 18)خوردن هلو سموم را از بدن خارج مي كند 19)براي وزن كم كردن هلو بخوريد 20)كسانيكه زخم معده دارند و يا مبتلايان به ورم معده و يا روده بايد با شكم خالي هلو بخورند 21)هلو ميوه خوبي براي اشخاص مسن است مشروط براين كه با شكم خالي بخورند كه زود هضم شود . - مضرات :هلو براي اشخاص سرد مزاج مضر است آنها بايد هلو را با عسل و يا زنجبيل بخورند هضم هلو براي بعضي از اشخاص سخت است و نفخ ايجادمي كند . هميشه براي اينكه نفخ ايجاد نكند بايد آنرا اقلا نيم ساعت قبل از غذا خورد .

بادام زميني

نام علمي : Arachid - كليات گياه شناسيبادام زميني گياه بومي برزيل بوده و از آنجا به نقاط ديگر دنيا راه يافته است .آب و هواي گرم براي كشت اين گياه مناسب مي باشد . بادام زميني گياهي است يكساله داراي ساقه اي راست كه ارتفاع آن در حدود 30 سانتيمتر مي باشد . برگهاي آن مركب از دو زوج برگچه است گلهاي آن دو نوع متفاوت برنگ زرد مي باشد كه پس از تلقيح ، دم گل خم شده و به سطح خاك مي رسد و سپس بتدريج در خاك فرو رفته و ميوه در داخل خاك تشكيل مي شود . ميوه بادام زميني بطول تقريبي 4 سانتيمتر است و دريا پوسته شكننده برنگ خاكستري مايل به زرد مي باشد . بر روي پوسته يك تا سه برجستگي مشاهده مي شود كه هر يك محل دانه ها را نشان مي دهد .دانه بادام زميني تقريبا مانند فندق برنگ سفيد مايل به زرد بوده ولي تخم مرغي شكل است .پوسته نازكي دانه را پوشانده كه برنگ قرمز قهوه اي است .- تركيبات شيميايي: بادام زميني داراي موادي مانند آراشين Arachin ، كوناراشين Conarachin ، چربي ، پروتئين و ويتامين هاي مختلف است . در صد گرم بادام زميني بدون پوست مواد زير موجود است : آب6 گرمپروتئين 26 گرم چربي48 گرم مواد نشاسته اي 16 گرم كلسيم 600 ميلي گرم فسفر 400 ميلي گرم آهن 2 ميلي گرم سديم 5 ميلي گرم پتاسيم 670 ميلي گرم ويتامين ب 1 1 ميلي گرم ويتامين ب2 0/15 ميلي گرمويتامين ب 3 16 ميلي گرم بادام زميني بسته به محل كشت آن بين 40 تا 50 درصد روغن درد كه بنام روغن آراشيد معروف است . اين روغن از اسيدهاي چرب اشباع شده مانند اسيد استئاريك ، اسيد پالمتيك و اسيد هاي جرب اشباع نشده مانند اسيد لينوئكي تشكيل شده است . مقدر چربيهاي اشباع شده در روغن آراشيد تقريبا 30 درصد مي باشد . براي تهيه روغن آراشيد ابتدا پوسته آن را شكسته و دانه ها را جدا مي كنند . سپس پوسته نازك قرمز رنگ را نيز خارج كرده و دانه ها را در ماشين هاي مخصوصي خرد كرده و بصورت خميري در مي آورند و بعد آنرا در دستگاه فشار ريخته و بدون استفاده از حرارت روغن آنرا با فشار خارج مي كنند كه بنام روغن فشار اول معروف است . براي بدست آوردن روغن فشار دوم ، باقيمانده خمير فشار اول را ابتدا با آب مخلوط كرده و ميگذارند مدتي بماند و سپس در دستگاه فشار قرار داده و روغن فشار دوم را از آن تهيه مي كنند . از باقيمانده فشار دوم تحت اثر گرما روغني بدست مي آيد كه بنام روغن فشار سوم معروف است و فقط به مصرف صابون سازي مي رسد . روغن آراشيد داراي بو و طعمي ملايم و برنگ زرد روشن

مي باشد . - خواص داروئي: بادام زميني از نظر طب قديم ايران متعادل است . چون بادام زميني دري پروتئين مي باشد بنابراين از نظر غذايي بسيار مهم است .1-براي تقويت ريه و طحال مفيد است . 2-كلسترول خوب خون را بالا مي برد .3-درد معده را از بين مي برد . 4-نرم كننده سينه است .5-سرفه خشك را برطرف مي كند . 6-شير را در مادران شير ده زياد مي كند.7-ملين است .8-بسيار مقو ي است . 9-براي تقويت قواي دماغي مفيد است . 10-به هضم غذا كمك مي كند . - طرز استفاده: طرز تهيه كره بادام زميني Peanut butter 500 گرم بادام زميني پوست كنده رابا مقدري آب مخلوط كرده و بجوشانيد تا كمي پخته شود ( ولي له نشود ) سپس 400 گرم روغن نارگيل را بان اضافه كرده و در داخل مخلوط كن برقي ريخته تا كاملا بصورت كره در آيد . سپس كمي نمك به آن اضافه كنيد .كره بادام زميني را ميتوان بدون استفاده از روغن نارگيل هم تهيه كرد . كافي است كه بجاي روغن نارگيل آب اضافه كنيد . - مضرات : بادام زميني با اينكه غذاي بسيار مقوي و خوبي است بعلت اينكه داراي روغن هاي اشباع شده مي باشد كلسترول خون را بالا برده و باعث تصلب شرائين مي شود . بنبراين آنهائيكه داراي بيماري قلبي بوده و يا كلسترول خونشان بالا است بايد از خوردن آن خورددي كنند . اگر كره بادام زميني ميخريد دقت كنيد كه تازه و از كارخانه مطمئن باشد زيرا در بعضي مواد بادام زميني و يا كره آن در اثر عدم دقت در توليد ، آلوده به قارچ سمي افلاتوكسين Aflatoxin مي شود كه سرطان زا بوده و باعث سرطان كبد مي شود .

# گلابي

نام علمي : Pirus communis - كليات گياه شناسيگلابي درختي است كه بلندي آن به حدود 10 متر مي رسد و بيشتر در مناطق سردسير و كوهستاني مي ريود . اين درخت بومي مناطق جنوبي درياي خزر مي باشد . ريشه گلابي عميق است برگهاي آن صاف و دندانه دارمي باشدگلهاي گلابي سفيد رنگ مايل به صورتي و بصورت خوشه اي است . ميوه درخت گلابي مخروطي شكل ، گوشتدار ، شيرين و يا ترش و شيرين و برد است از تمام قسمتهاي گلابي مانند برگهاي جوان پوست وس اقه ميوه آن استفاده طبي بعمل مي آيد . - تركيبات شيميايي: برگهاي جوان درخت گلابي داراي موادي مانند تانن ، گلوكزيد و هيداروكسنون مي باشد . برگهاي خشك درخت گلابي داراي اسيد اورسوليك است دانه گلابي داراي ماده اي بنام آميگدالين و مقدري روغن مي باشد .در يك صد گرم گلابي مواد زير موجود است انرژي 55 كالري آب 83 گرم مواد نشاسته اي 12 گرمپروتئين0/6گرم كلسيم 10 ميلي گرم فسفر 12 ميلي گرم آهن 0/3 ميلي گرم ويتامين آ 20 واحد ويتامين ب 1 0/2 ميلي گرمويتامين ب 2 0/4 ميلي گرم ويتامين ب 3 0/1 ميلي گرمويتامين ث 0/3 ميلي گرم - خواص داروئي: - خواص ميوه گلابي گلابي از نظر طب قديم ايران گرم و تر است 1)گلابي سنگ مجاري ادرار را دفع مي كند 2)آرام بخش و تب بر است 3)در رفع عفونت مجراي ادرار موثر است 4)مقوي بدن است 5)تشنگي را برطرف مي كند6)سوزش مثانه و مجراي ادرار را رفع مي كند7)چون قند گلابي (لوز ) است بنبراين آنهايي كه مبتلا به مرض قند هستند مي توانند از آن استفاده كنند و براي آنها مضر نيست 8)براي دفع سموم بدن بسيار موثر است 9)براي پائين آوردن فشار خون بايد مدت چند روز فقط گلابي مصرف كنيد و غذاي ديگر نخوريد . البته اين رژيم بايد تحت نظر دكتر انجام گيرد و با اجازه پزشك متخصص باشد - خواص ديگر قسمت هاي درخت گلابي برگ وشكوفه درخت گلابي از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است 1-شكوفه درخت گلابي مقوي معده است و خونريزي و اسهال را بند مي آورد2-در مورد ورم چشم از ضماد شكوفه گلابي استفاده كنيد 3-تخم گلابي ضد كرم معده و روده است 4-دم كرده برگ گلابي براي رفع اسهال مفيد است 5-براي دفع سنگ كليه 50 گرم برگ گلابي را با 50 گرم پوست سيب در يك ليتر آب جوش ريخته و بمدت 20 دقيقه دم كنيد و آنرا بتدريج بنوشيد 6-براي شستشوي زخم ها 50 رگم پوست ساقه درخت گلابي را در يك ليتر آب ريخته و بگذاري چند دقيقه بجوشد و سپس آنرا كم كم بنوشيد- مضرات : اسراف در خوردن گلابي

براي سرد مزاجان و اشخاصي كه معده ضعيف دارند موجب نفخ معده مي شود و اينگونه اشخاص بايد آنرا با مرباي زنجبيل بخورند .

# نعناع

نام علمي : Mentha Piperita - كليات گياه شناسينعناع گياهي است علفي و چند ساله كه علاوه بر ساقه زير زميني كه گياه را در خاك مستقر مي سازد داراي ساقه هوايي نيز هست . تز محل گره هاي ساقه كه در تماس با زمين است ريشه هاي خارج شده كه ساقه جديد را درست مي كند بنابراين اگر شما فقط يك ساقه نعناع در باغچه خود بكاريد بزودي تمام باغچه شما پر از نعناع مي شود . برگهاي نعناع بيضي شكل ، نوك تيز و دندانه دار مي باشند . گلهاي آن بسته به نوع نعناع ممكن است قرمز ارغواني يا سفيد باشد . نعناع در مناطق معتدل و آفتاب گير بخوبي رشد مي كند . نعناع از قديم الايام بعنوان يك گياه معطر و اشتها آور و براي ناراحتي هاي دستگاه گوارش بكار رفته است بقراط پدر علم طب از نعناع در نوشته هاي خود ياد كرده است در قرون وسطي از نعناع در معالجه بيماريها و براي التيام زخم ها و درمان درد گزيدگي زنبور و سگ هار استفاده مي شود .- تركيبات شيميايي: نعناع داراي ماده اي بنام منتول مي باشد كه ايجاد احساس خنكي در دهان مي كند . مقدر منتول در نعناع بسته به نوع آن از 35% تا 55% تغيير مي كند كه البته اگر نعناع دير كنده شود مقدر منتول آن تا حدود 30% پائين مي آيد .- خواص داروئي: نعناع از نظر طب قديم ايران نسبتا گرم و خشك است و از نظر خواص دارويي از پونه قويتر است . از نعناع اسانس ، روغن و تنتور تهيه مي كنند كه مصارف طبي مختلفي دارد .1)نعناع باد شكن است و گاز معده و روده را از بين مي برد 2)نعناع تقويت كننده معده وبدن است3)نعناع ضد تشنج و ضد سرفه است 4)يك فنجان چاي گرم نعناع سينه را آرام مي كند 5)نعناع مسكن آرام بخش و قاعده آور است6)استفاده از نعناع درد شكم را برطرف مي كند 7)نعناع درمان سرماخوردگي و آنفوانزا مي باشد 8)نعناع ناراحتي هاي عصبي را برطرف مي كند9)براي تسكين درد دندان نعناع را دردهان گذاشته و بجويد 10)آشاميدن چاي نعناع و يا عصارع نعناع خونريزي سينه را قطع مي كند 11)كمپرس نعناع درد سينه و پهلو را از بين مي برد12)نعناع كرم هاي روده و معده را مي كشد 13)براي از بين بردن سكسكه و دل بهم خوردگي و استفراغ نعناع را با آ انار ترش بخوريد 14)نعناع ادرار را زياد مي كند 15)براي رفع قولنج و دردهاي روده معده و هضم نشدن غذا چاي نعناع بنوشيد 16)براي از بين بردن گلو درد چاي نعناع غرغره كنيد 17)نعناع معرق است بنابراين تب را پائين مي آورد 18)در هنگام سرماخوردگي بيني را با چاي نعناع بشوئيد19)يكي از فرآورده هاي نعناع اسانس نعناع است كه از تقطير برگ و سرشاخه هاي

گلدار نعناع تحت اثر بخار آب تهيه مي شود و داراي 50% تا 70 % منتول مي باشد . اسانس نعناع كه در كشور انگلستان تهيه مي شود شهرت خاصي درد . اين اسانس بعنوان تقويت كننده معده بادشكن ، ضد عفوني كننده رفع دل پيچه بچه ها و اسهال بكار مي رود براي استفاده از اسانس نعناع كافي است كه مقدر يك تا سه قطره آنرا با يك ليوان آب و يا نوشابه مخلوط كده و بنوشيد .20)اسانس نعناع را نبايد بمقدر زياد براي كودكان و نوزادان استفاده كرد زيرا روي حركات تنفسي و قلب اثر گذاشته و ممكن است كه خطرناك باشد21)اگر اسانس نعناع به مقدر زياد مصرف شود فشار خون را بالا برده و موجب حالت تهوع ، استفراغ و درد معده و حركات دري را از بين مي برد . 22)براي رفع سردردهاي ميگرني مي توان پمادي بصورت زير تهيه كرد و در نقطه اي كه درد مي كند بماليد اسانس نعناع 3 گرم روغن زيتون2 گرم لانولين 5 گرم 23)براي ضد عفوني كردن بيني محلولي بصورت زير تهيه كرده و بمقدر پنج قطره در هر سوراخ بيني بچكانيداسانس نعناع 1 گرم روغن بادام شيرين40 گرم 24)اگر بدن شما خارش درد مقدر 2 گرم اسانس نعناع را در 50 گرم وازلين ريخته ، خوب با هم مخلوط كرده و در محل خارش بماليد اگر از بيماري رماتيسم و آرتروز رنج مي بريد از روغن نعناع استفاده كنيد طرز استفاده از آن به اين صورت است كه 2 قطره روغن نعناع را با يك قاشق سوپخوري روغن بادام مخلوط كرده و محل هاي دردناك را با آن ماساژ دهيد .25)براي رفع سردرد از كمپرس نعناع استفاده كنيد بدين ترتيب كه 10قطره روغن نعناع را با يك ليوان آب سرد مخلوط كرده و در يك كاسه بريزيد سپس يك پارچه كه باندازه پيشاني باشد در آن فرو برده آب اضافي آنرا بگيريد و روي پيشاني و شقيقه ها بگذاريد تا سردرد برطرف شود. 26)نعناع بهترين دوست كبد است . كبد را تميز كرده وص فرا را رقيق مي كند و كلسترول خون را پائين مي آورد .براي اين مورد چاي نعناع را قبل از غذا بنوشيد 27)نعناع با تمام خواصي كه گفته شد اگر زيادمصرف شود سيستم گوارشي را تحريك مي كند اگر شما دو تا سه فنجام چاي نعناع در روز بنوشيد بهتر است كه بعد از دو هفته چند روزي آنرا قطع كرده و دوباره شروع كنيد - طرز استفاده : در قسمت بالا توضيح داده شد - مضرات : مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .

# پسته

نام علمي : Pistaca - كليات گياه شناسيپسته درخت دوپايه اي است كه ارتفاع آن به حدود پنج متر مي رسد و بحالت خودرو در ايران و افغانستان مي رويد . برگهاي درخت پسته متناوب و مركب از 2 يا 3 برگچه نوك تيز با يك برگچه انتهايي است وبرنگ سبز روشن مي باشد . گلهاي آن خوشه اي است گل نر آن فاقد گلبرگ است .- تركيبات شيميايي: پسته داراي مواد غذايي فراواني است و بنابراين براي تقويت بيماران و اشخاص ضعيف مناسب است . در صد گرم مغز پسته مواد زير موجود است : آب 5/2 گرم پروتئين 20 گرممواد چرب 54 گرممواد نشاسته اي 15 گرم كلسيم 130 ميلي گرم فسفر 500 ميلي گرم آهن 7/5 ميلي گرم پتاسيم 950 ميلي گرم ويتامين آ 230 واحدويتامين ب 1 0/7 ميلي گرم ويتامين ب 3 1/5 ميلي گرم - خواص داروئي: - خواص مغز پستهمغز پسته از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است . 1)مغز پسته بعلت داشتن آهن خون ساز است و آنهائيكه مبتلا به كم خوني هستند بايد حتما روزانه مقدايرپسته بخورند .2)خوردن پسته نيروي جنسي را تقويت مي كند . 3)مغز و ذهن را تقويت مي كند . 4)براي آرامش قلب و آرام كردن اعصاب مفيد است . 5)براي باز كردن مجاري كبد مصرف پسته توصيه مي شود . 6)پسته معده را تقويت مي كند . 7)براي تسكين سرفه مفيد است . 8)اسهال معمولي و اسهال خوني را درمان مي كند .9)جوشانده پوست درخت پسته براي برطرف كردن خارش اعضاي تناسلي زنان مفيد است . 10)جوشانده پوست و برگ درخت پسته براي رفع درد و خارش مقعد مفيد است - خواص پوست سبز پستهپوست سبز پسته تازه از نظر طب قديم ايران سرد وخشك است و داراي خواص زير مي باشد : 1-براي رنگرزي بكار مي رود. 2-بهترين دارو راي رفع بوي يد دهان است . 3-جويدن آن باعث التيام زخم هاي داخل دهان مي شود. 4-براي استحكام لثه آنرا روي لثه بماليد و يا بجويد . 5-دم كرده پوست سبز پسته حالت دل بهم خوردگي و استفراغ را از بين مي برد. 6-دم كرده آن براي رفع اسهال مفيد است . 7-براي رفع سكسكه پوست سبز پسته را دم كنيد و يك فنجان از آنرا بنوشيد . - خواص پوست سفيد پسته پوست سفيد پسته براي بواسير و بيرون زدن مقعد مفيد است . براي درمان اين بيماري بايد پوست سفيد پسته را در آب بجوشانيد و آنرا داخل لگني بريزيد و شخصي را كه اين بيماري را درد براي چند دقيقه در آن بنشيند . باعث تسكين درد و تخفيف بيماري مي شود .- مضرات : مغز پسته چربي زيادي درد و بنابراين براي معده مناسب نيست و كسانيكه معده ضعيف دارند بايد آنرا با زردآلو بخورند . ضمنا مغز

پسته گرم و خشك است خوردن زياد آن باعث گرمي بدن و كهير و دانه هاي قرمز رنگ در پوست مي شود .براي رفع گرمي و خشكي بايد سركه ، انار ترش و يا برگه زردآلوي ترش مصرف نمود .

انار

نام علمي : Punica - كليات گياه شناسي انار يكي از ميوه هايي است كه از قديم وجود داشته است حتي در كتب مقدس چندين بار نام آن ذكر شده است . هومر شاعر معروف يونان در كتاب خود ( اوديسه ) از آن نام برده است . معروف ايت كه حضرت سليمان باغ بزري پر از درخت هاي انار داشته كه به ان عشق مي ورزيده است .درخت انار بومي ايران و مناطق مجاور آن است . كلمه انگليسي Pomegranate از زبان يوناني مشتق شده كه به معني ( سيب با هسته هاي زياد ) مي باشد .انار درخت كوچكي است كه ارتفاع آن تا 6 متر مي رسد و در مناطق نيمه گرمسيري مي رويد . شاخه هاي آن كمي تيغدر و برگهاي آن متقابل ، شفاف و ساده است . گلهاي انار درشت برنگ قرمز اناري ولي بي بو مي باشد . ميوه آن كروي با اندازه هاي مختلف داراي پوستي قرمز رنگ و يا زرد رنگ مي باشد . روي هم رفته در حدود بيست نوع مختلف انار در دنيا موجود است . - تركيبات شيميايي:قسمت هاي مختلف درخت انار مخصوصا پوست ريشه و ساقه انار داراي مقدري در حدود 20 درصد تانن و اسيد پوني كوتانيك Punicotaniv acid مي باشد. پوست درخت انار داراي الكالوئيدي بنام پله تيه رتين Pelletierin است . در صد گرم دانه انار واد زير موجود است . انرژي 38 كالري آب 82 گرمپروتئين0/4 گرمچربي 0/3 گرمموا‌د نشاسته اي 10 گرم كلسيم 4 گرم سديم3 ميلي گرمپتاسيم 260 ميلي گرمآهن 0/5 ميلي گرم ويتامين ب 10/2 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/03 ميلي گرم ويتامين ب 30/02 ميلي گرمويتامين ث 4 ميلي گرم- خواص داروئي:- خواص ميوه اناراز نظر طب قديم ايران ميوه انار سرد ف تر و قابض است . آب انار سرد و تر و پوست انار سرد و خشك و بسيار قابض مي باشد . پوست ريشه درخت انار از بقيه قسمت هاي اين درخت قابض تر است . كليه قسمت هاي درخت انار داراي تان مي باشد كه بسيار قابض است . براي مصارف دارويي از گل ، برگ ، پوست درخت ، پوست ريشه و دانه انار استفاده مي شود . 1)انار شيرين ادرار آور است . 2)ملين مزاج است . 3) آب انار شيرين براي بيماريهاي مجاري ادرار مفيد است . 4)ترشح صفرا را زياد مي كند. 5)آب انار اسهال را برطرف مي كند. 6)اگر آّ انار را با عسل مخلوط كرده و هر روز چند قطره در بيني بچكانيد از رشد پوليپ در بيني جلوگيري مي كنيد .7) خون ساز است . 8)خون را تصفيه مي كند . 10)براي سالمندان بهترين دارو براي تقويت كليه است . 11)آب انار خنك كننده است . 12)رنگ صورت را شاداب مي كند .13)صدا را باز كرده و گرفتگي صدا را برطرف مي كند . 14)براي وزن اضافه كردن انار بخوريد

. 15)آب انار مقوي قلب و معده است . - خواص ديگر قسمت هاي درخت انار 1. جوشانده پوست ريشه درخت انار كرم معده و روده را از بين مي برد . 2. جوشانده پوست درخت انار نيز اثر ضد كرم دارد .3. براي برطرف كردن گلو درد و زخم گلو از جوشانده پوست انار و يا جوشانده برگهاي انار استفاده كنند . 4.خانم هائيكه عادت ماهيانه شان منظم نيست مي توانند از جوشانده برگهاي انار استفاده كنند. 5.برگهاي له شده انار را اگر روي پوست بگذاريد خارش را از بين مي برد . 6.براي برطرف كردن سوختگي پوست ، گلهاي انار را له كرده و با روغن كنجد مخلوط كنيد و اين پماد را روي قسمت سوختگي بماليد .7. جوشانده پوست درخت و پوست ريشه درخت انار كرم كش است . 8.دم كرده گل انار اسهال مزمن را برطرف مي كند . 9.دم كرده گلهاي انار را بصورت غرغره براي از بين بردن زخمهاي دهان بكار ببريد . 10.براي برطرف كردن دندان درد ، دم كرده ريشه درخت انار را در دهان مضمضه كنيد . 11.انار ترش و شيرين (ميخوش )ادرار را زياد مي كند .12. براي برطرف كردن بواسير بايد معقد را با جوشانده پوست انار شستشو داد .- مضرات :كسانيكه سرد مزاج هستند نبايد در خوردن انار افراط كنند . زيرا معده را سست كرده و ايجاد نفخ مي كند . اينگونه افراد بايد انار را با زنجبيل بخورند . جوشانده پوست درخت و پوست ريشه آن كه براي رفع كرم بكار مي رود ممكن است ايجاد سرگيجه و استفراغ كند . بهر حال در خوردن جوشانده آن بايد احتياط كرد و اين كار بايد تحت نظر متخصص انجام گيرد .

سيب زميني

نام علمي : Solanum tuberosum- كليات گياه شناسي سيب زميني گياه بومي آمريكاي جنوبي است و هنوز هم بصورت وحشي در شيلي و آرژانتين يم رويد . در قرن شانزدهم بوسيله اسپانيولي ها به اروپا برده شد و اكنون در اروپا و آمريكا از نظر مصرف اولين سبزي است . سيب زميني درتمام طول سال وجود دارد . سيب زميني بدليل داشتن مقدر ويتامين C ضد بيمايز اسكوربيت است و كشورهائيكه از اين گياه استفاده مي كردند هيچگاه مردم آنجا به اين بيماري دچار نمي شدند . ساقه هوايي سيب زميني داراي بريدگيهايي مركب از 7 تا 12 برگچه اصلي است و در فواصل اين برگچه نيز برگچه هايي كوچكتر وجود دارد . انواع مختلف سيب زميني بر حسب رنگ گل و پوست غده هاي زير زميني آن تقسيم بندي مي شود .در روي پوست سيب زميني سوراخهاي كوچكي وجود دارد كه داراي جوانه است و اين جوانه ها ست كه منشاء گياه تازه است . - تركيبات شيميايي:سيب زميني داراي اسيدهاي آلي مانند اسيد سولانئيك ، اسيد نپتوتانيك و ساپد فوليك مي باشد . در صد گرم سيب زمني خام مواد زير موجود است :آب 75 گرم انرژي60 كالري پروتئين 1/8 گرم چربي 0/1 گرم مواد نشاسته اي 18 گرم سلولز 1/5 ميلي گرم كلسيم 6 ميلي گرم فسفر 50 ميلي گرمپتاسيم 500 ميلي گرم آهن 0/6 ميلي گرم سديم 4 ميلي گرم ويتامين آ10 واحد ويتامين ب 1 0/1 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/35 ميلي گرم ويتامين ب 3 1 ميلي گرم ويتامين ث 15 ميلي گرمسيب زميني نارس و همچنين برگ ، گل و ميوه سيب زميني داراي كمي آلكالوئيد سمي بنام سولانين است بنابراين بايد از مصرف سيب زميني نارس و ينز برگ و گل و ميوه سيب زميني خوردي كرد . - خواص داروئي:1) برگ و ميوه سيب زميني بعلت داتشم سولانين مخدر و آرام بخش است ولي بعلت سمي نبودن نبايد مورد مصرف داخلي قرار گيرد و بايد فقط بعنوان ضماد و استعمال خارجي استفاده شود . 2)سيب زميني بعلت داشتن ويتامين C زياد براي مقابله با بيماري اسكوربيت بكار مي رود . 3) براي تسكين سوختگي ها ، سيب زميني خام را رنده كرده وبه عنوان ضماد روي قسمت سوختگي بگذاريد و هر چند دقيقه آنرا عوض كنيد و ضماد تازه روي آن قرار دهيد . 4)سيب زميني داراي آنزيم مهار كننده مي باشد بنابراين ضد سرطان وضد ويروس است مخصوصا سيب زميني در اين مورد از شير يا سويا قوي تر است .5)پوست سيب زميني ماننده پوست ميوه ها وسبزيجات داراي ماده آنتي اكسيدان است بنبراين از پير شدن سلولها و نيز از بوجود آمدن سلولهاي سرطاني جلوگيري مي كند . 6)سيب زميني

بهترين دارو براي آنهايي است كه بدنشان اسيدي است و اينگونه اشخاص بايدس يب زميني را با پوست و با بخار پخته و بخورند زيرا سيب زميني آب پز وس رخ شده برعكس سيب زميني با بخار پخته شده توليد اسيد در بدن مي كند . 7)سيب زميني داروي خوبي براي از بين بردن تورم است . براي اين منظور سيب زميني را طبقه طبقه كرده و در سوپ بياندازيد و بگذاريد تقريبا نيم پز شده و سپس آنرابخوريد . 8)سيب زميني بعلت درا بودن پتاسيم زياد تميز كننده كبد نيز مي باشد . 9)سيب زميني بدن را جوان مي كند .10)سيب زميني داروي بيماريهاي قلب نيز مي باشد . 11)سيب زميني قرمز درمان كننده بواسير خوني و دردناك مي باشد . براي اين منظور سيب زمني راب طور باريك بريده و بصورت شياف داروريد و روي آن كمي روغن ويتامين E و يا وازلين ماليده و پس از قضاي حاجت بداخل معقد بگذاريد . اين عمل را اگر چند روز ادامه دهيد بواسير برطرف مي شود . 12)براي درمان اسهال سوپ سيب زميني را با شير بپزيد و آنرا ميل كنيد . اسهال سريع متوقف مي شود . - طرز استفاده: براي استفاده از سيب زميني اگر آنرا تكه مي كنيد بايد فورا از آن استفاده كيند زيرا خيلي زود اكسيده مي شود و خواص خود را از دست مي دهد . سيب زميني ررا همشه بايد با بخار و يا در ف بپزيد و يا خام آنرا ميل كنيد زيرا خواص آن سدت نخورده باقي مي ماند . سيب زميني سرخ شده غير از اينكه خاصيتي ندارد بلكه براي بدن مضر هم است زيرا سرخ كردن سيب زميني بار وغن آنرا ثقيل الهضم مي سازد و باعث بيماريهاي مختلفه مي شود . - مضرات :سيب زميني براي اشخاصي كه مبتلا به قند هستند مضر است زيرا بعلت داتشن نشاسته قند خون را بالا مي برد و اينگونه اشخاص اگر بخواهند از فوائد سيب زميني استفاده كنند بايد آنرا تحت نظر پزشك يا متخصص تغذيه مصرف كنند ويا از مصرف آن خورددي كنند .

نام علمي : Raphanus sativus- كليات گياه شناسي ترب گياهي است يكساله كه ارتفاع ساقه آن تا يك متر مي رسد . برگهاي آن پهن ، ناصاف ، كرك دردو با بريدگيهاي نامنظم مي باشد . گلهاي آن برنگ سفيد ، زرد روشن ، آبي روشن و بنفش است كه درانتهاي شاخه ظاهر مي شود . بطور كلي دو نوع ترب وجود دارد : 1- ترب سياه كه معمولا در پائيز برداشت مي شود . 2-تربچه كه به رنگهاي مختلف قرمز و وصورتي و بصورت هاي دراز و گرد وجود دارد . - تركيبات شيميايي: طعم تند ترب مربوط به ماده اي است بنام سنوول Senovol و رنگ قرمز بنفش آن در اثر وجود ماده اي بنام كلرايد Malvin Chloride است . در صد گرم ترب خام مواد زير موجود است : آب90 گرم پروتئين1 گرم چربي 0/1 گرممواد نشاسته اي 3/5 گرمكلسيم 30 ميلي گرم فسفر30 ميلي گرم پتاسيم 330 ميلي گرمآهن 1 ميلي گرمسديم18 ميلي گرم ويتامين آ 10 واحد ويتامين ب 10/03 ميلي گرمويتامين ب 20/03 ميلي گرمويتامين ب 30/03 ميلي گرمويتامين ث 25 ميلي گرم - خواص داروئي:ترب از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است و از زمانهاي بسيار قديم براي درمان بسياري از بيماريها بكار مي رفته است . 1)ترب براي دفع سنگهاي صفراوي مفيد است .2)ترب در بعضي از اشخاص توليد گاز و آروغ مي كند و تخم آن گاز و نفخ را از بين مي برد . 3)ترب براي درمان قنرس و رماتيسم مفيد است . 4)برگ ترب اگر با غذا خورده شود به هضم غذا كمك مي كند . 5)آب برگ ترب براي تقويت چشم مفيد است . 6)ترب براي درمان يرقان مفيد است . 7)تخم ترب درد را تسكين مي دهد . 8)در صورت مسموميت غذايي مقدري تخم ترب را همراه با سكنجبين به بيمار بدهيد باعث استفراغ مي شود و معده را پاك مي كند . 9)براي مداواي زخم هاي بدن از ترب و عسل ضماد تهيه كرده و روي زخم بگذاريد .10) دم كرده ترب ادرار آور است و براي درمان حبس البول بكار مي رود . 11)تخم ترب ادرار آور و قاعده آور است . 12)اگر دست يا پاي شما سرما زده است ترب را در آّب بجوشانيد و بگذاريد تا كمي سرد شود بطوريكه دست را نسوزاند سپس عضو سرما زده را چند بار در روز در اين جوشانده قرار دهيد . 13)دم كرده ريشه ترب تقويت كننده بدن است .14)براي دفع سنگ كيسه صفرا و سرفه هاي تشنج آور از ترب بصورت زير استفاده كنيد : در يك ترب بزرگ حفره ي ايجاد كرده و همچنين در ته آنهم سوراخ ريزي بوجود آوريد بطوريكه آّب قطره قطره از آن خارج شود . سپس مقدايز شكر در حفره ريخته و آنرا با آب پر كنيد و ترب را در دهانه

شيشه يا استكاني قرار دهيد كه آب آن قطره قطره از سوراخ ريز ته ترب خارج شده و در داخل شيشه يا استكان پر شود . اين آب را چند بار در روز بنوشيد .15)خوردن تخم ترب ترشح شير را زياد مي كند .16)ودرن ترب رنگ چهره را باز مي كند. 17)جوشانده ترب براي درمان اسهال خوني مفيد است .18)تخم ترب اشتهاآور است. 19)براي از بين بردن تب تخم ترب را دم كرده و به بيمار بدهيد . 20) تخم ترب بصورت ضماد براي ورم پستان در مادران شيدره استفاده مي شود . - مضرات : اسراف در خوردن ترب موجب دل پيچه شده و براي دندان و گلو مضر است.

شبدر قرمز

نام علمي : Trifolium Pratenes - كليات گياه شناسي شبدر قرمز گياهي است علفي و چند ساله كه در مناطق معتدله كره زمين مي روید . در شرايط مساعد اين گياه هفت ساله است ولي در آب و هواي گرم فقط دو سال عمر مي كند .ارتفاع شبدر قرمز بسيار كم است و بيشتر از 15 سانتيمتر نمي شود . برگهاي آن بيضي شكل و دراز و داراي سه برگچه است و بهمين علت در قرون وسطي مورد احترام مسيحيان بوده زيرا آنرا سمبل خداوند ، مسيح و روح المقدس مي دانستند . اين گياه از نظر داشتن مواد مغذي براي علوفه حيوانات بكار مي رود . - تركيبات شيميايي: گل شبدر داراي مواد شيميايي مانند تريفولين ايزوتريفولين و اسانس روغني مي باشد . اين گياه درياي املاح معدني مانند سليس آهن ، فسفر گوگرد ، پتاسيم ، منيزيوم منگنز ، روي مس ، سرب ، نيكل و كوبالت مي باشد .- خواص داروئي:شبدر قرمز از نظر طب قديم ايران سرد و تر است . 1)مهمترين خاصيت شبدر قرمز ضد سرطان بودن آن است . 2) تميز كننده خون و بدن است3)سرفه را برطرف مي كند 4)دردهاي عضلاني را برطرف مي كند 5)تورم پوستي را از بين مي برد6)شبدر تازه بعنوان مسهل بكار مي رود 7)درمان كننده آسم است 8)براي درمان آب آوردگي بدن مفيد است9)دل پيچه را برطرف مي كند 10)براي درمان آرتروز ، رماتسيم و ورم بيضه بايد برگ شبدر را در روغن زيتون جوشانيده و روي قسمت هاي دردناك بماليد .11)براي طول عمر و جلوگيري از بيماريهاي قلبي شبدر قرمز بخوريد . 12)تشنج را علاج مي كند 13)براي التيام زخم ها ، ضماد شبدر قرمز را روي زخم ها بگذاريد14)براي از بين بردن خارش شبدر را له كرده وروي پوست بماليد - طرز استفاده: دم كرده : مقدر 30 گرم گياه خشك را در يك ليتر آبجوش ريخته و به مدت 5 دقيقه دم كنيد . مقدر مصرف آن يك فنجان سه بار در روز است . جوشانده شبدر : مقدر 50 گرم سرشاخه هاي گلدار شبدر قرمز را در مقدري شير يا آ ب ريخته و بگذاريد مدتي بجوشد و پس از سردشدن بصورت ضماد روي پوست و يا قسمتهاي دردناك بدن بگذاريد . - مضرات :مقدر مصرف زياد شبدر خطرناك است زيرا داراي اسيد سيانيدريك مي باشد ولي استفاده متعادل از آن هيچگونه خطري نداشته و بسيار مفيد است .

برنج

نام علمي : Oryza - كليات گياه شناسي برنج گياهي است يكساله كه ارتفاع آن تا 1/5 متر ميرسد ودر مناطق گرم و مرطوب و پرآب مي رويد . ساقه آن راست و برگهاي آن بزرگ و نوك تيز است . هر سنبلك برنج داراي دنباله كوتاه و يك گل درد . ميوه آن بشكل خوشه اي متشكل از سنبلك ها درانتهاي ساقه قرار درد و يك دانه برنج در آن است شلتوك مي نامند . برنج از غلات مهم است و تقريبا غذاي اصلي نصف مردم كره زمين مي باشد و منشا برنج از آسيا است و در حدود 3000 سال قبل از ميلاد در هند و چين زراعت مي شده است . برنج بعدا از آسيا به ژاپن ، سيلان و ديگر نقاط استوايي كره زمين راه يافت و در قرت هفتم ميلادي مصريان نيز شروع به كشت آن كردند .برنج انواع مختلف درد و اين انواع را تا حدود 150 نوع مختلف تخمين مي زنند . نمونه هاي مرغوب آن در شمال و جنوب ايران و نواحي گرمسير فارس و اصفهان كاشته مي شود . بطور كلي دو نوع برنج وجود دارد : نوعي كه دانه آن دراز و كشيده و باريك است كه بنام برنج صدري معروف است و ديگري كه دانه آن ريز و گرد مي باشد و بنام برنج چيني يا ژاپني شهرت دارد . آن نوع برنجي كه ايرانيان و مردم بيشتر كشورها مصرف مي كنند برنجي است كه شلتوك و پوسته خارجي آن گرفته شده است . رنگ اصلي برنج وقتيكه در پوسته است قهوه اي است و بنام برنج قهوه اي Brown Rice ناميده مي شود . براي بدست آوردن برنج سفيد دانه هاي برنج را در دستگاههاي مخصوصي مي ريزند و اين دستگاهها پوسته خارجي برنج را از آن جدا كرده و سپس با اصطكاك دادم برنج بدون پوسته با يكديگر غشاي خارجي آن نيز از بين مي رود و برنج برنگ سفيد و شفاف بدست مي آيد كه عاري از ويتامين ب 1 است و اشخاصي كه منحصرا از برنج تغذيه مي كنند و غذاي ديگري مصرف نمي كنند به بيماري بري بري Beri-Beri دچار مي شوند .بنابراين براي استفاده از تمام ويتامين ها و موادمعدني برنج بهتر است كه از برنج قهو هاي كه غشاء خارجي آن گرفته نشده است استفاده كرد ولي البته بايد توجه داشت كه هضم برنج قهو هاي كمي مشكل تر از هضم برنج سفيد مي باشد . يك ديگر از انواع برنج نوع وحشي از آن است كه سياه رنگ و باريك تر و دراز تر از برنج صدري است . اين نوع برنج هم داراي مواد معدني و ويتامين هاي بيشمار است ولي البته هضم آن كمي مشكل است وبهتر است كه مخلوط با برنج سفيد بكار برده شود . - تركيبات شيميايي:در برنج ماده اي بنام اوريدين Oridine وجود دارد كه خاصيت ضد التهاب عصبي را دراست . برنج از لحاظ موا غذايي بسيار غني است . البته

همانطور كه گفته شد هنگانيكه پوسته قهوه اي آنرا مي گيرند مقدري از ويتامين هاي خود را از دست مي دهد . در جدول زير واد موجود در صد گرم برنج قهو ه اي و برنج سفيد با هم مقايسه شده است. مواد در صد گرم برنج قهوه هايدر صد گرم برنج سفيد انرژي 360 كالري362 كالري آب 12 گرم12 گرم پروتئين 7/5 گرم 6/6 گرم نشاسته 76 گرم80 گرمكلسيم32 ميلي گرم25 ميلي گرم فسفر 220 ميلي گرم 95 ميلي گرمآهن 1/6 ميلي گرم0/8 ميلي گرم سديم10 ميلي گرم 5 ميلي گرم پتاسيم 215 ميلي گرم 90 ميلي گرم ويتامين ب 10/35 ميلي گرم 0/06 ميلي گرم ويتامين ب 20/05 ميلي گرم 0/03 ميلي گرم ويتامين ب 34/8 ميلي گرم1/5 ميلي گرمهمانطور كه ديده مي شود مقدر ويتامني B1 در برنج سفيد شده يك ششم و ويتامين B2 نصف و ويتامين B3 بمقدر يك سوم برنج قهو ه اي يم باشد و مواد معدني آن بمقدر بسيار زيادي كاهش مي يابد .پوست و يا شلتوك برنج كه در مراحل كوبيدن از آن جدا مي شود سبوس برنج Rice Bran ناميده مي شود كه آنهم منبع ويتامين ها و مواد معدني است . در صد گرم سبوس برنج مواد زير وجود دارد : انرژي275 كالري آب 9/7 گرم پروتئين 13/5 گرمچربي 15/5 گرمنشاسته 50 گرمكلسيم 75 گرمفسفر 1400 ميلي گرم آهن20 ميلي گرم پتاسيم1500 ميلي گرم ويتامين ب 1 2/25 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/25 ميلي گرم ويتامين ب 3 30 ميلي گرم غشاي قهو ه اي رنگ برنج نيز كه در اثر بهم سائيدن در دستگاههاي مخصوص و يا در موقع شستن زياد از برنج جدا مي شود سرشار از ويتامين ها و مواد معدني و پروتئين است . جدول زير مقدر مواد موجود در صد گرم اين غشاي قهو ه اي رنگ را نشان مي دهد .كالري 265 آب 9/8 گرمپروتئين12 گرم چربي 12/8 گرم نشاسته 60 گرم كلسيم 70 ميلي گرم فسفر 1100 ميلي گرم آهن16 ميلي گرم پتاسيم715 ميلي گرم ويتامين ب 1 1/85 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/18 ميلي گرم ويتامين ب 3 28 ميلي گرم - خواص داروئي:برنج از نظر طب ايراني معتدل و خشك است البه بستگي درد آنرا چگونه درست كنيد برنج آبكش شده سرد است و آب آن گرم در حاليكه برنج كته شده گرم است .برنج داراي ماده اي بنام Amidon مي باشد ولي از نظر اينكه ماده گلوتن آن كم است يعني كاملا بهم نمي چسبد نان درس كردن از آن كمي مشل است . در خاور دور از برنج نوعي الكل درست مي كنند كه بنام ساكه معروف است كه سميت آن از الكل معمولي كمتر است و بمصرف دارويي مي رسد . برنج غير از اينكه يك غذاي سهل الهضم است بسيار مقوي است و ضمنا خواص درماني بسياري را دراست كه به تعداي از آن اشاره مي شود . 1)برنج قهو ه اي خاصيت ضد التهاب عصبي را دارد . 2)خوردن برنج تحريكات معده و روده را كم مي كند . 3)از جوانه برنج

نوعي مالت تهيه مي شود كه بعنوان مقوي معده بكار مي رود . 4)اگر برنج را در آب بپزيد آب درمان كننده اسهال و اسهال خوني است .آب برنج را مي توان به اطفال شيرخوار نيز داد . 5)براي شست و شوي زخم ها از آب برنج استفاده كنيد . 6)آب برنج را مي توان براي درمان ورم هاي روده اي و استفراغهاي خوني بكار برد . 7)دم كرده ريشه و ساقه هاي زير زميني برنج براي زياد شدن ترشحات ادرار مصرف مي شود . 8)براي درمان تب ، بدن و سر را با در برنج كمپرس كنيد . 9)برنج خواب آور است . 10) برنج تشنگي را برطرف مي كند . 11)زياده روي در خوردن برنج موجب ازدياد وزن مي شود . 12)خوردن برنج توليد اسپرم مي كند .13) برنج را اگر با شير و شكر مخلوط كنيد و بخوريد بسيار مقوي است و نيروي جنسي را تقويت مي كند . 14)براي برطرف كردن دل بهم خوردگي و استفراغ برنج را با دوغ تازه بخوريد . 15) اگر برنج سفيد را در آب خيس كنيد آب آن براي درمان اسهال و قطع قاعدگي مفيد است . 16)آب جوشانده برنج را كه آبكس مي كنيد دور نريزيد با اين آب جواهرات خود را بشوئيد كه آنها را جلا مي دهد 17)براي رفع التهاب پوست ، در برنج را با نشاسته يا پودر تالك مخلوط كرده و به پوست بماليد . 18)دانشمندان ثابت كرده اند كه خوردن برنج براي درمان فشار خون بسيار مفيد است . 19)خوردن برنج ، قند خون را در حالت تعادل نگاه مي دارد . 20)يكي از اطباء آمريكايي رژيم برنج را براي درمان فشار خون توصيه مي كند او به بيماران تائيد مي كند كه برنج بدون نمك همراه با ميوه هاي مختلف بخورند . البته هنوز دانشمندان نمي دانند كه در برنج چه ماده اي وجود دارد كه باعث پائين رفتن فشار خون مي شود . 21)رژيم برنج براي اختلالات كليوي مفيد است . 22)رژيم برنج براي مبتلايان به بيماري سوراي سيس Psorasis نيز بسيار مفيد است .- طرز استفاده: در قسمت بالا توضيح داده شده است - مضرات : مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .

زعفران

نام علمي : Crocus sativus- كليات گياه شناسي زعفران گياهي است پايا با ارتفاع تقريبا 30 سانتيمتر كه داراي برگهاي دراز و سبز مانند تره است . ساقه زير زميني آن از دو پياز تشكيل يم شود . اين پيازها سخت و مدور و گوشتدار و پوشدهاز غشاء هاي نازك قهو هاي رنگ مي باشد . گلهاي زعفران ارغواني ، منظم و شامل لوله اي دراز است كه به سه گلبرگ و كاسبرگ منتهي مي شود . زعفران خيلي مرغوب قسمت كلاله گل يعني قسمت انتهايي خامه است و ميله خامه ، زعفران درجه دو و نامرغوب را تشكيل مي دهد . برداشت زعفران بدين ترتيب است كه قسمت كلاله هر گل را بر ميدارند و بين كاغذ قرار مي دهند تا خشك شود و سپس بستهب ندي مي كنند . استندارد زعفران كه در فرانسه صورت گرفته است اعلام يم درد كه بايد 50 عدد از الياف زعفران بيشتر از0/277 گرم وزن داشته باشد و در صد رطوبت آن 13 درصد باشد . همچنين هر ميلي گرم آن بايد بتواند 700 سانتيمتر مكعب آب را بطور محسوس رنگي كند . - تركيبات شيميايي:زعفران داراي مواد چرب ، املا معدني ف موسيلاژو اسانس هاي فراوان مي باشد .رنگ زعفران مربوط به ماده اي بنام كروسين است كه در آن وجود دارد پياز زعفران سمي است و مصرف يبش از حد آن براي حيوانات كشنده است .- خواص داروئي: زعفران از نظر طبقديم ايران گرم و خشك است . مهمترين خاصيت زعفران كه از قديم الايام از آن استفاده يم شده است درمان افسردگي مي باشد . اين خاصيت مهم حتي در شعر شاعران ينز انعكاس يافته است . شاهد آن شعر خاقاني است كه مي گويد : گر كسي را زعفران شايد فزايد گو فزايچون تو با غم خو گرفتي زعفران كس مخور زعفران داراي بويي قوي و طعم تلخ مي باشد :1)خوردن چاي زعفران باعث هضم غذا مي شود2)اثر مسكن درد دارد3) قاعده آور است . 4)باعث تحريك اعصاب مي شود 5)زعفران خون سازاست و گردش خون را آسان مي سازد 6)مصرف زعفران خونريزيهاي بعد از زايمان را از بين مي برد . 7)قواي جنسي را تقويت مي كند 8)كبد را تصفيه وقوي مي سازد9)سرفه را رفع و اثر مفيد روي درمان برونشيت دارد10)كليه و مثانه را پاك مي كند 11)آرام بخش و خواب آرو است12)زعفران ضد تشنج است 13)گاز معده را برطرف مي كند 14)ادرار آور است 15)و اگر بالاخره مي خواهيد هميشه شاد و خندان باشيد زعفران بخوريد 16)فرمول قديمي زعفران براي تنظيم عادت ماهيانه خانم ها و بازكردن قاعدگي سال هاست كه بكار مي رود و اثر بسيار مفيدي دارد تارتارات

آهن و پتاسيم 0/5 گرم گرد زعفران 0/5 گرمپودر درچين2 گرم از اين مخلوط چهار بار در روز استفاده كنيد . - طرز استفاده: از زعفران مي توان به شكل هاي مختلف استفاده كرد . - دم كرده زعفران يا چاي زعفران 2 گرم زعفران را در يك ليتر آب جوش ريخته و بمدت نيمساعت روي آتش بسيارملايم بگذاريد تا دم بكشد . - تنطور زعفران يك گرم زعفران را سائيده و با 10 گرم الكل سفيد 80 درجه مخلوط كزده و در شيشه ريخته و در آنرا ببنديد . اين شيشه رادر جاي تاريكي گذاشته و هر روزه آنرا تكان دهيد پس از دو هفته آنرا صاف كرده و از آن استفاده كنيد . - گرد زعفران زعفران را در فر با حرارت 25 درجه سانتيگرد خشك كرده و سپس آسياب كنيد و از الك خيلي ريز در كنيد تا گرد نرمي بدست آيد . - مضرات :چون زعفران بر روي سيستم توليد مثل اثر درد بنابراين زنان حامله بايد از خوردن آن احتراز كنند زيرا ممكن است باعث سقط جنين مي شود . خوردن زياد زعفران براي كليه ها مضر است . اشتها را كم مي كند و ايجاد سردرد مي كند و باعث اختلال حواس مي شود . زعفران را بايد در شيشه هاي دربسته و دور از نور نگهدري كرد زيرا عطر و رنگ خود را در اثر نور از دست مي دهد .

# کنجد

نام علمي : Sesamus indicum - كليات گياه شناسيكنجد گياهي است يكساله با ارتفاع حدود يك متر كه قسمت انتهايي ساقه آن پوشيده از كرك است . برگهاي آن يبضي ، باريك و نوك تيز است . گلهاي آن برنگ سفيد و يا قرمز بطور تك تك در كناره برگ هاي قسمت انتهايي ساقه ظاهر مي شود . ميوه اين گياه بصورت كپسول و محتوي دانه هاي كوچك و مسطح و بيضوي است كه دانه كنجد ناميده مي شود و قسمت مورد استفاده اين گياه است . وطن اصلي كنجد هندوستان است كه از آنجا به نقاط ديگر دنيا راه يافته است . در حال حاضر چين بزرگترين توليد كننده كنجد در دنيا مي باشد . هندوستان و حبشه از نظر توليد بعد از چين قرار دارند . در ايران نيز مقدري كنجد توليد مي شود كه بيشتر آن به مصرف تهيه روغن و حلوا دره مي رسد- تركيبات شيميايي: كنجد داراي پروتئين ، ويتامين هاي B,D,E,F و لسيتين Lecithin مي باشد . مقدر روغن آن در حدود 50% است روغن كنجد مركب از حدود 70% اسيدهاي جرب اشباع نشده مانند لينولئيك اسيد اولئيك اسيد و مقدري اسيدهاي چرب اشباع شده مانند اسيد پالمتيك و آراشيديك اسيد مي باشد . روغن كنجد يكي از روغن هاي شاباع نشده و مفيد براي بدن است و در آمريكاي شمالي و كانادا بمقدر زياد مصرف مي شود و دليل آن اسن كه اين روغن نه فقط كلسترول بدن را بالا نمي برد بلكه آنرا كاهش مي دهد . براي تهيه روغن كنجد معمولا دانه ها را مي شويند تا رنگ روي آن از بين برود سپس دانه ها را آسياب كرده و در آب مي ريزند تا پوست آن كه سبك روي آب بيايد كه آنرا مي گيرند . بعد دانه ها را خشك كرده و در آب جوش مي ريزند و خمير مي كنند . اين خمير را تحت فشار قرار داده تا روغن آن جداشود . اين روغن را روغن سرد فشار اول مي نامند و از تفاله باقيمانده تحت اثر فشار و گرما روغني بدست مي آيد كه بنام روغن گرم يا فشار دوم معروف است كه البته ارزش غذايي روغن سرد را ندارد .تفاله باقيمانده از اين مرحله را معمولا براي علوفه دام ها بكار مي برند . مخصوصا اين تفاله از نظر داشتن مواد پروتئيني غذاي خوبي براي گاوهاي شيدره است . اگر مي خواهيد از روغن كنجد استفاده كنيد دقت كنيد كه روغن سرد فشار اول باشد كه بنام First cold pressed معروف است زيرا در اثر حرارت دادن روغن كنجد خواص خود را از دست مي دهند . - خواص داروئي: از نظر طب قديم ايران كنجد گرم و تر است . كنجد بسيار مغذي است و در اكثر كشورهاي فقير بعنوان جانشين گوشت بكار مي رود . 1)براي چاق شدن و تقويت نيروي جنسي موثر است 2)براي رفع قولنج كنجد را آسياب كرده و با سركه مخلوط كنيد

و بمقدر نصف وزن كنجد ، مغز بادام پوست كنده را بآن اضافه كنيد آنها را پودر كنيد و هر روز بمقدر يك قاشق سوپخوري از آن بخوريد . 3) كنجد گرفتگي صدا را از بين مي برد . 4)نرم كننده معده و روده است 5)كره كنجد كه در كانادا بنام تاهيتي معروف است و شبيه دره مي باشد غذاي خوبي براي رشد بچه هاست .6)برگ كنجد را اگر به سر بماليد باعث رشد و سياهي موي سر مي شود7)دره نرم كننده معده و روده هاست 8)كنجد فشار خون را كاهش مي دهد 9)كنجد ضد رماتيسم است10)براي رفع ناراحتي كيسه صفرا مفيد است 11)دم كرده برگ كنجد اسهال خوني را برطرف مي كند 12)روغن كنجد براي رفع تنگي نفس و سرفه خشك و زخم ريه مفيد است13)روغن كنجد سوز ش ادرار را رفع مي كند14)از روغن كنجد بجاي روغن زيتون در سالاد استفاده كنيد 15)كنجد با همه خواصي كه درد براي معده اي ضعيف مناسب نيست زيرا ثقيل الهضم است . اينگونه اشخاص بايد آنرا با عسل وسركه بخورند . - مضرات : مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .

لوبياي سويا

نام علمي : Soja hispida Moench - كليات گياه شناسيسويا قرنهاست كه غذاي مردم آسيا مخصوصا چين بوده است و چيني آن را همراه با برنج بعنوان غذاي اصلي خود مصرف مي كنند . ايالات متحده آمريكا بزرگترين توليد كننده سويا مي باشد و تقريبا دو سوم محصول كل دنيا را توليد مي كند . سويا در ايران بنام (لوبيا روغني ) ( لوبيا چيني ) سوژا و دانه سويا معروف است . سويا گياهي است يكساله داراي ساقه پرشاخه ، برگهاي آن بيضي ، نوك تيز و سبز رنگ مي باشد . ميوه آن شبيه لوبيا سات كه در هر غلاف آن سه تا پنج دانه جدا از يكديگر وجود دارد . رنگ دانه سويا بر حسب انواع مختلف متفاوت است و برنگهاي زرد ، سفيد سياه ، خاكستري و خالدر ديده مي شود .دانه سويا به بزرگي يك نخود كمي مسطح و گرد است . دانه سياه سويا بشتر در طب گياهي مصرف درد ولي از دانه زرد رنگ آن بيشتر براي روغن گيري استفاده مي كنند . سويا بعلت داتشن پروتئين و مواد مغذي در تغذيه انسان بكار مي رود . سويا از چين به نقاط ديگر دنيا راه يافته است و بطور وحشي در آن كشور وجود دارد . سويا در حدود 3500 نوع مختلف درد كه هر كدام آب و هواي مخصوصي را مي خواهد . - تركيبات شيميايي: سويا از نظر ويتامين هاي گروه B بسيار غني است و داراي مقدري ويتامين هاي C,D,E,K و كمي كاروتن مي باشد . سويا همچنين دريا كلروفيل و آنتي بيوتيكي بنام كاناوالين نيز هست . دانشمندان موفق شده اند كه از لوبياي سويا يك نوع آنتي بيوتيك ارزان قيمت تهيه كنند كه موروميكس ناميده مي شود و باكتريهاي مضر روده را از بين مي برد . جدول زير مواد موجود در صد گرم دانه خشك و رسيده جوانه سويا ، شير سويا و سبوس سويا را نشان مي دهد دانه خشكجوانه سوياشير سوياسوس سوياآب 10 گرم 86 گرم 92/5 گرم 62/8 گرم پروتئين34 گرم 6 گرم3/4 گرم5/6 گرم چربي 17/7 گرم 1/4 گرم 1/5 گرم1/3 گرممواد نشاسته اي29 گرم4/7 گرم 2/2 گرم9/5 گرمكلسيم226 ميليگرم 48 ميليگرم 20 ميليگرم82 ميليگرمفسفر 550 ميليگرم 67 ميليگرم 48 ميليگرم 104 ميليگرم آهن 8/4 ميليگرم 1 ميليگرم 0/8 ميليگرم 4/8 ميليگرم ويتامين آ 80 واحد 80 واحد 40 واحد 7320 واحد ويتامين ب 1 1/1 ميليگرم 0/25 ميليگرم0/8 ميليگرم 0/02 ميليگرم ويتامين ب 2 0/3 ميليگرم 0/2 ميليگرم 0/03 ميليگرم 0/25 ميليگرم ويتامين ب 3 2/2 ميليگرم 0/8 ميليگرم 0/2 ميليگرم 0/4 ميليگرم همانطور كه گفته شد سويا از نظر مواد پروتئيني بسيار قوي است و در كشورهاي فقير از آن بعنوان جانشين گوشت استفاده مي كنند . در جدول

زير سويا با گوشت مقايسه شده استسويا گوشت گاو آب 9/87% 74% پروتئين 36/67% 23/74% چربي 17%2/3% پتاسيم 1/3% 54% اسيد فسفريك 1/47% 66% بنابر اين همانطور كه در جدول بالا ديده مي شود مقدر پروتئين سويا 1/5 بربر گشوت گاو مي باشد و منبعي غني از پروتئين است . براي درست كردن شير سويا ، دانه سويا را له كرده و بمدت 24 ساعت تحت تاثير آب قرار مي دهند سپس آنرا صاف مي كنند و بدين ترتيب نوشابه اي مانند شير بدست مي آيد كه منبع غذايي خوبي است كه مي توان بجاي شير گاو مصرف كرد . روغن سويا كه از فشدرن دانه هاي له شده وسيا بدست مي آيد رنگ زرد مايل به قرمز دارد و داراي بوي مخصوصي شبيه بوي لوبيا است و در حرارت 15 در جه منجمد مي شود ولي درجه حرارت معمولي حالت روان دارد. - خواص داروئي: 1) سويا مقوي و باد شكن است 2)دانه سويا ، مدر ، تب بر و ضد سم است 3)در چين دانه سويا را بعنوان ضد سم مصرف مي كنند4)شير سويا غذاي مفيدي براي كودكان است 5)نان سويا براي مبتلايان به بيماري قند بسيار مناسب است زيرا اولا ارزش غذايي زيادي درد ثانيا مواد نشاسته اي كه تبديل به قند مي شود در آن كم است 6)دانه هاي سبز سويا را له كرده و بصورت ضماد در آوريد اين ضماد براي زخم هاي آبله و ساير زخم ها مفيد است همچنين براي رفع التهاب و قرمزي پاي بچه ها كه در اثر ادرار بوجود آمده مفيد است .7)سويا براي مبتلايان به نقرس و رماتيسم و اشخاص ضعيف البنيه بسيار مفيد است 8)سوس سويا براي تحريك اشتها بكار مي رود 9)سوس سويا را براي از بين بردن بوي گوشت بكار مي برند 10)سوس سويا را به غذاهايي كه تدريد دريد سالم باشد بزنيد سم آنرا خنثي مي كند11)سوس سويا ملين ، خنك كننده و ضد سم است 12)اگر زن حامله در معرض خطر سقط جنين باشد به او سس سويا بدهيد 13)اگر ادرار كسي بخون آلوده است سوس سويا درمان آن است 14)سس سويا براي سوختگي پوست مفيد است 15)فرآورده هاي سويا براي پيشگيري سرطان مفيد است16)سويا به فعاليت روده ها و دفع منظم سموم كمك مي كند 17)سويا مقدر تري گليسيدر خون را پائين مي آورد18)براي تميز كردن شريانها از فرآورده هاي سويا استفاده كنيد حتي مبتلا به شرائين و در معرض خطر قلبي هستند اگر از سويا استفاده كنند و گوشت را از برنامه غذايي خود حذف كنند بزودي شريانهاي آنها تميز و جوان خواهد بود . 19)سويا سنگ كيسه صفرا را شكسته و خارج مي سازد و اگر از فرآورده هاي سويا استفاده كنيد در بدن شما سنگ كيسه صفرا توليد نخواهد شد اگر سنگ كيسه صفرا دريد رژيم خود رابه سويا تغيير دهيد 20)سويا براي سلامت روده بزرگ و تنظيم تخليه و دفع مواد زائد بسيار مفيد است 21)سويا موثر براي درمان سرطان كولون است 22)سويا از

سرطان سينه جلوگيري مي كند 23)سويا منبع غني هورمون استروژن است بنابراين مي توان جانشين هورمونهاي مصنوعي در دوران يائسگي باشد . پس خانم ها در دوران يائسگي بهتر است از فرآورده هاي سويا استفاده كنند .- طرز استفاده:فرآورده هاي سويا زياد است و بسته به نوع سليقه مي توانيد از آنها استفاده كنيد مانند شيز سويا ، شير بريده سويا ، در سويا بلغور سويا ، سوياي بو داده پروتيئن سويا ، سس سويا ، سوياي تخمير شده جوانه سويا و غيره - مضرات : مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .

اسفناج

نام علمي : Spinacia oleracea - كليات گياه شناسياسفناج گياه بومي ايران است و از اوائل قرن اول ميلادي كم كم به نقاط ديگر دنيا راه يافت . بطوريكه در تاريخ مسطور است اسفناج در قرن هفتم در چين و در قرن دوازدهم در اسپانيا كشت ميشده است . كشت اسفناج در سال 1806 در آمريكا شروع شد . اسفناج گياهي است يكساله دراي ساقه اي راست به ارتفاع نيم متر كه برگهاي آن پخن و نرم مثلثي شكل برنگ سبز مي باشد . اسفناج نسبت به سرماي زمستان مقاوم است . دو نوع اسفناج وجود دارد كه بنام پائيزه و بهاره ناميده مي شود . اسفناج بهاره در فصل بهار كاشته مي شود و به اسفناج انگليسي معروف است . نوع پائيزه آن كه به خاك بسيار غني احتياج درد در پائيز كاشته مي شود . گلهاي اسفناج برنگ سبز كمرنگ مي باشد . اسفناج چون دراي مواد غذايي فراواني است كشت آن امروز در تمام نقاط دنيا معمول است . - تركيبات شيميايي: اسفناج از نظر داشتن ويتامين B3 بسيار غني است و بنابراين داروي مهمي براي برطرف كردن بيماري پلاگر است .( پلاگر يك نوع بيماري است كه بعلت كمبود ويتامين B3 در بدن توليد مي شود و نشانه هاي ضعف بدن ، تشنج ، اختلال در دستگاه هاضمه و بوجود آمدن لكه هاي قرمز روي بدن است .) ضمنا در اسفناج مقدر زيادي آهن ، يد ، لسيتين ، كلروفيل ، كاروتن ، اسيد اگزاليك و اسيد ارسنيك وجود دارد در صد گرم اسفناج خام مورد زير موجود است : انرژي20 كالريآب90 گرم پروتئين 3 گرمچربي0/3 گرم مواد نشاسته اي 3/5 گرم كلسيم 90 ميلي گرم فسفر 50 ميلي گرمآهن 3/2 ميلي گرم سديم 70 ميلي گرم پتاسيم 470 ميلي گرم ويتامين آ6000 واحد ويتامين ب 1 0/1 ميلي گرمويتامين ب 2 0/2 ميلي گرم ويتامين ب 3 0/6 ميلي گرم ويتامين ث 40 ميلي گرم - خواص داروئي: برگ اسفناج از نظر طب قديم ايران كمي سرد و تر است و برخي عقيده دارند كه متعادل است يعني نه سرد است و نه گرم . 1) برگ اسفناج منبع غني ويتامين C ، B3 ، A و آهن و پتاسيم مي باشد . 2) بدن را قلايي مي كند . 3) خنك كننده است و براي پائين آوردن تب مفيد است . 4) ورم روده كوچك را رفع مي كند . 5)براي ورم ريه مفيد است .6)ملين است و يبوست را برطرف مي كند . 7)براي لاغر شدن و وزن كم كردن مفيد است . 8) اسفناج بدليل داشتن ماده اي بنام اسپيناسين هضم غذا را تسريع مي كند . اين ماده باعث تحريك معده و ازدياد ترشحات آن مي شود . 9) خوردن اسفناج در رفع تشنگي موثر است . 10)براي از بين بردن ورم و درد گلو مفيد است . 11) براي رفع سرفه هاي خشك برگ

اسفناج را با حو پوست كنده و روغن بادام بپزيد و بخوريد . 12)آش اسفناج با گشنيز براي سردردهايي كه ناشي از سوء هاضمه و اختلال دستگاه گوارشي است مفيد مي باشد . 13)اگر آش اسفناج را ب آب ليمو و سماق و يا آب غوره بخوريد سردردهاي ناشي از اختلال كيسه صفرا را برطرف مي كند .14) خوردن اسفناج از سطان جلوگيري مي كند مخصوصا در افرادي كه به مصرف الكل و سيگار دست دارند .15)حقيقات دانشمندان نشان داده است كه اسفناج در پيشگيري سرطان روده بزرگ ، معده ، پروستات حنجره و رحم موثر است . 16)اسفناج كلسترول خون را پائين مي آورد .17)بهترين دارو براي كساني است كه مبتلا به كم خوني هستند . 18) اسفناج مانند جارو روده بزرگ را تميز مي كند .19)ترشحات لوزالمعده را افزايش مي دهد .20)اسفناح سبزي مفيد براي تقويت اعصاب است .21)اسفناج پته براي رفع بيماري آسم و گرفتگي صدا بسيار موثر است . 22)رماتيسم و نقرس را درمان مي كند . 23)براي زياد كردن شير در مادران شير ده موثر است . 24) سابقا نوعي شربت از اسفناج تهيه شد كه در معالجه خونريزيها و كم خوني از آن استفاده مي كردند . 25) تخم اسفناج ملين و خنك كننده است . 26)تخم اسفناج براي برطرف كردن ورم كبد و يرقان مفيد است .27)اسفناج تعداد گلبولهاي قرمز خون را افزايش مي دهد . 28) اسفناج چون داراي كلروفيل است عضلات روده را تحريك كرده و تخليه مدفوع را آسان مي كند .29) اگر كسي مبتلا به حبس البول يعني بند آمدن ادرار است مي تواند با مخلوط نصف فنجان آب اسفناج اين ناراحتي را درمان كند . با همان مقدر روغن بادام يا روغن زيتون مخلوط كرده و باو بدهيد . 30)اسفناج را در سالاد خود بريزيد و ميل كنيد .- مضرات : اسفناج بعلت داشتن اگزالات براي بيماران مبتلا به ورم مفاصل و سنگهاي كليه و مثانه مناسب نيست ضمنا آنهائيكه سرد مزاج هستند بايد اسفناج را با ادويه گرم نظير زنجبيل و هل ميل نمايند .

# کدو

نام علمي : Lagenaria vulgaris- كليات گياه شناسيكدو گياهي است يكساله و خزنده كه برگهاي آن بشكل قلب و پهن و پوشيده از كرك ريز مي باشد . گلهاي زرد رنگ است و گل نر و گل ماده آن روي يك پايه قرار درد . ريشه آن بايرك و بلند ، كمي شيرين و خوردن جوشانده آن مستي آور است . كدو انواع مختلف درد مانند كدوي حلوايي ، كدوي تنبل يا كدوي زرد ،كدوي خورشي يا كدوي سبز . نوعي از كدوي حلوايي در كانادا و آمريكا و بعضي نقاط دنيا مي رويد كه بسيار بزرگ مي شود و گاهي وزن آن مرباتا 60 كيلوگرم نيز مي رسد . در آمريكا و كانادا اين كدوها را براي شب هالوين بكار ميبرند و با آن ر و كيك درست مي كنند . - تركيبات شيميايي: در يكصد گرم كدو مواد زيرا را مي توان يافت : كدو حلوائي كدو سبز كالري 18 18آب 91 گرم94 گرم پروتئين 1 گرم 1/1 گرم چربي 0/1 گرم 0/1 گرم نشاسته 5/4 گرم 3/6 گرم كلسيم21 ميلي گرم 28 ميلي گرمفسفر 45 ميلي گرم0 3 ميلي گرم آهن0/8 ميلي گرم 0/5 ميلي گرم پتاسيم24 ميلي گرم2/2 ميلي گرم ويتامين آ 1600 واحد400 واحدويتامين ب 1 0/5 ميلي گرم0/05 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/11 ميلي گرم 0/09 ميلي گرمويتامين ب3 0/6 ميلي گرم 1 ميلي گرم ويتامين ث9 ميلي گرم20 ميلي گرم در صد گرم تخم كدو مواد زير موجود است : آب94 گرم پروتئين 1/1 گرم چربي0/1 گرمنشاسته3/6 گرم كلسيم 28 ميلي گرم فسفر30 ميلي گرم آهن 0/4 ميلي گرم پتاسيم 2/2 ميلي گرم ويتامين آ 400 واحد ويتامين ب 1 0/05 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/09 ميلي گرم ويتامين ب 3 1 ميلي گرم ويتامين ث 22 ميلي گرم - خواص داروئي: - خواص كدو و تخم كدو : كدو از لحاظ طب قديم ايران سرد و تر يعني خنك كننده و مرطوب كننده است و از لحاظ شيميايي بدن را قليايي مي كند . كدو هم مانند بادمجان چون داراي كالري است بنابراين مهمترين غذا براي كساني است كه مي خواهند وزن كم كنند . 1)تخم كدوي خام اثر دفع كرم روده درد و چون سمي نيست اطفال نيز مي توانند از آن استفاده كنند . براي اين منظور بايد مقدر 50 گرم تخم كدو را پودر كرده و با عسل مخلوط نموده و مصرف كنيد و بايد بعد از چهار ساعت يك مسهل مانند روغن كرچك بخوريد كه كرمها را دفع كند .2)كدو اثر ملين ، مدر و رفع يبوست و رفع سوء هاضمه را دارد3)به اشخاصي كه تب دارند كدو مي دهند تب را پائين مي آورد 4)كدو براي اشخاص گرم مزاج و صفراوي غذاي خوبي است 5)كدو خونساز است و براي استفاده از اين خاصيت كدو بايد آنرا همراه با آب غوره و يا سركه در روغن زيتون پخت و مصرف نمود

6)براي رفع دندان درد آب كدو قرقره كنيد 7)براي درمان گوش درد چند قطره آب كدو در گوش بچكانيد 8)براي برطرف كردن التهاب معده ، كبد و كليه كدوي پخته را روي اين اعضاء بگذاريد 9)پوست كدو را خشك كنيد خوردن آن درمان بواسير و خونريزي معده و روده است 10)تخم كدو درمان كننده سرفه و برطرف كننده اخلاط خون است 11)براي زخم روده ها و مثانه و سوزش مجراي ادرار تخم كدو مصرف كنيد 12)روغن تخم كدو براي رفع تب و دل پيچه مفيد است13)كدو و تخم كدو هر دو براي پيشگيري سرطان مفيد مي باشند 14)تخم كدو علاج كننده سرطان پروستات و برطرف كننده ورم پروستات مي باشد در مادران بالاتر از سن چهل معمولا غده پروستات شروع به بزرگ شدن مي كند و بنابراين اين اشخاص بايد چند روز در هفته كدو حلوايي يا تخم كدو بخورند . 15)كدو و تخم كدو در پيشگيري سرطان ريه بسيار موثر است و اشخاص سيگاري و حتي آنهائيكه با اين اشخاص زندگي مي كنند و باصطلاح سيگاري دست دوم هستند براي اينكه مريض نشوند بايد از كدو استفاده كنند . - مضرات : همانطور كه گفته شد كدو سرد است و در خوردن كدو در مناطق حاره و گرم سير بسيار مفيد است و بدن را سالم نگاه مي دارد . كدو براي كسانيكه طبع سرد دارند و يا در مناطق سردسير زندگي مي كنند خوب نيست زيرا ايجاد نفخ وسنگيني و درد معده مي كنند .و بنابراين اشخاص اگر بخواهند كدو بخورند حتما بايد آنرا با ادويه هاي گرم مانند خردل و سير و فلفل و نعناع بخورند.

# چاي كوهي

نام علمي : Hypericum perfratum - كليات گياه شناسيچاي كوهي بمقدر زياد در آمريكا و اروپا پرورش مي يابد و معمولا بصورت خودرو در ميان مزارع گندم و ذرت يافت مي شود . چاي كوهي در اروپاو آمريكا بنام سنت جونز شهرت درد و مدتي است كه بسيار معروف شده و تقريبا براي هر بيماري بكار ميرود . جالب است بدانيد كه روغن چاي كوهي براي مدت سه قرن در انگلستان تنها داروي زخم ها بوده است . چاي كوهي در ايران در دامنه كوههاي البرز كرج چالوس و مازندران و نقاط غرب ايران به حد زياد مي رويد .در اروپا نانوائيها اين گياه را خوب مي شناسند زيرا كمي از آنرا به در اضافه مي كنند كه نان را بهتر و خوش طعم تر مي كند . گلهاي چاي كوهي برنگ سفيد يا زرد مي باشند كه در بالاي ساقه بصورت مجتمع بچشم مي خورد . اين گلها كمي معطر و داراي بوي مخصوصي مي باشد . ميوه چاي كوهي بشكل كپسول است .- تركيبات شيميايي: مهمترين ماده شيميايي چاي كوهي هاپيرين Hyperin و همچنين ماده قرمز رنگي بنام هايپريسين Hypericin است چاي كوهي داراي تانن و اسيد نيكوتي نيك نيز مي باشد. - خواص داروئي: از نظر طب قديم ايران اين گياه گرم و خشك است . ماده قرمز رنگي كه در برگهاي چاي كوهي وجود دارد وب ا فشار دادن برگها از آن استخراج مي شود براي التيام زخم ها و درمان سوختگي ها بكار مي رود . براي تهيه جوشانده و يا دم كرده اين گياه بايد حدود يك قاشق چايخوري برگ و گل خشك گياه را در دو فنجان آب جوش ريخته و آنرا آنقدر بجوشانيد تا يك فنجان باقي بماند سپس آنرا مصرف كنيد . بطور خلاصه مي توان به مورد زير اشاره كرد : 1)ضد كرم معده و روده مي باشد.2)ادرار آور وقاعده آور است . 3)گرفتگي صدا را باز مي كند و خلط آور است. 4)براي درمان مرض كزاز بكار مي رود.5)اگر برگ آنرا بصورت پودر داروريد و روي زخم هاي عميق و متعفن بپاشيد اين نوع زخم ها را خوب مي كند. 6)درمان كننده اسهال و اسهال خوني است . 7)براي درد دنبالچه بهترين دارو است .8)اگر مشكوك به خونريزي مغزي هستيد و يا احتمال خونريزي مغزي وجود دارد حتما از اين دارو استفاده كنيد . 9)ضعف جنسي را درمان مي كند.10)درمان كننده بيماري منتژيت است . 11)براي درمان فلج بكار مي رود . 12)سياه سرفه را از بين مي برد. 13)درد پشت و گردن و خشكي گردن را درمان مي كند . 14)براي كم خوني مفيد است .15)چاي كوهي اشتها را باز مي كند بنابراين مي توان آنرا به بچه ها و افراد مسن كه اشتها ندارند داد.16)ضد افسردگي مي باشد . 17)درمان كننده بيخوابي است . 18)در درمان سرمخوردگي معجزه مي كند .

19)براي درمان تب و اثر نيش سمي حشرات بكار ميرود. و بالاخره با تحقيقات جديدي كه دانشمندان روي اين گياه معجزه آسا انجام داده اند و دريافته اند دريافته اند كه چاي كوهي مي تواند ويروسها را از بين ببرد و حتي روي ويروس بيماري AIDS نيز اثر درد .مدتي است كه بيماران مبتلا به ايدز ازاين گياه استفاده ميكنند كه سيستم دفاعي بدن آنها را تقويت كرده وبيماري را تخفيف مي دهد .دانشمندان مدتي است كه روي اثر چاي كوهي بر ريو سرطان خون تحقيقات دامنه دري راشروع كرده اند و به نتايج درخشاني دست يافته اند . همانطوريكه قبل گفته شد اين دارو اثر بسيار خوبي بر روي افسردگي درد البته اگر سه متوالي از اين دارو استفاده شود حالات افسردگي را از بين برده بيخوابي را مداوا مي كند و بيماران اعتماد بنفس خود را باز مي يابند . - مضرات : كسانيكه از قرص ضد بارداري ، داروهاي آسم و ضد سرمخوردگي و حساسيت استفاده مي كنند نمي توانند چاي كوهي مصرف كنند .

# تمبر هندي

نام علمي : Tamarindus indica - كليات گياه شناسيتمبر هندي كه از Tamaria Hindi مشتق شده و به معناي ميوه هندي مي باشد . تمبر هندي درختي است بلند كه منشا آن از هند و آفريقاي شمالي بوده است ولي امروزه در بيشتر مناطق گرمسير دنيا پرورش مي يابد . برگهاي آن متناوب و مركب شامل 10 تا 20 جفت برگچه فشرده و نزديك بهم است . گلهاي آن به رنگ زرد مايل به قرمز و به شكل خوشه در انتهاي ساقه ظاهر مي شود . ميوه آن شبيه باقلا به شكل غلاف و نيام و با كمي خميدگي است . اين غلاف به طول 10 سانتيمتر مي باشد كه در آن بين 3 تا 10 دانه قرار دارد . براي تهيه تمبر هندي ها ميوه ها را شكافته و قسمت گوشتدار آنها را با هسته بيرون آورده و خشك مي كنند . خشك كردن تمبر هندي طرق مختلفي درد و در هر منطقه فرق مي كند . مثلا در جزاير آنتيل قسمت گوشتدار آنرا در ظرف بزرگي كه داراي شربت غليظي در حال جوش است وارد مي كنند تا شربت در منافذ ميوه نفوذ كرده و آنرا حل كند . تركيبات شيميايي:قسمت گوشتدار ميوه داراي كمي قند و پكتين و همچنين اسيد سيتريك ، اسيد ماليك ، تارتارات و اسيد پتاسيم مي باشد . در پوست درخت تمبر هندي مقدري تانن وجود دارد . سرشاخه هاي جوان و سبز اين درخت داراي مقدر زيادي ويتامين هاي گروه B مي باشد. - خواص داروئي:تمبر هندي از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است . 1)خوردن تمب هندي باعث پائين آمدن تب مي شود . 2) به هضم غذا كمك مي كند .3)تمبر هندي خنك كننده بدن است . 4)براي رفع تشنگي مفيد است . 5)دل بهم خوردگي و تهوع را برطرف مي كند . 6)پوست تمبر هندي قابض و رفع كننده اسهال است .7)بهترين طريقه استفاده از تمبر هندي اين است كه اين ماده را درآب خيس كنيد و سپس آنرا صاف كرده و با نبات بخوريد . 8)دم كرده تمبر هندي نيز اثر ملين درد . براي تهيه دم كرده يك قاشق غذا خوري تمبر هندي را با نيم ليتر آب جوش مخلوط كرده و به مدت يك ساعت بگذاريد بماند سپس اين دم كرده را در طول روز مصرف كنيد . 10)تمبر هندي را بپزيد و ضماد از آن درست كنيد . اين ضماد را روي ورم و قسمتهاي دردناك بدن بگذاريد . - مضرات : تمبر هندي براي ريه و طحال خوب نيست و در اشخاصي كه ريه و طحال ضعيف دارند ممكن است توليد اشكال كند . اينگونه اشخاص بهتر است كه تمبر هندي را با كتيرا و يا خشخاش بخورند .

# گوجه فرنگي

نام علمي : Lycopersicum esculentum- كليات گياه شناسي گوجه فرنگي از هزاران سال پيش وجود داشته است ولي البته باندازه يك گيلاس بوده است و كم كم در اثر پرورش درشت تر شده است . وطن اصلي اين گياه آمريكاي جنوبي است . درقرن شانزدهم در كشور پرو به مقدر زياد كشت مي شده است . در قرن هفدهم گوجه فرنگي به انگلستان و هلند راه يافت و چون بسيار گران بود فقط مردم ثروتمند مي توانستند از آن استفاده كنند و بنام سيب عشق معروف شد . گوجه فرنگي در حال حاضر در تمام مناطق دنيا كشت مي شود و تقريبا در تمام فصول سال وجود دارد گوجه فرنگي انواع مختلف درد و در حدود شانزده نوع آن در بازار بفروش مي رسد . يك نوع آن گوجه فرنگي سفيد است كه داراي اسيد نمي باشد گوجه فرنگي را بايد هنگاميكه كاملا رسيده استداز بوته چيد و مصرف كرد زيرا گوجه فرنگي نارس و سبز است و براي بدن مخصوصا كليه ها مضر است البته در كشورهاي صنعتي گوجه فرنگي را كال مي چينند تا هنگاميكه به مقصد مي رسد و يا در انبار مي رسد و قرمز مي شود . اگر گوجه فرنگي كاملا قرمز باشد ولي هنگاميكه آنرا باز مي كنند تخم آن سبز باشد نشانه اين است كه گوجه فرنگي را كال چيده اند و بعدا رسيده است . گوجه فرنگي گياهي است يكساله داراي شاخه هاي زياد كه ارتفاع آن تا حدود يك متر مي رسد گلهاي آن زرد رنگ است كه از كنار شاخه ها و يا ساقه آن بيرون مي آيد . مويه آن گرد و يا تخم مرغي و برنگ زرد و يا قرمز ديده مي شود . - تركيبات شيميايي:گوجه فرنگي از هزاران سال پيش وجود داشته است ولي البته باندازه يك گيلاس بوده است و كم كم در اثر پرورش درشت تر شده است . وطن اصلي اين گياه آمريكاي جنوبي است . درقرن شانزدهم در كشور پرو به مقدر زياد كشت مي شده است . در قرن هفدهم گوجه فرنگي به انگلستان و هلند راه يافت و چون بسيار گران بود فقط مردم ثروتمند مي توانستند از آن استفاده كنند و بنام سيب عشق معروف شد . گوجه فرنگي در حال حاضر در تمام مناطق دنيا كشت مي شود و تقريبا در تمام فصول سال وجود دارد گوجه فرنگي انواع مختلف درد و در حدود شانزده نوع آن در بازار بفروش مي رسد . يك نوع آن گوجه فرنگي سفيد است كه داراي اسيد نمي باشد گوجه فرنگي را بايد هنگاميكه كاملا رسيده استداز بوته چيد و مصرف كرد زيرا گوجه فرنگي نارس و سبز است و براي بدن مخصوصا كليه ها مضر است البته در كشورهاي صنعتي گوجه فرنگي را كال مي چينند تا هنگاميكه به مقصد مي رسد و يا در انبار مي رسد و قرمز مي شود . اگر گوجه فرنگي كاملا قرمز

باشد ولي هنگاميكه آنرا باز مي كنند تخم آن سبز باشد نشانه اين است كه گوجه فرنگي را كال چيده اند و بعدا رسيده است . گوجه فرنگي گياهي است يكساله داراي شاخه هاي زياد كه ارتفاع آن تا حدود يك متر مي رسد گلهاي آن زرد رنگ است كه از كنار شاخه ها و يا ساقه آن بيرون مي آيد . مويه آن گرد و يا تخم مرغي و برنگ زرد و يا قرمز ديده مي شود . - خواص داروئي:گوجه فرنگي گر چه داراي اسيد سيتريك است اما بدن را قلبايي مي كند 1)گوجه فرنگي درجه قلبايي بودن خون را بالا برده و به دفع مواد سمي خون كمك مي كند بطور كلي تصفيه كننده خون است 2)به دفع ساياد اوريك كمك مي كند 3)گوجه فرنگي ملين است 4)براي درمان ورم ملتحمه چشم مفيد است 5)سنگ كليه را دفع مي كند 6)آقايان با خوردن مرتب گوجه فرنگي مي توانند خود را در مقابل سرطان پروستات بيمه كنند 7)گوجه فرنگي از ورم آپانديس جلوگيري مي كند 8)براي رفع دندان درد ، ريشه و شاخه برگهاي گوجه فرنگي را با آب بجوشانيد و اين جوشانده را مضمضه كنيد . 9)از جوشانده برگ گوجه فرنگي براي دفع شته و حشرات مي توانيد استفاده كنيد . بدين منظور بايد يك كيلو گرم برگ تازه گوجه فرنگي را در يك ليتر سركه خيس كرده و در داخل ظرفي كه 2 ليتر آب جوش درد بريزيد و ظرف را روي چراغ قرار داده وبمدت 15 دقيقه بجوشانيد ظرف را از روي چراغ برداشته بگذاريد تا مدت دو روز بماند و گاهگاهي آنرا هم بزنديد سپس آنرا با فشار صاف كنيد 10)گوجه فرنگي براي مبتلايان به نقرس و رماتيسم مفيد است 11)گوجه فرنگي ورم مفاصل را برطرف مي كند 12)از تصلب شرائين جلوگيري مي كند و حتي مصرف آن براي اين مرض مفيد است 13)اوره خون را پائين مي آورد 14)ورم مخاط روده را رفع مي كند 15)براي تميز كردن خون بايد از آّ گوجه فرنگي و كرفس به نسبت مساوي و بمقدر سه فنجان در روز قبل از غذا و بمدت سه هفته استفاده كنيد . 16)براي تميز كردن لكه جوهر بر روي لباس يك تكه پنبه را در داخل آب گوجه فرنگي برده و لكه جوهر را با آن مالش دهيد و سپس آنرا بشوئيد 17)اگر پوست شما كك و مك درد هر روز آنرا باّآ گوجه فرنگي تميز كنيد كم كم كك و مكك ها را از بين مي برد- مضرات :در بعضي از اشخاص هضم گوجه فرنگي با اشكال صورت مي گيرد آنهائيكه معده حساس دارند نبايد درخوردن گوجه فرنگي افراط كنند .بعضي از افراد نسبت به گوجه فرنگي حساسيت دارند اينگونه افراد نيز نبايد گوجه فرنگي بخورند

زردچوبه

نام علمي : Curcuma longa - كليات گياه شناسي زردچوبه گياهي است از خانواده زنجبيل به ارتفاع حدود يك متر و نيم كه داراي ساقه متورمي است . گلهاي زردچوبه بصورت سنبله و برنگ سبز مايل به زرد مي باشد . زردچوبه در هندوستان و چين و نقاط حاره زمين مي رويد . از كنار بگهاي غلاف در قاعده ساقه ،شاخه هاي كوچك و ساتوانه اي شكل ضخيمي خاج مي شود كه بصورت مورب در زمين فرو رفته و هر يك ايجاد ريشه مي كنند و مرتبا پايه هاي جديدي بوجود مي آروند .قسمت مورد استفاده اين گياه ساقه زيرزميني آن است كه پس از خارج كردن از زمين تميز كرده و رشه هاي آنرا جدا مي كنند و در آب جوش قرار يم دهند و پس از تيمز كردن بمدت چند روز آنرا خشك مي كنند . زردچوبه رنگ زرد يا خاكستري مايل به قهوه اي درد بوي آن معطر و طعم آن تلخ است. - تركيبات شيميايي:زردچوبه داراي اسانسي مركب از اسيدهاي والرينيك ، كاپرليك و فلاندون مي باشد و همچنين داراي سابي نين ، سينئول ، بورنئول و الكل تورمرول و ماده كوركومين مي باشد كه رنگ زرد زردچوبه بعلت خمين ماده كوركومين مي باشد. - خواص داروئي:زردچوبه از نظر طب قديم ايراني گرم و خشك است و براي استفاده درماني مي توان آنرا مانند چائي دم نمود و استفاده كرد البته جديدا در بازار كانادا و آمريكا كپسول آن هم به بازار آمده است :زردچوبه داراي خواص درماني زير است : 1)گرفتگي و انسداد صدا را باز مي كند و براي تميز كردن كبد بكار مي رود . 2)مخلوط يك قاشق غذا خوري زردچوبه و يك قاشق انيسون و سركه براي درمان يرقان مفيد است . 3)براي رفع دندان درد آنرا در دهان انداخته و بجويد . 4)زردچوبه بهترين داروي ضد تورم است و در اروپا و آمريكا از آن بدين منظور استفاده مي كنند كه مي توان از سه فنجان دم كرده زردچوبه در روز و يا مقدر 2 كپسول سه بار در روز استفاده كرد. 5)براي خشك كردن زخم ها و رفع درد آنها مي توان گرد خشك زردچوبه را روي آنها ريخت. 6)زردچوبه بادشكن ، تصفيه كننده خون ، تب بر ، محرك و انرژي زا مي باشد .7)زردچوبه براي رساندن دمل نيز مفيد است . 8)خانم هائيكه عادت ماهيانه آنها نامنظم است براي تنظيم آن بايد از زردچوبه استفاده كنند . 9)از زردچوبه براي درمان كمر درد ، پشت درد و سينه درد نيز استفاده مي شود . 10)براي درمان اسهال و اسهال خوني حتما از دم كرده زردچوبه استفاده كنيد . 11)زردچوبه در قديم براي درمان رماتيسم و سل بكار مي رفته است . 12)براي درمان التهاب لثه ، زردچوبه را دم كرده و آنرا قرقره كنيد . 13)تحقيقات اخير دانشمندان نشان دادن است

که زردچوبه از سرطان جلوگيري مي کند بنابراين حتماسعي کنيد که در غذاها از زردچوبه استفاده کنيد. - مضرات :با تمام مزاياي گفته شده بايد اشاره کرد که زياده وري در زردچوبه براي قلب مضر است ولي البته اگر آنرا با ليمو ترش استفاده کنيد اثرات مضرآنرا خنثي مي سازد .

شلغم

نام علمي : Brassica Napus- كليات گياه شناسي شلغم گياهي است با برگهاي ناصاف و بريدگيهاي زياد به رنگ سبز و سفيد . ريشه آن غده اي و به شكل هاي گرد و يا دراز به رنگ سفيد با لكه هاي بنفش مي باشد . ميوه شلغم مانند غلافي بايرك و دراز است كه در آن چند دانه سياه وجود دارد . شلغم در هواي سرد بسيار خوب رشد مي كند و شايد علت آن باشد كه براي درمان بيماريهايي كه در فصل سرما زياد است و بيماريهاي تنفسي بكار مي رود .- تركيبات شيميايي:آب 91 گرمپروتئين 1 گرم مواد چربي0/2 گرم مواد نشاسته اي6/6 گرم كلسيم40 ميلي گرم فسفر 30 ميلي گرم آهن 0/5 ميلي گرم سديم 50 ميلي گرم پتاسيم270 ميلي گرم ويتامين ب 1 0/04 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/07 ميلي گرم ويتامين ب 3 0/6 ميلي گرم ويتامني ث 40 ميلي گرم - خواص داروئي:شلغم از نظر طب قديم ايران گرم و تر است خواص شلغم آنقدر زياد است كه مي توان گفت اين گياه براي هر دردي درمان است و اگر مردم مي دانستند كه اين گياه چقدر فايده درد تمام باغچه هاي خانه خود را شلغم ميكاشتند و هر روزه از آن استفاده مي كردند . 1)شلغم مقوي است 2)شلغم اشتها آور است3)شلغم ضعف جنسي را درمان كرده و اسپرم را زياد مي كند 4)شلغم سرفه را تسكين مي دهد 5)ترشي شلغم بهترين نوع ترشي است زيرا مقوي معده و روده ها و اشتها آور است 6)آب شلغم قند خون را پائين مي آورد7)تخم شلغم را اگر سرخ كرده و بخوريد براي ضعف جنسي موثر است 8)اگر گلو درد دريد آ ب پخته شلغم را قرقره كنيد 9)خوردن آب شلغم درمان كننده جوش صورت است10)آنهايي كه حافظه ضعيف دارند حتما بايد شربت بخورند زيرا ثابت شده است كه شلغم حافظه را تقويت مي كند 11)شلغم شب كوري را درمان مي كند 12)شلغم بعلت داشتن ويتامين B1 علاج كم خوني است13)شلغم براي رشد و نمو استخوانها مفيد است بنابراين زنان باردار وش يدره حتما بايد از آن استفاده كنند . 14)زن حامله اي كه در مدت بارداري شلغم خورده باشد بچه اش زودتر رشد كرده ، زودتر حرف مي زند و حتي زودتر راه مي افتد و در مقابل امراض مقاومت بيشتري خواهد داشت . 15)آنهايي ك غده تيروئيدشان كم ترشح مي كند بايد حتما شلغم بخورند زيرا شلغم بعلت داتشن يد فراوان ترشحات غده تيروئيد را تنظيم مي كند . 16)شلغم مهمترين گياه ضد سرطان است و حتي گسترش سرطان را متوقف مي كند . 17)شلغم درمان بسياري از بيماريهاي پوستي است 18)شلغم پخته بهترين دارو براي برونشيت استو بالاخره سعي كنيد كه در فصل زمستان

براي پيشگيري از سرمخوردگي و بيماريهاي تنفسي اقلا چند بار در هفته شلغم بخوريد شلغم پخته بهترين پبحانه است . بدن را تميز كرده و مواد سمي را ازب دن خارج مي سازد . البته آب شلغم خام خواص بيشتري از شلغم پخته درد بشرطي كه معده شما را ناراحت نكند . - مضرات : مضرات خاصي براي آن بيان نشده است .

شاه پسند وحشي

نام علمي : verbena Officinallis - كليات گياه شناسي شاه پسند وحشي از گياهاني است كه در روم قديم مورد پرستش و تقديس مردم بود و از آن براي تبرك خانه ها و معابه استفاده مي كردند . چون داراي خاصيت ضد خونريزي است گفته مي شود كه آنرا روي زخم هاي مسيح ريختند و خونريزي قطع شد و روي اين اصل در قديم به آن گياه صليب Herb of the Cross مي گفتند . اين گياه در نواحي جنوب آسيا ، آفريقا و اروپا در حاشيه جاده ها و دشت ها و مزارع مي رويند در ايران در مناطق شمال ايران و اطراف طهران ، فارس ، شيراز و نواحي جنوب مي رويد . قسمت مورد استفاده اين گياه برگها و سر شاخه هاي سبز آن است در اثر مالش دادن بوي مطبوعي در تمام قسمت هاي اين گياه منتشر مي شود ولي طعم آن گس و تلخ است- تركيبات شيميايي: شاه پسند وحشي داراي مواد شيميايي مختلفي نظير تانن موسيلاژ ، ساپونين ، وربي نالين Verbenalin ، بتاكاروتن و ماده اي تلخ مي باشد . - خواص داروئي:شاه پسند وحشي از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است 1) قابض و ضد تشنج است 2)براي از بين بردن آب آوردگي بدن مفيد است و بدين منظور بايد آنرا با ملاس چغندر خورد . 3)براي تقويت قلب مفيد است 4)خون را تميز و تصفيه مي كند5)عرق آور است 6)مقدار شير را در مادران شيدره زياد مي كند 7)كر م معده را كشته و از بين مي برد 8)خلط آور است 9)براي برطرف كردن سرماخوردگي مفيد است 10)كميود ويتامين C را درمان مي كند 11)براي درمان ناراحتي هاي پوستي مفيد است 12)بيماري زردي را برطرف مي كند 13)براي رفع خونريزي لثه مفيد است 14)سنگ كليه و مثانه را خارج مي سازد - استفاده خارجي 1- براي ورم مخاط دهان و گلو ، جوشانده آنرا غرغره كنيد . 2-كمپرس آنرا روي ضرب ديدگي بگذاريد 3-زخم و بريدگيها را با ضماد آن درمان كنيد 4- براي رفع خستگي پس از كار روزانه از حمام شاه پسند استفاده كنيد بدين منظور مقدار 200 گرم برگهاي گياه را در دولیتر آب ريخته و حرارت دهيد تا بجوش آيد سپس آنرا روي چراغ برداشته و بگذاريد مدت 15 دم بكشد بعد آنرا صاف كرده و در وان حمام بريزيد و براي مدت 20 دقيقه در آن دراز بكشيد تا خستگي عضلات برطرف شود . - طرز استفاده: دم كرده : يك قاشق چايخوري برگهاي خشك شده اين گياه را در يك فنجان آب جوش ريخته و براي مدت 10 دقيقه دم كنيد سپس صاف كرده و به مقدار يك فنجان سه بار در روز بنوشيد . جوشانده : مقدار 40-50 گرم برگهاي خشك شده اين گياه را در يك ليتر آب جوش ريخته وب گذاريد بمدت 5

دقيقه بارامي بجوشد سپس آنرا صاف كنيد . اسانس : قوي تر از تنطورهه مي باشد و از مغازه برخي از داروخانه ها مي توان خريداري كرد مقدار مصرف آن يك تا دوقطره در يك ليوان آب مي باشد . - مضرات :خوردن زياد اين گياه ضربان قلب را كم مي كند و باعث تحريك روده ها و رحم مي شود بنابراين كسانيكه ناراحتي قلبي دارند و يا خانم هاي حامله بايد در خوردن آن احتياط كنند .

# گردو

نام علمي : Juglans regia- كليات گياه شناسي گردو در ختي است زيبا وسايه افكن كه بعنوان درخت زينتي بكار مي رود . اين درخت در مناطق معتدل دنيا رشد و پرورش مي يابد . گلهاي نر و ماده روي يك پايه قرار دارند سنبله گلهاي نر بصورت آويخته است ولي گلهاي ماده آن بوضع قائم روي شاخه قرار دارد . ميوه گردو ، گرد و در دارون مغز قرار درد و در فاصله هاي پدره هاي نازكي قرار گرفته است . قشري كه روي مغز گردو است سبز رنگ و كمي گوشتي مي باشد درخت گردو هنگاميكه به سن بيست سالگي مي رسد شروع به ميوه دادن مي كند و بلاترين باروري خود را در سنين پنجاه سالگي دارد . از تمام قسمتهاي درخت گردو استفاده طبي به عمل مي آيد . - تركيبات شيميايي:مغز گردو داراي چند اسيد آلي ، مقدر كمي اسانس ، اگزالات آهك و ويتامينهاي A,B,C,D,E مي باشد . همچنين مغز گردو داراي مقدر كمي ( 12%) ارسنيك است . برگ درخت گردو داراي 3 درصد اينوژيت ، اسيد الاژيك ، اسيد گاليك و اسانسي با بوي مخصوص و مقدري پارافين ، تانن ، مواد چرب و املاح معدني مانند كلسيم ، پتاسيم ، منيزيوم ، باريوم و همچنين كاروتن است .پوسته گوشتدار ميوه سبز گردو داراي امولسيون ، قند و اسيدهاي آلي مانند اسيد سيتريك ، اسيد ماليك ، فسفاتها و اگزالات كلسيم است .عصاره برگ درخت گردو خاصيت ميكروب كشي و باكتري كشي دارد .در صد گرم مغز گردو خام و خشك مواد زير موجود است آب3/5 گرم پروتئين 14/8 گرم مواد چربي 65 گرم مواد نشاسته اي 13 گرم كلسيم 100 ميلي گرم فسفر 380 ميلي گرم آهن 3 ميلي گرم سديم 2 ميلي گرم پتاسيم 50 ميلي گرم ويتامين آ30 واحد ويتامين ب 1 0/35 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/12 ميلي گرم ويتامين ب 3 1 ميلي گرم ويتامين ث 2 ميلي گرم - خواص داروئي:گردو از نظر طب قديم ايران گرم و خشك است روغن گردو كه از قديم براي پختن غذاها از آن استفاده مي شد است روغني است به رنگ زرد روشن كه داراي طعم مطبوع و ملايم است و باساني تند (اكسيده ) مي شود. 1)گردو خون ساز و تصفيه كننده خون است 2)گردو درمان كننده بيماريهاي ريوي است3)گردو مسكن دل پيچه است 4)اگر از گردو و عسل و مربا درست كنيد براي اشخاص لاغر وتقويت و تحريك نيروي جنسي مفيد است. 5)مرباي گردو ملين بوده و آپانديس را تقويت مي كند 6)خوردن گردو از تشكيل سنگ كليه و سنگ كيسه صفرا جلوگيري مي كند 7)پوست درخت گردو و پوست سبز گردو قابض است 8)خوردن گردو براي تقويت جنسي مفيد است 9)گردو را با انجير و موز بخوريد مقوي

حواس و مغز است 10)اگر پوست تاز گردو را به دندان و لثه بماليد لثه و دندان را تقويت مي كند 11)دم كرده برگ درخت گردو براي درمان ورم مفاصل مفيد است12)50 گرم برگ گردو را در يك ليتر آبجوش ريخته و بمدت چند دقيقه بجوشانيد اين جوشانده براي شست و شوي زخم ها و التيام انها بسيار مفيد است .13) دم كرده برگ درخت گردو براي درمان ترشحات زنانه و بيماري سل مفيد است 14)جوشانده برگ درخت گردو درمان كننده سر درد ، سرمازدگي و بيماريهاي پوستي است 15)شيره قسمت سبز ميوه را اگر چند بار روي زگيل بماليد آنرا از بين مي برد 16)قسمت سبز و تازه ميوه گردو را اگر با آب بجوشانيد و موهاي خود را با آن رنگ كنيد رنگ قهو ه اي به مو مي دهد . 17)برگ تازه درخت گردو حشرات موذي مانند بيد و ساس را از بين مي برد. 18)اگر زن حامله روزي يك عدد گردو بخورد پس از زايمان پوست شكمش زيبايي خود را حفظ خواهد كرد 19)چون گردو داراي مس مي باشد بنابراين به جذب آهن در بدن كمك مي كند - طرز استفاده:گردوي تازه برنگ سفيد با پوست زرد روشن است . مغز گردو را در ظرف سربسته در داخل فريزر نگاهدري كنيد تا كهنه نشود . - مضرات :گردو با داشتن مواد مغذي زياد غذاي بسيار خوبي است ولي نبايد در خوردن آن اصراف كرد زيرا زياده روي آن باعث ورم لوزه و زخم دهان مي شود . مخصوصا گردو براي گرم زماج ها خوب نيست و معمولا بهتر است اينگونه افراد بعد از خوردن گردو دهان خود را بشويند و يا انار ترش و يا كمي سكنجبين يا سركه بخورند . مغز گردو لطيف است و در اثر ماندن كهنه مي شود ور نگ آن زرد يا قهو ه اي و طعمش تند مي شود و باعث مسموميت خواهد شد و نبايد از آن استفاده شود .

هندوانه

نام علمي : Citrullus vulgaris - كليات گياه شناسي هندوانه گياهي است يكساله ويك پايه ساقه آن خزنده و پيچك درد و برگهاي آن پهن با بريدگيهاي عميق مي باشد . گلهاي آن كوچك و زردرنگ است . ميوه آن رگد يا دراز . پوست آن سبز رنگ و داخل آن قرمز مي باشد . تخمه هندوانه بر حسب انواع مختلف آن ممكن است سياه ، قرمز ، سفيد و يا زرد باشد . - تركيبات شيميايي:هندوانه داراي اسيد آمينه اي بنام سيترولين و موادي بنام كاروتن و ليكوپن و نوعي قند بنام مانيتول مي باشد در صد گرم هندوانه مواد زير موجود است آب 92 گرم پروتئين 0/5 گرم مواد چربي 0/2 گرم نشاسته 6 گرم كلسيم0/7 ميلي گرمفسفر 10 ميلي گرم آهن0/5 ميلي گرمسديم 1 گرم پتاسيم 100 ميلي گرمويتامين آ 600 ميلي گرم ويتامين ب 1 0/03 ميلي گرم ويتامين ب 2 0/3 ميلي گرم ويتامين ب 3 0/2 ميلي گرم ويتامين ث 8 ميلي گرمتخم هندوانه داراي حدود 30 درصد روغن است كه از نظر خواص شيميايي مانند روغن بادام مي باشد .
- خواص داروئي:
هندوانه از نظر طب قديم ايران سرد و تر است . گرما را برطرف مي كند و بهترين ميوه تابستان است .
1)هندوانه مدر است و به پائين آوردن فشار خون كمك مي كند
2)هندوانه معده را تقويت مي كند
3)پوست سفيد داخل هندوانه براي زخم گلو و دهان بسيار موثر است
4)مغز تخمه هندوانه كرم هاي معده و روده را از بين مي برد
5)هندوانه براي ورم مثانه مفيد است
6)هندوانه بدن را تازه شاداب مي كند
7)هندوانه براي اشخاص گرم مزاج بسيار خوب است
8)آب هندوانه مخلوط با سكنجبين علاج كننده يرقان و دفع كننده سنگ كليه است 9)براي خنك كردن بدن در روزهاي گرم تابستان هندوانه را با شكر بخوريد
10)براي برطرف كردن تب و اخلاط بدن هندوانه را با شير خشت بخوريد
11)براي رفع خارش بدن هندوانه را با تمبر هندي بخوريد
12)هندوانه را بايد هميشه بين دو غذا خورد يعني تقريبا سه ساعت بعد از غذا و يكساعت قبل از غذا . زيرا اگر بلافاصله بعد از غذا خوزده شود در هضم غذا اختلال ايجاد مي كند همچنين نبايد آنرا با ميوه هاي ديگر مخلوط كرد زيرا توليد نفخ شكم مي كند - مضرات :هندوانه براي اشخاص سرد مزاج و آنهائيكه داراي معده سرد مي باشند مناسب نيست . اينگونه

اشخاص اگر مي خواهند هندوانه بخورند بايد آنرا با شكر ، ويا عسل و يا گل قند بخورند . همچنين هندوانه در اشخاص سرد مزاج باعث درد مفاصل و ضعف جنسي مي شود .

توس (غان)

نام علمي : Betula alba - كليات گياه شناسي غان درختي بسيار زيبا است كه ارتفاع آن تا 30 متر مي رسد . عمر آن دراز و حدود 100 سال است . اين درخت بومي در قسمت هاي بالاي نيم كره شمالي (اروپا ، آمريكاي شمالي ) وجود دارد . در ايران اين درخت بصورت خودرو در جنگل هاي چالوس مي رويد . برگ هاي درخت توس بشكل لوزي ، نوك تيز و دندانه داراست . ميوه آن بصورت شاتوت دراز مي باشد كه نر آن در پائيز و ماده آن در بهار ظاهر مي شود . پوست تنه اين درخت سفيد رنگ بوده كه در سن بيست سالگي بصورت نوارهايي شبيه كاغذ از آن جدا مي شود . برگ و پوست تنه و شيره اين درخت مصرف طبي دارد . - تركيبات شيميايي: پوست و برگ درخت توس داراي يك ماده شيميايي بنام بتولين Betulin بمقدر حدود 14% مي باشد .- خواص داروئي:برگ و پوست درخت توس از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است . الف : خواص آب يا شيره درخت توس
1)بعنوان كمپرس براي از بين بردن لكه هاي پوستي و بيماريهاي پوستي استفاده مي شود.
2)ناراحتي هاي مثانه و ورم آنرا ازبين مي برد.
3)بهترين داروي نقرس است .
ب : خواص برگ و پوست درخت توس
1)تصفيه كننده خون است .
2)تب بر است .
3)عرق آور مي باشد .
4)داروي مفيدي براي گريپ و سرمخوردگي است .
5)دستگاه هاضمه را تقويت مي كند و براي هضم غذا مفيد مي باشد.
6)سرگيجه و سردرد را برطرف مي كند.
7)جوشانده آنرا مي توان براي شست و شوي زخم ها بكار برد.
8)اگزما را برطرف مي كند براي اين كار جوشانده پوست و يا برگ درخت توس را روي زخم ها بماليد.
9)دردهاي رماتيسم و نقرس رار فع مي كند .
10)كسانيكه پايشان عرق مي كند بايد هر روز پاها را در جوشانده برگ و پوست درخت توس قرار دهند .-
طرز استفاده: شيره يا آب درخت نوغان :
مصرف درماني زيادي دردو طبق نظر اطباي قديم براي اكثر امراض مفيد است . از شيره درخت غان نوعي شراب نيز تهيه مي شود . براي تهيه اين

شراب به شيره درخت غان مقدایر عسل یا شکر و کمي مخمر اضافه کرده و میگذارند بمدت یك ماه تخمیر شود . این شراب طعمي مطبوع و تر وشیرین دارد . جوشانده برگ درخت توس : مقدر 200 گرم برگ و جوانه درخت را در یك لیتر آب جوش ریخته و بگذارید آرام بجوشد تا حجم آن به نصف تقلیل یابد . مقدر مصرف این جوشانده یك فنجان و نیم ساعت قبل از هر غذا است دم کرده : مقدر 50 گرم برگ و جوانه درخت را در یك لیتر آب جوش ریخته و بمدت نیم ساعت دم کنید . مقدر مصرف این دم کرده هم مانند جوشانده سه فنجان در روز است . - مضرات : مضرات خاصي براي آن بیان نشده است .

اكيناسه

'از سرماخوردگي جلوگيري مي كند'
امحققان آمريكايي مي گويند مصرف داروي گياهي اكيناسه خطر ابتلا به سرماخوردگي را به نصف تقليل مي دهد.
آنها در تحقيقات خود متوجه شده اند كه مصرف اكيناسه (Echinacea) احتمال مبتلا شدن به سرماخوردگي را به ميزان 58 درصد و دوره اين بيماري عمومي را به يك روز و نيم كاهش مي دهد.
نتيجه تحقيقات تازه، كه در مجله عملي لانست بيماري هاي واگيردار، The Lancet Infectious Diseases، منتشر شده، با نتيجه تحقيقات قبلي منافات دارد. تحقيقات قبلي نشان داده بود كه مصرف اين گياه دارويي تاثيري در جلوگيري يا كاهش علائم سرماخوردگي ندارد.
كارشناسان بر اين باورند كه اكيناسه، كه مجموعه اي از 9 نوع گياه هم خانواده و از گياهان بومي آمريكاي شمالي است، احتمالا با تقويت سيستم دفاعي بدن از مبتلا شدن به سرماخوردگي جلوگيري مي كند.
"تاثيرات اساسي"
گروهي از محققان آمريكايي، كه دكتر "كرگ كلمن" از دانشگاه داروسازي كانكتيكات هدايت آن را بر عهده داشته، پس از در نظر گرفتن نتيجه چهارده مطالعه متفاوت در مورد خواص ضد سرماخوردگي اكيناسه اعلام كرده اند كه اين گياه مي تواند از سرماخوردگي جلوگيري كند.
يكي از چهارده تحقيقي كه مورد بازنگري اين گروه قرار گرفت، نشان مي داد كه مصرف اكيناسه همراه با ويتامين "ث" احتمال ابتلا به سرماخوردگي را به ميزان 86 درصد كاهش مي دهد.
تحقيقي ديگر نشان داده كه مصرف اكيناسه به تنهايي، احتمال ابتلا به سرماخوردگي را فقط 65 درصد كاهش مي دهد.
حتي وقتي به داوطلبان ويروس "راينو" (rhinovirus)، رايج ترين عامل انتقال بيماري سرماخوردگي، تزريق شد، مصرف اكيناسه احتمال ظهور اين بيماري را به ميزان 35 درصد كاهش داد.
گزارش محققان آورده: "200 ويروس قادر است باعث سرماخوردگي عمومي شود و در حالي كه مصرف اكيناسه مي تواند تاثيري نسبي عليه ويروس راينو داشته باشد مي تواند تاثيري بزرگتر در مورد ويروس هاي سرماخوردگي ديگر داشته باشد."
محصولي پرطرفدار
محققان آمريكايي در جريان تحقيقات خود متوجه شده اند كه 800 محصول حاوي قسمت هاي مختلف اكيناسه - گل، ساقه، ريشه - در بازار

عرضه مي شود.
آنها مي گويند براي اطمينان از بي ضرر بودن فرمول هاي مختلفي كه در اين محصولات استفاده شده بايد تحقيقات بيشتري صورت بگيرد.
پرفسور "ران كاتلر"، از دانشگاه "شرق لندن"، مي گويد: "مزاياي واقعي، و مهم تر از آن، اين كه عناصر تشكيل دهنده اكيناسه چگونه عمل مي كنند، هنوز روشن نيست و آزمايشات باليني بيشتري بايد در اين زمينه صورت بگيرد.
پرفسور كاتلر گفت: "اكيناسه احتمالا دروه سرماخوردگي و شدت سرفه، سردرد و انسداد بيني را كاهش مي دهد و مصرف آن در فصل زمستان به افرادي كه سيستم دفاعي بدن آنها مختل شده كمك مي كند در برابر ابتلا به سرماخوردگي مقاومت بيشتري داشته باشند. اما افراد سالم لازم نيست به مدت طولاني از اين گياه براي پيشگيري از سرماخوردگي مصرف كنند."
اين محقق بريتانيايي در ادامه هشدار مي دهد: "در گذشته گفته شده كه درمان ادامه دار با اكيناسه توصيه نمي شود - مزاياي مصرف اين گياه دارويي احتمالا فقط يك تا دو هفته موثر است و پس از آن افراد بايد مدتي مصرف آن را متوقف كنند تا سيستم ايمني بدن فرصت پيدا كند كه بدون كمك اين ماده فعاليت كند. در همين حال، پرفسور رونالد اكل، مدير مركز تحقيقات در مورد سرماخوردگي عمومي در دانشگاه كارديف ولز، گفته است كه نتيجه تحقيقات تازه در آمريكا "گامي چشمگير در مبارزه با اين بيماري است.
"پرفسور اكل مي گويد: "نتيجه اين تحقيق، كه از ارزيابي آزمايشات باليني گذشته به دست آمده، نشان مي دهد كه استفاده از داروهاي گياهي - مانند اكيناسه - براي هدايت سيستم ايمني بدن در مقابله با عفونت هاي عمومي، روشي معتبر و قابل اعتماد است."

# دیژیتال

دیژیتال از سام لاتین دیژیتوس به معني انگشت و مربوط به شکل انگشتانه اي گلبرگ ها و نروزا از کلمه nervus به معني رشته و مربوط به شکل خاص رگبرگ هاي اين گونه است. دیژیتال گیاهي است بدون کرك، با ساقه اي به ارتفاع 80-30سانتي متر، ساقه تا بخش مياني برگ دار و سپس تبديل به گل آذين خوشه مي شود. بر گ ها تخم مرغي _ سرنيزه اي با حاشيه بدون دندانه، برگ هاي پاييني داراي دمبرگ و برگ هاي بالايي بدون دمبرگ. جام گل پررنگ زرد گرده آلوده، لوله گل کوتاه و به طور ناگهاني در بالا پهن مي شود، ميوه به شکل کپسول و محتوي دانه هاي کوچك فراوان به رنگ قهوه اي تيره است. قسمت مورد استفاده گیاهي، برگ هاي يك ساله و دوساله آن است. معمولاً کل گليکوزيدهاي قلبي در برگ هاي يك ساله بيشتر است، اما گليکوزيدهاي مهم دارويي همچون لاناتوزيد C در گیاهان سال دوم بيشتر است. بهترين زمان جمع آوري برگ ها، زمان گل دهي گياه و در ماه هاي خرداد تا شهريور است. اين برگ ها بايد به سرعت خشك شوند. اين گونه در شمال ايران پراکندگي وسيعي دارد. جزء گیاهان سمي است و در مصرف آن بايستي احتياط شود. برگ هاي آن حداقل 0/3درصد گليکوزيدهاي قلبي برحسب ديژيتوکسين دارد. به طور کلي گليکوزيدهاي قلبي ديژيتال در انواع نارسايي احتقاني قلب، فيبريلاسيون دهليزي، شوك قلبي، تاکيکاردي حمله اي دهليزي کاربرد درماني دارند. تهوع، استفراغ، بي اشتهايي و اختلالات بينايي اولين علائم مصرف بيش از حد آن است. در بازار دارويي ايران فرآورده دارويي از گونه هاي اين گياه وجود ندارد.

كيوي

ميوه كيوي به سبب برخورداري از ويتامين هاي آ، گروه ب، اسيدفوليك، املاح روي، فسفر، سديم، پتاسيم، كلر، منيزيم، كلسيم و سولفورات، رقيق كننده خون تشخيص داده شده است.
ضمن اينكه مصرف اين ميوه براي پيشگيري از چربي بالا و فشارخون، سرماخوردگي و ورم لوزالمعده مؤثر است.
درخت زيتون داراي برگ هاي باريك دراز و گل هاي خوشه اي است.ميوه ان بيضوي شكل بوده و هسته ان در مناطق معتدل كاشته ميشود و سپس چندين سال ميوه مي دهد .
در خت زيتون در منطقه شمال ايران نواحي شهرستان رودبار و منجيل و زنجان فراوان ديده ميشود و هرگاه از سرما و يخبندان محفوظ بماند تا دو هزار سال عمر ميكند
شاخه و برگ درخت زيتون در كتب مذهبي و سنتي به نام صلح و اشتي معروف است و ان را رب النوع عقل و دانايي ميدانند همچنين اين ميوه داراي فسفر پتاس گوگرد منيزي كلسيم اهن و مس منگنز است.و داراي ويتامين هاي A,bو گلوكز يدي موسوم به اولور وپوزيد مي باشد.
خوردن ?? مثقال روغن ان با اب گرم و با جوشاندن جو مسهلي عالي است جهت درد عضلات و سياتيك.
زيتون يك ماده بسيار عالي است براي تقويت حافظه. و هرگاه ?? مثقال روغن زيتون را در يك استكان اب گرم و ماء الشعير مخلوط كرده و بخوريدبراي درد اعصاب و درد عصب سياتيك مفيد است.
بعضي از بوي روغن زيتون ناراحت مي شوند اين دسته اشخاص مي توانند روغن را با اب پرتقال و يا ليمو ترش ميل نمايند.

آویشن

منبع:روزنامه کیهان
محققان کشورمان براي نخستين بار در كشور موفق شدند. تاثير گياه آويشن بر عفونت هاي قارچي دهان را به اثبات برسانند.
دكتر بيت اللهي مدير اين پروژه كه قرار است، جزييات آن در «هفتمين جشنواره دندانپزشكي شهيد دكتر احمد هدايت» كه 10 اسفندماه در تهران برگزار مي شود، ارايه شود، با اعلام اين خبر افزود: در پژوهشي كه به منظور ارزيابي آثار ضدقارچي داروهاي گياهي بومي ايران (آويشن zataria multiflora) بر قارچ هاي دهان انجام شد. آثار مثبت اين گياه دارويي در درمان عفونت هاي قارچي ناشي از دندان مصنوعي مورد تاكيد قرار گرفت.
وي خاطر نشان ساخت: براساس يافته هاي اين پژوهش كه در مجله phythotherapy research نيز به چاپ رسيده است، محققان دانشكده دندانپزشكي دانشگاه علوم پزشكي تهران، آثار ضدقارچي ژل آويشن را در مقايسه با داروي استاندارد miconazole بر عفونت هاي قارچي ناشي از «دست دندان» (دندان مصنوعي) بررسي كرده اند.
دكتر بيت اللهي با اشاره به اينكه اين پژوهش روي 24 بيمار مبتلا به عفونت هاي قارچي ناشي از دندان مصنوعي انجام گرفته، تصريح كرد: يافته هاي اين پژوهش بيانگر آن است كه ژل آويشن التهاب و قرمزي مخاط زير «دست دندان» را دراين بيماران بسيار بهتر و موثرتر از داروي miconazole كاهش داده اند.
وي گفت: نتايج حاصل از اين بررسي و پژوهش هاي مشابه مي تواند، در جهت توليد داروهاي ضدقارچي قابل رقابت با نمونه هاي مشابه خارجي راهگشا باشند.
اين پژوهشگر ادامه مي دهد: با توجه به وجود منابع غني گياهان دارويي در ايران، امكان توليد انبوه اين داروي گياهي وجود دارد.
گفتني است، «هفتمين جشنواره علمي- پژوهشي دندانپزشكي شهيد دكتر احمد هدايت»با هدف تشويق پژوهشگران و گسترش رويكرد تحقيقاتي درحل معضلات دندانپزشكي و ارج نهادن به فعاليت هاي انجام شده در حوزه دندانپزشكي 10 اسفندماه در تالار علامه اميني دانشگاه تهران برپا مي شود

# کاهو؛ معجزه سبز

منبع:روزنامه قدس
کلیات گیاه شناسي
کاهو يكي از قديمي ترين سبزي هاي دنياست كه منشأ آن در هندوستان و آسياي مركزي مي باشد. كاهو طبق مداركي كه به دست آمده، از شش قرن قبل از ميلاد در ايران مصرف مي شده است و يك قرن قبل از ميلاد به روم راه يافته و غذاي مهمي براي روميان بوده است. كريستف كلمب تخم كاهو را به دنياي جديد برد، به طوري كه از اوايل قرن پانزدهم ميلادي كاهو در هائيتي و باهاما كشت مي شده است.
خواص دارويي گياه كاهو:
كاهو از نظر طب قديم ايران سرد و مرطوب است.
1) كاهو تميز كننده خون است.
2) كاهو به علت داشتن آهن خون ساز است.
3) ضد تورم است.
4) كاهو خواب آور و آرام بخش است.
5) كاهو براي ضعف اعصاب مفيد است.
6) كاهو ملين است.
7) خوردن كاهو براي ماليخوليا مفيد است.
8) كاهو زخمهاي مجاري ادرار و مثانه را درمان مي كند.
9) اگر كاهو را با سكنجبين و يا سركه بخورند، اشتها آور است.
10) كاهو اثر ضد تشنج درد دارد.
11) درد معده را تسكين مي دهد.
12) براي برطرف كردن درد سينه، كاهو را بپزيد و بخوريد.
13) زنان شيرده اگر مي خواهند كه شيرشان زياد شود، بايد كاهوي پخته بخورند.
14) ورم غدد لنفاوي را برطرف مي كند.
خواص تخم كاهو
تخم كاهو از نظر طب قديم ايران سرد و خشك است.
1- تخم كاهو خواب آور است
2- خوردن تخم كاهو زكام را برطرف مي كند
3- تخم كاهو براي درد سينه مفيد است
4- خوردن تخم كاهو براي دستگاه ادراري نافع است و آنهايي كه قطره قطره ادرار مي كنند، بايد تخم كاهو بخورند ( در حدود 10 گرم روزانه ) تا اين مرض برطرف شود.

مضرات:
اگر در خوردن کاهو افراط نکنید، این گیاه به هیچ وجه مضر نیست. زیاده روي در خوردن کاهو باعث، فراموشي و کم شدن حافظه، ضعف دید چشم و نفخ شکم مي شود. براي برطرف کردن این عوارض مي توان کاهو را با نعناع، کرفس و زیره میل کرد.

# خارمريم

نويسنده:سحر شهنازي
گياهي است يك يا دو ساله، بدون كرك، با رنگ سبز مات، داراي ساقه اي ايستا به طول 1/5- 0/8متر ضخيم، ساده و كمي منشعب با شاخه هاي نسبتاً ضخيم كه به يك كپه سبز و شيادار طولي منتهي مي شود. برگ ها بزرگ، واجد لكه هاي سفيد در اطراف و گلبرگ ها، چندبخشي شانه اي با قسمت هاي تخم مرغي- مثلثي، خاردار، ساقه آغوش كه لبه دار و داراي گوشوارك هستند. گل ها به رنگ صورتي يا ارغواني است كه در كپه هاي انتهايي مجتمع شده اند. كپه خاردار بوده، به قطر 12-8 سانتي متر و به ندرت در حدود6 سانتي متر است. گريبان ها فشرده، كروي و در قاعده داراي برآمدگي قوسي شكل است كه در داخل سرنيزه اي شكل است. ميوه به شكل فندقه است. ميوه هاي فندقه اي گياه، بخش دارويي آن را تشكيل مي دهند. فندقه هاي رسيده به رنگ قهوه اي تيره و يا كرم مايل به قهوه اي به شكل واژ تخم مرغي بوده از عرض فشرده شده، داراي سطحي صاف با ناف قاعده اي و هاله انتهايي است.
خارمريم در اواخر بهار گل مي دهد و در حد فاصل شهريور تا مهرماه محصول برداري از آن صورت مي گيرد. اين گونه در آسيا خصوصاً منطقه مديترانه، اروپا و آمريكا منتشر شده است و در نقاط مختلف ايران مي روید. تركيبات موثر اصلي ميوه سيليمارين است. خارمريم در درمان مسموميت هاي كبدي ناشي از سموم متابوليك، اختلالات كبدي، نارسايي هاي مزمن كبدي توام با تخريب سلولي مانند سيروز كبدي مورد مصرف قرار مي گيرد. در بيماري هاي كبدي از 3 تا 5گرم پودر ميوه به صورت دم كرده استفاده مي شود. از فرآورده هاي موجود در بازار مي توان به قرص سيليمارين اشاره كرد.

# بارهنگ

گياهي است پايا، ظاهراً بي كرك يا كمي كركپوش با بن و ريشه اي كوتاه است. سابقه آن به طول 70-10 سانتي متر، متعدد ايستاده يا خيزان، فاقد شيار، مساوي يا كمي بلندتر از برگ ها است. برگ هاي آن تماماً طوقه اي، تخم مرغي پهن با 9-3 رگبرگ قوي و برجسته، كامل يا در حاشيه سينوسي، بي كرك يا كركپوش، داراي دمبرگ نسبتاً بلند. گل ها سبز متمايل به قهوه اي، كوچك مجتمع در خوشه هاي دراز استوانه اي. موسم گلدهي گياه ارديبهشت تا شهريورماه است. دانه هاي اين گياه تيره رنگ، كوچك و تخم مرغي شكل و در ميوه اي پوستينه كه به صورت كپسول تخم مرغي بوده و داراي 2 خانه و محتوي 8-4 دانه است قرار دارند. دانه ها را از اواسط فصل بهار به بعد جمع آوري مي نمايند. گياه بارهنگ در منطقه وسيعي از دو قاره اروپا و آسيا و همچنين شمال آفريقا و آمريكاي شمالي مي روید. در ايران تقريباً در تمام نقاط مي روید. دانه بارهنگ داراي چربي، صمغ، موسيلاژ، تركيبات گلوكزيدي است. از بارهنگ در درمان يبوست و به عنوان ضد التهاب دستگاه گوارش استفاده مي شود. در طب گذشته بارهنگ را صفراآور و مدر مي دانسته اند. دانه هاي بارهنگ را بايد با مقدار كافي مايع مصرف نمود تا از متراكم شدن آنها در دستگاه معدي _ روده اي جلوگيري به عمل آيد.دانه هاي بارهنگ را بايد دور از نور و رطوبت نگهداري كرد. از فرآورده هاي موجود در بازار مي توان به پلانتاژل اشاره كرد. دانه هاي خشك شده اين گياه كه بخش دارويي آن را تشكيل مي دهند حداقل داراي 9درصد چربي است.

## آلاله ايراني

در درون مرزهاي ايران در حدود 55گونه آلاله مي رويد كه نزديك به 20گونه آن انحصاري ايران است. در بين آلاله ها، آلاله ايراني كه به آن آلاله قرمز نيز مي گويند، زيباتر از سايرين بوده و از آن فرم هاي پرورشي و پريري با رنگ هاي گوناگون به دست آمده است.آلاله ايراني دائمي است. غده هاي پنجه اي اش تا مدت ها زير خاك دوام مي آورد. داراي برگ هاي ساقه اي و پايه اي است كه هر دو دمبرگ هاي بلندي دارند. گل ها كم گلبرگ يا پرگلبرگ منفرد يا دوتايي اند و در رنگ هاي قرمز، سفيد، صورتي، زرد يا نارنجي در تابستان پديدار مي شوند. حداكثر بلندي آلاله به 45سانتي متر و گستردگي اش به 10سانتي متر مي رسد.

# خارخاسك

نويسنده:سحر شهنازي
گياهي است علفي، يك ساله، داراي ساقه هاي خوابيده با انشعابات گسترده بر سطح خاك و پوشيده از تار كه برگ و ساقه هاي جوان آن را تارهاي ظريف ابريشمي مي پوشاند. برگ هاي آن متقابل غالباً نامساوي و مركب از برگچه هاي كوچك و ريزي است كه به تعداد 6-4 زوج در طرفين دمبرگ اصلي جاي دارند. گل ها زرد كوچك و منفرد هستند. ميوه آن شيزوكارپ ناشكوفا كه در موقع رسيدن قسمت هاي پنجگانه آن از هم جدا و پراكنده مي شوند.هر يك از اين قسمت هاي پنج گانه در سطح بيروني خاردار است. قسمت هاي مورد استفاده اين گياه، ميوه، دانه، برگ، ريشه و گاهي كليه اعضاي گياه است ولي بيش از همه ميوه آن مورد استفاده قرار مي گيرد.
رنگ ميوه هاي آن سبز مايل به زرد، بدون بو و با طعم مشخص است. ميوه هاي اين گياه را در اواخر تابستان و اوايل پاييز جمع آوري مي نمايند. اين گياه پراكندگي وسيعي در نواحي مختلف كره زمين دارد. به طوري كه مي توان آن را در غالب نواحي دنيا مشاهده كرد. تركيبات شيميايي گياه خارخاسك شامل رزين، تاش، روغن ثابت، آلكالوئيد، پلي فنل ها و مواد معدني شامل كلسيم، فسفر، آهن، سديم، پتاسيم، گوگرد، ازت و كلر است. پنج نوع ماده گليكوزيدي نيز دارد كه همه آنها داراي گلوكز است و علاوه بر گلوكز قندهاي رامنوز، آرابينوز را هم شامل مي شود. خارخاسك به عنوان مدر، دفع كننده سنگ هاي مجاري ادراري و تقويت كننده قواي جنسي به كار مي رود. در طب گذشته براي خارخاسك اثر مدر و دفع كننده سنگ هاي مجاري ادراري و تقويت كننده قواي جنسي قائل بوده و از آن به عنوان درمان كننده عفونت و التهاب لثه استفاده مي شده است. از فرآورده هاي موجود در بازار مي توان قطره پروستاتان، قطره سنكل و قطره آفروديت را نام برد.

تاتوره

گياهي است به ارتفاع 200_ 50سانتي متر، بدون كرك تا اندكي كركدار، برگ ها تخم مرغي تا لوزوي، نوك تيز، در قاعده گوه اي تا نيم قلبي با حاشيه اي دندانه اي _ سينوسي تا لبه دار، گلبرگ ها چسبيده و جام قيفي شكل به رنگ سفيد يا ارغواني، ميوه كپسول، تخم مرغي افراشته، كم و بيش پوشيده از خارهاي تقريباً هم اندازه، نسبتاً باريك به بلندي تا 15ميلي متر و به ندرت صاف. برگ ها و سرشاخه هاي گلدار، بخش دارويي اين گياه را تشكيل مي دهد. برگ هاي خشك شده گياه به رنگ سبز مايل به خاكستري است. برداشت محصول از برگ هاي گياه از دو تا سه ماهگي و غالباً قبل از زمان گل دهي صورت مي گيرد. منشاء اصلي تاتوره هندوستان ذكر شده است. اين گياه در اكثر نواحي ايران از جمله كرج، آذربايجان، اروميه، مازندران و گيلان مي روييد. مقدار آلكالوئيدهاي تام اين گياه 0/45_ 0/2درصد است.
مهمترين آنها هيوسيامين و هيوسين يا اسكوپولامين است _ تاتوره به صورت خوراكي به عنوان ضداسپاسم و آنتي كلينرژيك استفاده مي شود. همچنين در درمان آسم برگ خشك شده آن به صورت سيگار مورد استفاده است. در طب گذشته تاتوره را داراي آثار مخدر و خواب آور دانسته به اثرات سمي آن نيز واقف بوده و جهت رفع مسموميت آن دستورات لازم را ذكر كرده .

# رزماري

نويسنده:سحر شهنازي
گياهي است بوته اي، هميشه سبز تا ارتفاع دو متر با شاخه هاي افراشته، برخاسته و يا گهگاه خوابيده بر روي زمين كه به رنگ سبز قهوه اي و معطر است. برگ ها متقابل كشيده، نخي با بافت چرمي و حاشيه اي لوله شده است. رنگ برگ ها سبز روشن در سطح بالايي چين و چروك دار و در سطح زيرين پوشيده از كرك هاي كوتاه سفيدرنگ است. برگ و سر شاخه هاي گلدار گياه اندام دارويي رزماري را تشكيل مي دهند. زمان جمع آوري برگ و سرشاخه هاي گلدار گياه رزماري هنگام شروع باز شدن گل ها و در فصول بهار و تابستان است. ماده متشكله اصلي برگ و سرشاخه هاي گياه رزماري را روغن فرار تشكيل مي دهد.
ميزان روغن فرار اين گياه در نقاط مختلف دنيا بين2/5 - 0/5درصد گزارش شده است. از رزماري به صورت خوراكي در درمان اضطراب، سردرد، ميگرن، فشارخون، نفخ و بي اشتهايي و به صورت موضعي به عنوان مسكن موضعي در درمان دردهاي عضلاني و بيماري هاي رماتيسمي استفاده مي شود. همچنين به علت عطر و طعم مناسب در صنايع آرايشي- بهداشتي مورد استفاده قرار مي گيرد. در طب گذشته از رزماري به صورت خوراكي به عنوان ضدنفخ و به صورت موضعي به عنوان ضدالتهاب و ضددرد استفاده مي كرده اند. رزماري در دوران بارداري، شيردهي و در بيماران صرعي بهتر است به كار نرود. مصرف دارويي موضعي گياه و يا كاربرد فرآورده هاي آرايشي- بهداشتي حاوي رزماري در برخي از افراد حساس، گهگاه ايجاد قرمزي پوست، درماتيت، حساسيت پوستي و حساسيت به نور مي كند.

# گل ساعتي

گياهي است پايا به ارتفاع 8/9 متر و داراي ساقه اي پيمان و نخ مانند. برگ هاي آن متناوب و بزرگ، به طول 15-6 سانتي متر، دمبرگ دار و داراي پهنكي مركب از سه لپ عميق با ظاهر برگچه مانند كه سطح زيرين آنها كرك دار و كناره هاي آن دندانه هاي اره اي ريز و در سطح آنها رگ برگ هاي شبكه اي مشاهده مي شود. گل هاي درشت، معطر و منتهي به دمگل دراز دارد. گلبرگ ها به رنگ سفيد هستند. تخمدان، كركدار و سبز مايل به خاكستري و زبرين بوده و خامه داراي سه شاخه دراز بوده كه در انتهاي آن كلاله هاي سرسان قرار دارد. از مشخصات ديگر گل اين است كه در داخل جام آن تاجي از الياف باريك سفيد يا قرمز مايل به ارغواني رنگ واقع در چند رديف ديده مي شود. ميوه هاي آن مسطح، به رنگ مايل به سبز يا قهوه اي و با نقطه هاي گود و زياد و داراي دانه هاي زرد مايل به قهوه اي است. اندام دارويي اين گياه شامل كليه اندام هاي هوايي خشك شده است. اندام هاي هوايي پس از گل دهي يا ميوه دهي در پايان فصل تابستان جمع آوري مي شود. اين گياه معمولاً در مناطقي كه داراي آب و هواي ملايم باشد به خوبي رشد مي كند. گل ساعتي داراي 2/5درصد فلاونوئيد است.
اين گياه داراي اثر مسكن و آرامبخش بوده و در بي خوابي، اضطراب، دردهاي با منشاء عصبي به ويژه در كودكان، اختلال در تنوس عضلاني، تاكي كاردي عصبي و آسم اسپاسمي مصرف مي شود. اندام هاي هوايي گياه خشك شده بايد در بسته بندي هاي مناسب و دور از رطوبت و حرارت زياد نگهداري شود. گونه هاي ديگر جنس پاسي فلورا ممكن است به جاي گونه اصلي در بازارهاي تجاري عرضه شود. بنابراين در تهيه گونه اصلي لازم است از روش هاي شناسايي و كنترل هاي كيفي و كمي استفاده شود. از فرآورده هاي موجود در بازار مي توان هارمالين و والي فلور را نام برد. آثار جانبي در مورد مصرف آن تا به حال گزارش نشده است. ولي نبايد از مقادير زياد دارو در هنگام بارداري و شيردهي استفاده شود.

# آنغوزه

نويسنده:سحر شهنازي
گياهي است پايا، كركدار با ساقه اي به ارتفاع 200 - 100 سانتي متر ، زرد فام، در طول شيار دار، برگ هاي قاعده اي تقريباً دو بار شانه اي با حاشيه بدون دندانه يا اندكي لب دار. برگ هاي بخش پائيني ساقه 4-3 بار شانه اي كركدار. گلبرگ ها به رنگ زرد و بدون كرك. ميوه ها تخم مرغي يا كشيده و بدون كرك هستند. آنغوزه اولئوگم رزين تراوش شده از ريزوم و ريشه گياه است كه در اثر تيغ زدن مكرر از قاعده و ريشه ضخيم گوشتدار گياه به صورت شيره شيري رنگ با بوي بسيار قوي خارج مي شود. با آنكه بر اثر تيغ زدن مكرر خروج شيرابه بطئي مي گردد معهذا بهترين نوع آن هميشه از تيغ زدن آخر به دست مي آيد. آنغوزه به اشكال مختلف در بازار تجارت عرضه مي شود ولي دو نوع فراوان آن به شرح زير است:
نوع اشكي- نادرترين و مرغوب ترين نوع آنغوزه است. غالباً به شكل مدور يا مسطح به ابعاد 3-0/5 سانتي متر داراي رنگ سفيد خاكستري، زرد گرفته يا قهوه اي مايل به قرمز است.
نوع توده اي- رايج ترين فرم تجارتي است كه از قطعات اشكي معمولاً همراه ناخالصي هايي مانند ذرات ميوه، ريشه و ماسه، خرده هاي برگ و غيره، تشكيل مي شود و به فرم توده اي درآمده و به رنگ هاي متفاوت زرد، قرمز قهوه اي و خاكستري قهوه اي نمايان مي شود.
آنغوزه داراي بوي قوي شبيه سير و طعم تلخ گزنده وگس است. جمع آوري در مناطق گرمسيري از اوايل ارديبهشت و در مناطق ديگر از اواسط خرداد ماه آغاز مي شود. در هر حال طول دوره بهره برداري به 100 روز مي رسد. اين گياه بومي شرق ايران و غرب افغانستان و داراي انواع تلخ و شيرين است. آنغوزه تلخ در استان هاي كرمان و فارس و آنغوزه شيرين در استان هاي يزد و خراسان مي رويد.
آنغوزه داراي 20-4 درصد روغن فرار، 60- 40 درصد رزين و 25درصد صمغ است. روغن فرار داراي رنگ زرد با بوي تند شبيه بوي سير است. قسمت عمده مواد موجود در روغن فرار را تركيبات سولفيدي كه اكثراً به فرم دي سولفيد است تشكيل مي دهند.
آنغوزه داراي اثر ضد اسپاسم و بادشكن است و در رفع بيماري هاي تنفسي و دستگاه گوارش با منشاء عصبي استفاده مي شود. همچنين به عنوان ادويه در مواد غذايي مصرف دارد. در طب گذشته از آنغوزه به عنوان ضد التهاب و در درمان التهاب گلو و رفع گرفتگي صدا استفاده مي شده و همچنين براي آن خاصيت بادشكن قائل بوده اند.

# مورد

نويسنده:سحر شهنازي
گياهي درختچه اي است به ارتفاع حداكثر تا ? متر با ساقه افراشته و بسيار منشعب، تركه هاي جوان آن داراي كرك هاي غده اي، برگ هاي ساده و متقابل به طول تا ? سانتي متر، تخم مرغي- سرنيزه اي، نوك تيز با حاشيه درست، بافتي چرمي و منقوط و هميشه سبز و در صورت له شدن بسيار معطر است.
گل ها به صورت منفرد، دمگل ها بلند و باريك، گلبرگ ها سفيدرنگ و نيم مدور، ميوه ها بسته و بيضوي پهن تا تقريباً كروي و در هنگام رسيدن به رنگ آبي سياه فام است.بخش دارويي اين گياه را برگ ها تشكيل مي دهند. برگ هاي گياه هميشه سبز، پايا و متقابل هستند. اين برگ ها چنانچه در سايه خشك شده باشند رنگ پررنگ و بويي مطبوع و تند دارند و در صورتي كه در مقابل آفتاب شديد خشك شده باشند رنگ زرد پيدا كرده و بوي بسيار كمي خواهند داشت. بهترين زمان جمع آوري برگ از اواسط بهار تا اواسط تابستان است كه گياه حداكثر فتوسنتز را انجام مي دهد. برگ هاي اين گياه داراي ?-?/? درصد حجمي اسانسي است كه قسمت عمده آن را تريپنولن، سينئول و لينالول تشكيل مي دهند. مورد به صورت موضعي در درمان تبخال به عنوان آنتي سپتيك و در درمان التهاب مخاط بيني استفاده مي شود. در طب گذشته مورد را تحت عنوان آس يا عمار (به معني نيكو و خوشبختي) ناميده، براي آن اثرات قابض، ضداسهال و تقويت كننده رويش مو قائل بوده اند. با مصرف مقادير كم موضعي اسانس هيچ گونه حساسيت پوستي ايجاد نمي شود و با مصرف مداوم و طولاني مدت واكنش حساسيتي به صورت سرخي خيلي ضعيف در محل تجويز مشاهده مي شود. از فرآورده هاي موجود در بازار مي توان به پماد موضعي ميرتوپلكس اشاره كرد. از جمله مناطق ايران كه گياه مورد در آنجا انتشار دارد مي توان منجيل، خرم آباد، كازرون، ني ريز، فسا، بندرعباس، كوه تفتان و... را نام برد.

# توتي از نوع فرنگي

نويسنده:الهام اسمعيلي
منبع:sharghnewspaper.ir
بهار فصل ميوه هاي رنگارنگ و خوش طعم و مزه است كه اغلب آنها فصل تابستان نيز يافت مي شوند. توت فرنگي نيز از جمله اين ميوه هاست. توت فرنگي با نام علمي Fragaria Chiloensis يكي از اعضاي خانواده رزها بوده و تنها ميوه دانه داري است كه دانه هاي آن به جاي قرارگيري در داخل ميوه، در خارج از آن واقع شده اند.اين گياه در اصل خودرو و جنگلي بوده و داراي ساقه اي باريك، بلند و خزنده، برگ هاي ضخيم و دندانه دار، گل هاي سفيد و همچنين ميوه هاي قرمزرنگ متنوعي به لحاظ شكل و ابعاد است. در يك تقسيم بندي كلي، توت فرنگي ها را به دو دسته تقسيم مي كنند: 1- توت فرنگي هاي فصلي كه در فصل بهار به وفور يافت شده و در واقع جزء ميوه هاي لذيذ اين فصل به حساب مي آيند.2- توت فرنگي هاي پرورشي كه در شرايط گلخانه اي كشت شده و در تمام فصول سال آنها را مي توان يافت، ولي طعم و مزه آنها با توت فرنگي هاي بهاره قابل مقايسه نيست.از آنجا كه تمام قسمت هاي گياه شامل ريشه، برگ و ميوه براي مصارف گوناگون مورد استفاده قرار مي گيرد از ارزش غذايي بسياري برخوردار است. توت فرنگي منبع غني از ويتامين B و C و داراي مقدار قابل توجهي پتاسيم، آهن، فيبر و كلسيم است. جالب توجه آنكه ميزان ويتامين C اين توت خوشمزه بسيار بيشتر از مركباتي همچون پرتقال و ليمو است.
طي تحقيقات انجام شده در هر 100 گرم ميوه توت فرنگي 87/8 درصد آب، 0/7 درصد پروتئين، 1/1 درصد فيبر، 9/8 درصد كربوهيدرات، 0/03 ميلي گرم فسفر، 0/2 درصد چربي، 0/3 ميلي گرم كلسيم، 14ميلي گرم ويتامين C، -
52 ميلي گرم آهن، 0/08ميلي گرم ويتامين B (ريبوفلاوين)، 0/5 ميلي گرم ويتامين B2 (ويتامين)، 0/02 ميلي گرم مس، 0/03-0/01 ميلي گرم آيودين (iodine)، كمتر از 30 كيلوكالري انرژي و بالاخره مقداري اسيدهاي طبيعي (اسيدسيتريك و اسدماليك)، گلوكز و فروكتوز و همچنين مواد مفيد ديگري است.
خواص درماني گياه
گفته مي شود به جهت وجود تانين در برگ و ريشه توت فرنگي، اين گياه براي درمان مشكلات معده اي و روده اي مانند اسهال و همچنين التهاب غشاء مخاطي بسيار مفيد است. از آنجا كه توت فرنگي حاوي ويتامين C

بسياري است براي درمان سرماخوردگي، آنفلوآنزا و همچنين بيماري اسكوربيت موثر است؛ از توت فرنگي تونيك ها و ماسك هاي شاداب كننده مختلفي براي پوست مي توان تهيه كرد؛ در انگلستان از ريشه و برگ توت فرنگي براي درست كردن انواع لوسيون ها، دهان شويه ها و همچنين براي محكم كردن لثه ها استفاده مي شود. در ضمن توت فرنگي يك سفيدكننده طبيعي دندان نيز محسوب مي شود. براي اين منظور مقداري توت فرنگي را له كرده و با استفاده از مسواك و يا انگشت سبابه از توت فرنگي له شده به عنوان خميردندان، جرم دندان هايتان را پاك كنيد؛ توت فرنگي قاتل ويروس هاي پوليو (Polio) و هرپن (herpen) بوده و ممكن است مانع تشكيل نيتوزامين هايي (nitosamine) كه عامل ايجاد سرطان هستند، شود؛ ميوه توت فرنگي علاوه بر اسهال در درمان بيماري سوزاك، نقرس، دردهاي معده و سنگ هاي كليه و مثانه نقش بسزايي دارد. در ضمن از بيماري آرتريت روماتوئيد جلوگيري مي كند؛ توت فرنگي حاوي مقدار زيادي اسيدالاجيك (ellagic acid) و آنتوسيانين (Anthocyanin) است. اسيد الاجيك فعاليت هاي گسترده بيولوژيكي را در جلوگيري از بروز بيماري هاي مختلفي همچون سرطان، بيماري هاي قلبي و حتي ايدز در بدن انجام مي دهد؛ توت فرنگي مدر است. لذا براي افراد مبتلا به ناراحتي هاي كليه به خصوص سنگ كليه مفيد بوده و در ضمن سموم بدن را دفع مي كند؛ به جهت وجود ويتامين A در توت فرنگي براي تقويت پوست و مو و همچنين ديد چشم توصيه مي شود؛ توت فرنگي به علت داشتن آهن داراي خاصيت خون سازي است. لذا براي رفع كم خوني هاي جزيي بسيار مفيد است؛ از آنجا كه توت فرنگي منبع غني ويتامين B محسوب مي شود، مصرف آن در كاهش اضطراب و استرس موثر است.

نحوه نگهداري

از آنجا كه توت فرنگي ميوه اي است كه به سرعت كپك زده و خراب مي شود، بهترين زمان براي مصرف آن همان روزي است كه خريداري شده است. بنابراين به مقدار مصرف تهيه كنيد زيرا حداكثر زمان نگهداري آن 2 الي 3 روز در يخچال است. در ضمن به جهت آنكه توت فرنگي گياه بوته اي است و با خاك در تماس است بايد در شست وشوي آن دقت لازم را صرف كرد. بنابراين توت فرنگي ها را به صورت تك تك در زير شير آب شسته و با دستمال حوله اي خشك كنيد. توت فرنگي هاي خشك شده را درون ظرفي ريخته و با قرار دادن دستمال حوله اي بر روي آن داخل پلاستيك قرار داده و يا در ظرف را ببنديد.

# کرفس

نويسنده:سحر شهنازي
گياهي است دوساله به ارتفاع تا 100سانتي متر با رايحه اي قوي و شاخص و ساقه گوشتي و توپر. برگ ها يك يا دو بار شانه اي، قطعات برگ ها مثلثي، لوزي يا سرنيزه اي در حاشيه لوب دار و دندان اره اي يا دالبر. چترها با پايه اي كوتاه يا بدون پايه، ميوه تخم مرغي پهن است. ميوه هاي رسيده گياه استفاده دارويي دارد. ميوه ها به رنگ قهوه اي، بيضوي بدون بال، داراي خطوط برجسته و سفيد و داراي دو زائده شاخك مانند هستند. ميوه هاي كرفس داراي بوي معطر مخصوص و مزه متمايل به تلخ است. بهترين زمان جمع آوري ميوه ها به هنگام رسيدن كامل آن يعني در ماه هاي مرداد و شهريور است. مهمترين مواد موثر ميوه هاي كرفس روغن فرار آن است. از جمله تركيبات مهم اصلي موجود در اسانس كرفس ليمونن و سلنين هستند. از كرفس به عنوان آرامبخش، ضدعفونت ادراري و در آرتريت روماتوئيد به عنوان داروي ضدالتهاب استفاده مي شود. در طب گذشته به عنوان مدر و ضدنفخ مورد استفاده قرار مي گرفته است. اين گياه در قاره هاي آسيا، اروپا، آمريكا و آفريقا كشت داده مي شود. كرفس در ايران علاوه بر كشت در مناطق مختلف در شمال شرقي كشور در سمنان، در شرق و جنوب شرقي در سيستان و بلوچستان و زابل يافت مي شود. ميوه هاي آن بايد دور از نور مستقيم و رطوبت و در ظروف سربسته غيرپلاستيكي نگهداري شود.

# بهارنارنج

نويسنده:سحر شهنازي
گياهي است درختي به ارتفاع 3 تا 5متر با تاج پوششي گرد كه به صورت كاشته شده در نواحي شمالي و جنوبي ايران وجود دارد. در طول شاخه خارهاي باريك و بلندي پراكنده است. برگ ها داراي پهنك بيضوي پهن و يا تخم مرغي كشيده. نوك برگ تقريباً تيز و كشيده و قاعده آن گوه اي يا گرد است.
گل ها دوجنسي، گلبرگ ها سفيد درخشان، ترد و شكننده و معطر هستند. ميوه گياه از نوع سته و نيم كروي است كه اندكي در دو انتها تخت شده است. پوست ميوه ضخيم، خشن و در زمان رسيدن نارنجي رنگ با مزه ترش ملايم است. شاخه تنه درخت تيغدار، تيغ ها بلند و نوك تيز است.اندام دارويي بهارنارنج گل هاي آن است كه در حالت تازه داراي بويي معطر و مطبوع است ولي پس از خشك شدن بوي آن ضعيف مي شود. براي مصارف دارويي بهارنارنج را به حالت غنچه نشكفته هنگام صبح پس از آنكه ذرات شنبم خشك شد از درخت مي چينند و به سرعت در تاريكي خشك مي كنند. موسم گل دهي اين گياه فصل بهار است. گل هاي بهارنارنج حداقل 0/2 درصد حجمي اسانس دارد كه به آن اسانس نرولي گويند و به رنگ زرد مايل به سبز است. از بهارنارنج به عنوان داروي آرام بخش استفاده مي شود همچنين در صنايع غذايي و آرايشي- بهداشتي به عنوان ماده معطر كننده مورد استفاده قرار مي گيرد. در طب گذشته بهارنارنج در تقويت اشتها، درمان اسپاسم هاي شكمي و نيز به عنوان آرام بخش و درمان تپش قلب مورد استفاده قرار مي گرفته است. از فرآورده هاي موجود در بازار مي توان به شربت كالمودين اشاره كرد. منشاء اوليه گياه نواحي شمالي هندوستان تشخيص داده شده است ولي امروزه در غالب نواحي معتدل و مساعد از جمله ايران و به طور عمده در استان هاي گيلان، مازندران و فارس پرورش داده مي شود.

# کلم

نویسنده:سپیده سلیمي
منبع:sharghnewspaper.ir
کلم چنانچه به صورت خام يا اندكي بخارپز شده مصرف شود يك ماده غذايي بسيار ارزشمند است. اين سبزي مفيد حاوي ويتامين هاي آ، ب، ث و اي و مواد معدني متعددي مثل كلسيم، سولفور، سيليكا، منيزيم و يد است. كلم منبعي غني از آهن و كلروفيل است كه آن را براي درمان كم خوني و بازيابي توان و قدرت بدني پس از دوره نقاهت و ضعف ناشي از كمبود آن ايده آل مي سازد. به طوري كه گفته مي شود مصرف كلم براي بازسازي خون در بدن و جبران ناتواني بسيار مفيد است.
خواص فوق العاده كلم از قرن ها پيش شناخته شده است و يكي از ارزشمندترين مواد غذايي در طب سنتي قديم است. در مصر باستان كلم داراي چنان ارزش درماني بوده است كه يك معبد به نام آن ساخته شد و در روم باستان آن را داروي همه دردها مي دانستند. پزشكان رومي مصرف كلم را مسبب شش قرن زندگي رومي ها بدون پزشك مي دانستند.
فيثاغورث خوردن روزانه كلم خام را درمان ناراحتي هاي عصبي مي دانست و ملاحان براي پيشگيري از ابتلا به بيماري اسكوروي كلم مي خوردند.خوردن كلم خام از قديم به تصفيه خون و اثر پاك كنندگي بر روي پوست مشهور است و گفته مي شود كبد را از سموم پاك مي سازد و براي درمان آرتروز و انوع سردرد مفيد است.
كلم در پزشكي نوين نيز موضوع تحقيقات متعددي بوده كه اغلب فوايد شناخته شده در طب سنتي را مورد تائيد قرار مي دهد. بنا بر تحقيقات جديد كلم قادر است سيستم ايمني بدن را تحريك كرده و توليد آنتي بادي ها در بدن را افزايش دهد. خوردن سوپ يا دم نوش كلم تاثير فوق العاده اي در از ميان بردن عفونت هايي مثل سرماخوردگي، سرفه و آنفلوآنزا دارد. تركيبات سولفور موجود در كلم موجب تاثير نابود كننده آن بر روي باكتري ها و عفونت هاي دستگاه تنفسي مي شود. كلم همچنين اثر شگفت انگيزي در ترميم زخم ها و جراحات داخلي و خارجي بدن دارد. خوردن كلم خام موجب تشكيل لايه اي آسترمانند در طول مسير دستگاه گوارش مي شود كه به صورت لعابي محافظ در آن عمل مي كند و به درمان زخم هاي دستگاه گوارش، سوزش سر معده، گاستريت و كوليت هاي دستگاه گوارش كمك مي كند. گنجاندن كلم در رژيم غذايي روزانه مانع بروز يبوست شده و احتمال ابتلا به سرطان، به ويژه سرطان روده بزرگ را

كاهش مي دهد. خوردن كلم براي كبد نيز بسيار مفيد است و مي تواند ميزان قند خون را كاهش داده و به بيماران ديابتي كمك كند.برگ هاي كلم خاصيت آرام بخش و ضدباكتري داشته و ترميم دهنده هستند. ضمادي كه از برگ هاي كلم تهيه شده مي تواند تسكين زخم ها، سوختگي ها، انواع جوش و خراشيدگي و حتي مارزدگي يا جاي نيش حشرات را موجب مي شود. اين ضماد به عنوان ضدالتهاب و ضدتورم نيز عمل مي كند و براي درمان ورم مفاصل مفيد است. چنانچه ضماد برگ كلم را بر روي سينه بگذاريد سرفه هاي شديد را تسكين مي دهد و آب كلم نيز در درمان آكنه، زخم و سوختگي هاي سطحي و سرمازدگي موثر است.براي تهيه ضماد كلم ابتدا سبزترين برگ هاي آن را جدا كرده و رگ برگ هاي سفت آن را ببريد. قسمت هاي لطيف برگ را در آب داغ بريزيد تا پس از چند دقيقه نرم شوند، برگ ها را از آب خارج كرده كمي بكوبيد. چند لايه از برگ هاي كوبيده را به عنوان ضماد در موضع مورد نظر قرار داده و ببنديد. هر چند ساعت ضماد را با ضماد تازه جايگزين كنيد.

# شاه تره

گونه اي است علفي با ساقه هاي منشعب، افراشته و عموماً به ارتفاع 40- 10 سانتي متر، برگ ها داراي بريدگي هاي ظريف انگشتي، عرض لبه ها در حدود 0/5 ميلي متر و در وسط شياردار و خطي است، گل آذين هاي خوشه داراي حدود 200 گل و تقريباً بدون دمگل. برگك ها خطي كشيده و يا واژ سرنيزه اي و نوك تيز است. كاسبرگ ها تقريباً به طول يك ميلي متر، اكثراً تخم مرغي و دندانه دار است. جام گل به رنگ سفيد يا گهگاه گل سرخي ملايم با نوك سبزفام و يا ارغواني متمايل به سبز، گلبرگ هاي داخلي داراي نوك تيره رنگ و ميوه ها به قطر تقريبي 2 ميليمتر است. بخش دارويي اين گياه را اندام هوايي تشكيل مي دهد. اندام داراي برگ هاي پنجه اي مانند و به رنگ سبز است.
گل هاي اين گياه به رنگ ارغواني و بسيار كوچك است. اندام هوايي اين گياه داراي طعم تلخ، سبزرنگ و بدون بو است. زمان جمع آوري معمولاً يك هفته بعد از شروع گلدهي يعني فصل بهار است ولي چون زمان گلدهي آن طولاني (از اواسط بهار تا پاييز) است لذا زمان برداشت محصول به تناسب وضع زمين و منطقه بستگي دارد. از مهم ترين مواد موثره اين گياه آلكالوئيدهاي آن (فومارين، پروتوپين، كريپتوكاوين، اسكولرين و مقدار اندكي از آلكالوئيدهاي ديگر) است. از شاه تره به عنوان مدر و صفراآور استفاده مي شود و همچنين از آن به صورت موضعي در درمان برخي از بيماري هاي جلدي استفاده مي شود. در طب گذشته براي شاه تره اثرات صفراآور، مدر و ضدخارش قائل بوده اند و همچنين مصرف آن را به عنوان دهانشويه در تسكين التهاب لثه نافع مي دانسته اند. دامنه انتشار اين گياه در ايران نسبتاً وسيع و نواحي شمال گرگان، دره سفيدرود، آذربايجان، قصرشيرين، خرم آباد، اهواز، شيراز، بوشهر و... است. بعد از تهيه بايد در جاي خشك و دور از نور و روشنايي نگهداري شود. شاه تره را به مقدار 4-2 گرم به صورت دم كرده روزي سه بار مورد استفاده قرار مي دهند.

# سدر

گياهي است درختي به ارتفاع 8- 5 متر و هميشه سبز با تاج پوشش نيم كروي يا تخم مرغي، شاخه ها بلند كه با زاويه اي باز نسبت به تنه قرار دارند. شاخه ها به رنگ قهوه اي- سفيدفام. در زمان جواني بدون كرك يا كركدار برگ ها تخم مرغي پهن تا تخم مرغي بيضوي گاهي تقريباً مدور، نوك برگ كند يا اندكي نوكدار، در قاعده گرد يا نيم قد برگ بدون كرك يا كم و بيش كركدار. گل آذين كركدار، ميوه سته و زردفام است.برگ ها بخش دارويي اين گياه را تشكيل مي دهند. هميشه سبز يا خزان كننده، متناوب، ساده، بدون بريدگي غالباً گوشواره دار، گوشواره تقريباً چوبي و خارمانند است. مناسب ترين زمان جمع آوري برگ هاي اين گياه اواخر تابستان است. برگ سدر داراي تانن و استرول هاي گياهي و همچنين ساپونين است كه عامل كف كنندگي آن به شمار مي رود. از برگ سدر به عنوان شست وشوي موي سر و بدن استفاده مي شود، همچنين به عنوان ضدعفوني كننده و ضدقارچ مصرف موضعي دارد. مقدار لازم از پودر برگ به صورت خيسانده در آب براي شست وشوي موضعي استفاده مي شود. در طب گذشته از سدر جهت بهبود زخم ها و شست وشو موي سر و بدن استفاده مي شده است. برگ سدر علاوه بر داشتن خاصيت شست وشودهنده موي سر و بدن داراي خاصيت پايين آورنده قندخون نيز هست.
انتشار عمومي اين گونه در عربستان، حبشه، آفريقاي شمالي و ايران است و در ايران در اطراف كازرون، جزيره خارك، لار، بندرعباس، چابهار، بم و... به طور خودرو يافت مي شود. از فرآورده هاي موجود در بازار مي توان به افشره سدر، پودر سدر خالص، شامپو و صابون سدر اشاره كرد.

# مريم گلي

نويسنده:سحر شهنازي
گياهي است بوته اي به ارتفاع حداكثر 60 سانتي متر با ريشه چوبي و پايا، ساقه افراشته، انشعابات متعدد، پوشيده از كرك هاي كوتاه پيچيده، برگ هاي ساده، داراي پهنك مستطيلي شكل و دمبرگ دار.جام گل به رنگ بنفش - آبي، صورتي يا سفيد، مختصري كرك دار است. ميوه فندقه هاي تقريباً كروي، قهوه اي رنگ با خطوط تيره است. بخش دارويي گياه برگ هاي آن است. برگ هاي خشك شده گياه حداقل داراي 1/5 درصد اسانس است. بيشترين مقدار اسانس برگ ها در فصل گلدهي اين گياه يعني خرداد تا مرداد است. گياه بومي غرب اروپا است و در ساير نقاط براي مقاصد دارويي كشت مي شود. تركيبات اصلي اسانس اين گياه را 60-35 درصد توچون و بقيه را سينئول، بوزنئول و بورنئول استات تشكيل مي دهند. مريم گلي به صورت موضعي به عنوان ضد التهاب قابض، ضدباكتري و در التهاب دهان به صورت قرقره و دهان شويه مورد استفاده قرار مي گيرد. در گذشته مريم گلي را به صورت خوراكي مقوي عمومي و به صورت موضعي در التيام زخم ها و خراش هاي پوستي موثر مي دانسته اند. به واسطه داشتن تركيب سمي توچون مقادير زياد برگ مريم گلي (بيشتر از 150 گرم در هر مرتبه مصرف) سمي بوده و باعث افزايش ضربان قلب، افزايش دماي بدن و سرگيجه مي شود.
اين گياه در ايران رويش طبيعي ندارد و در چند سال اخير با وارد كردن بذر گياه، در نقاطي از شمال ايران كشت شده است. به جز نمونه گياهاني كه از مناطق كشت به دست مي آيد ديگر گياهان ارائه شده در بازار ايران گونه هايي است كه اشتباهاً ارائه مي شود.

باور شبو

گياهي است يك ساله سبز، ظاهراً بي كرك با ارتفاع 70-30 سانتي متر يا بيشتر، ساقه ايستاده، منفرد يا از قاعده منشعب با شاخه هاي ايستاده، برخاسته، طويل و پوشيده از برگ هاي متراكم غالباً ساده يا كمي منشعب، پهنك پهن دراز، سرنيزه اي، در قاعده پخ با دندانه هاي بزرگ كند و دندانه هاي اره اي كنگره اي در بخش گلدار براكته اي شكل گل به رنگ صورتي، سفيد، آبي، بنفش، نسبتاً بزرگ، مجتمع در توده هاي مجزا در طول گل آذيني نسبتاً بلند، كاسه كمي كرك پوش، دو لبه، لب بالايي آن تخم مرغي و منتهي به دندانه هاي درفشي، لب پايييني داراي دندانه پهن دراز و در انتها سر نيزه اي- درفشي است. سر شاخه هاي گلدار گياه مورد استفاده دارويي واقع مي گردند، پودر آن طعم تند و بوي معطر و بسيار خوشبويي دارد. بهترين زمان جمع آوري گياه موقع گلدهي آن است كه اوايل خرداد تا اوايل تيرماه جهت اين كار توصيه مي گردد. از مهمترين مواد موثر آن روغن فرار است. اندام هوايي خشك شده گياه حداقل داراي0/1 درصد اسانس است. به صورت خوراكي به عنوان آرامبخش و اشتهاآور و به صورت موضعي در درمان التهابات پوستي مورد استفاده قرار مي گيرد. اسانس آن اثر ضدباكتريايي دارد. در طب گذشته از آن به عنوان داروي آرامبخش و ضدنفخ استفاده مي كرده اند. از اين گياه فرآورده اي در بازار دارويي وجود ندارد، بايد دور از نور مستقيم و در ظروف سربسته غيرپلاستيكي نگهداري شود. به علت دارا بودن اسانس داراي خاصيت ضداسپاسم و همچنين به علت دارا بودن ژراينول خاصيت ضدميكروبي خوبي دارا است.

به

منبع ويتامين هاي مختلف هستم و آش من به مبارزه با امراض معدي برويد . پوست من براي از بين بردن چين و چروك پوست مفيد است . براي نرمي سينه و تنگ نفس مرا تجويز كنيد .
اسم من به است ، به من بهي و آبي هم مي گويند . اعراب مرا سفرجل مي خوانند . زادگاه اوليه من ايران است و در نام لاتيني من كلمه ايراني به چشم مي خورد . من داراي انواع جنگلي – ترش – شيرين و ميخوش هستم . بهترين نوع من پيوندي است كه آنرا روي تنه زالزالك پيوند كرده باشند . نوع جنگلي من گس است و آنرا «به شغال» مي خوانند . قابل خوردن نيست ، ولي بهدانه ي آن بهتر از دانه ي پيوندي است . من داراي ويتامين هاي آ- ب و اي و پ6 بوده داراي آهك آهك و تانن هستم و از اين رو براي مبتلايان به امراض سل و دق غذاي مطلوبي مي باشم . آب جوشانده و پخته من مقوي وقابض است . آب ميوه من كه به وسيله ماشين فشاري گرفته شود ، ملين بوده طبل شكم را خالي مي كند و در كوچك كردن شكم موثر است . شربت ساده ي من كه به شربت به معروف است . براي درمان ورم روده مفيد مي باشد و شربت به ليمو مقوي قلب و معده بوده و ايجاد سرور مي نمايد . آش من غذاي گوارايي براي امراض معدي است وخورش به نيز همتاي آن مي باشد. آب ميوه ي من براي معالجه اسهال خوني و خونريزي معدي تجويز شده است و دمكردي شكوفه ي من سي گرم در ليتر سرفه را تسكين مي دهد اگر پوست ميوه ي مرا پانزده روز در الكل خيس كنند ، و با آب آن صورت را مالش دهند چين و چروك را از بين مي برد.
وجود ويتامين هاي ب و پ درمن سبب شده است كه اعصاب را تقويت كنم و جواني را پايدار سازم . با آب جوشانده ي من مي توان معده و روده و رحم را شست . نوع ترش من در تقويت معده بهتر از شيرين است . نوع شيرين من مسرور كننده و مقوي معده و دماغ است پيشاب را زياد مي كند . زياده روي در خوردن به مسهل است . عصاره ميوه ي من مانع خونريزي و قي و خمار و تشنگي است . يكي از پزشكان قديم ايران معتقد است كه زياده روي در خوردن به ترش و ميخوش باعث سكسكه است. بوييدن انواع معطر من باعث تقويت روح حيواني و نفساني است . قي را بند مي آورد و خونريزي معده را درمان مي كند . خوردن ميوه خام من مخصوصا شاداب و شيرين آن جهت تفريح و معالجه وسواس و تسكين درد سر و آبريزش بيني و تقويت كبد ومعده مفيد مي باشد . اشتها را زياد مي كند. ميوه ي من بوي بد دهان را از بين مي برد . يرقان را معالجه مي

نمايد و التهاب معده را تسكين مي دهد .و براي تسكين درد قسمت بالاي معده توصيه شده است و مفيد است . اگر ميوه ي مرا زير آتش تنوري نماييد به حدي كه رنگ آن تيره شود و بخوريد اسهال مزمن را معالجه مي كند مخصوصا اگر وسط ميوه مرا را خالي كرده و دانه ها را برداشته و به جاي آن جوزبويا گذاشته باشند . رب نوع ترش من قابض معده بوده ، قي را بند مي آورد و اسهال را معالجه مي كند . مسكن تشنگي و حرارت معده است . مرباي من با آب نعناع براي جلوگيري از قي به كار مي رود . شكوفه تازه من مسكن سينه – قابض و مسكن درد سر و قي كردن است . مقوي قلب ، دماغ و معده بوده ، و اثري نيكو دارد . مرباي ميوه من جهت نرم كردن و درمان سرفه و تنگ نفس سود بخش مي باشد . ضماد ميوه و برگ درخت من جهت فرو بردن ورمهاي گرم مخصوصا ورم چشم نافع است . از اين ضماد مي توان براي رفع سوزش محل نيش حشرات سمي استفاده نمود . ضماد برگ من به تنهايي جهت معالجه زخمهاي چركي مفيد مي باشد . كرك روي پوست من بسيار قابض است و براي گلو و آواز خوب نيست ، چنانچه آب ميوه ي مرا در روغن زيتون ريخته و آنرا غليظ نماييد ، تنقيه ي آن جهت معالجه اسهال و زخم معده اثر معجزه آسا دارد

آلبالو

ما دو برادريم يكي به نام آلبالو ويكي به نام گيلاس .براي چاقها نعمت بزرگي هستم . در هسته و دمم خواص بسياري هست . ماسك برادرم گيلاس براي زيبايان بسيار مفيد است .
ما دو برادر هستيم يكي به نام آلبالو و ديگري گيلاس و از تركيب مان آلبالو گيلاس به عمل آمده است . به من آلوبالو و آلو بوعلي هم گفته اند . رنگ من سرخ است ولي برادرانم گيلاس به رنگهاي صورتي سرخ – زرد و سياه ظاهر شده اند. طعم من ترش و برادرانم شيرين و گاهي ميخوش مي باشند همه ما برادران سرشار از ويتامين هاي آ- ب – د – و ث هستيم موادي مانند منيزيم – كلسيم و آهن زياد داريم و كمي هم داراي سديم و پتاسيم و روي و فسفر مي باشيم . ترشي خون را پايين مي آوريم . ادرار را زياد مي كنيم و براي مبتلايان به نقرس – رماتيسم – درد مفاصل و تصلب شراين غذاي مفيدي هستيم . برادرم گيلاس سينه را نرم مي كند . معده را ضد عفوني مي نمايد و تخمير معده را از بين مي برد و از اين رو يبوست را معالجه ميكند و اسهال مخصوصا اسهال خوني را شفا مي بخشد ، و بسيار سهل الهضم است . براي مبتلايان به مرض چاقي يك غذاي ايد آل است و مبتلايان و كساني كه مي خواهند لاغر شوند مي توانند گيلاس را قبل از غذا ميل نمايند . زيرا خوردن گيلاس را قبل از غذا شخص را سير مي كند و جلوي اشتها را مي گيرد ودر عين حال او را چاق نمي نمايد و اين به علت آن است كه قند گيلاس با قند انگور متفاوت است و روي همين اصل براي مبتلايان به مرض قند بسيار نافع بوده و خوردنش ضرري ندارد . هيچوقت گيلاس را بعد از غذا و سر سيري نخوريد زيرا معده را سنگين مي نمايد . من خودم صفرا بر خوبي هستم – قي و اسهال صفراوي را درمان مي كنم عطش و التهاب را كم مي كنم و دوست معده وكبد هستم – ميوه ي خشك شده من كمي قابض است . چنانچه مغز هسته مرا گرفته با يك دهم وزنش ؛ رازيانه جوشانده و ميل نماييد ، سنگهاي كليه و مثانه را از بين ميبرد .
صمغ درخت من و برادرانم سينه را نرم مي كند و رنگ رخسار را باز كرده ؛ قلب را جلا مي دهد . براي درمان سرفه بهتر است كه صمغ را گرفته با آب سرد ميل نماييد . يكي از مزاياي برادرم گيلاس آن است كه دمكرده ي دم آن ادرار را زياد مي كند واين خاصيت او شهرت جهاني دارد . جوشانده برگ گيلاس در شير ملين است . ماسك زيبايي كه با گوشت تهيه مي شود،پوست را نرم و رنگ رخسار را باز مي نمايد و براي اين كار بهتر آن است كه از گيلاس هاي درشت خراساني استفاده كنيد و گوشت آنها را

روي صورت بماليد و بگذاريد مدتي بماند . گيلاسهاي خراساني كه در فشم و ميگون كاشته شده و از آب رودخانه شمشك سيراب مي شوند ، فسفر بيشتري دارند و روي اين اصل درمقابل آفات نباتي قدرت مبارزه بيشتري دارند و خوردن آنها مغز را تقويت مي نمايد . و در اينجا بد نيست بدانيد كه بزرگترين معدن فسفر دنيا در شمشك قرار دارد.

# كنجد

متجاوز از پنج هزار سال است كه انسان به خواص معجزه آساي كنجد پي برده است . پهلوانان قديم آنرا براي زياد كردن زور مي خوردند و امروز هم در بين قهرمانان تركيه قابل توجه است و داراي ارزش زيادي مي باشد .

هنديها بيش از ساير اقوام براي اين گياه خاصيت و اثرات معجزه آسا قائلند و آنرا زياد كننده قدرت و عامل طول عمر مي شناسند و روي اين اصل آنرا در تشريفات مذهبي زياد مي خورند و همانطور كه ما ايرانيان خرما و انجير خيرات مي كنيم آنها كنجد و شيرينهايي كه با كنجد درست كرده اند خير مي نمايند وبدون ترديد علت طول عمر در بين مرتاضين و بعضي از دهاتيهاي هندي خوردن كنجد است .

خوردن اين گياه از قديم درايران معمول بوده است ، نانوايان مغز آن را روي نان مي پاشيدند و آن كاري است كه الان هم بايستي معمول شود .

حلواسازان آنرا به كار مي بردند كه متاسفانه امروز ترك شده است .

روغن كنجد دير فاسد مي شود و سابقا خوردن آن بسيار معمول بوده و هنوز هم معمول است .

شير كوبيده ي آن و گياههاي ديگر را جهت رفع سوزش معده مفيد مي دانستند و معتقد بودند ترشي معده را كم مي كند و سودا را از بين مي برد . آب برگ كنجد براي تقويت مو و بلند شدن آن تاثير نيكوي دارد و براي اين كار بايستي آب آن را با كوبيدن يا فشار گرفت و به سر ماليد .

مخلوط كردن برگ كنجد با حنا جهت مشكي كردن مو نيز نتايج نيكو دارد و نيز جوشانده برگ آن براي دراز شدن و مشكي شدن مو نافع است .

روغن كنجد براي جلاي مو بسيار مفيد و بهترين روغنهاست . دهاتيهايي كه هنوز روغن كنجد مي خورند عمر زيادتري مي نمايند و تا هشتاد سالگي تقريبا جوان هستند . براي اولين بار چند دانشمند فرانسوي در تركيه به خواص معجزه آساي اين گياه پي برده و مصرف آنرا در اروپا معمول كردند و امروز غذاهاي اختصاصي از آن مي سازند و مي فروشند و اكنون تركيبي از آن به نام تامينا معروف مي باشد ودر فرانسه معمول است . تامينا لغتي است تركي به معني كنجد و تركيبي از آن است . در سال 1924 يك دانشمند آمريكايي كه درهند به خواص معجزه آساي اين گياه پي برده بود يك سلسله امتحانات علمي را درباره آن شروع نمود و به اين موضوع پي برد كه اين گياه داراي مواد سفيده اي و چربي است و از همه مهمتر اينكه مواد سفيده اي اين گياه به طور خام نيز قابل هضم است و داراي پانزده نوع مواد سفيده اي است و براي كساني كه نمي خواهند گوشت بخورند

خوردن آن تقريبا واجب است و مي توان آن را گوشت گياهي ناميد . لسيتين اين گياه حتي از باقلاي هندي بيشتر است .
لسيتين چربي فسفر داري است كه وجود آن براي نسوج و اعصاب نهايت لزوم را دارد ؛ و مغز و غدد انسان احتياج زيادي به آن دارد . تقويت قوه حافظه بشر احتياج زيادي به اين ماده دارد و تقريبا 28 درصد مغز از لسيتين ساخته شده است و مغز انسان بيش از ساير حيوانات ازاين ماده دارد و سر موفقيت بشر و پيشرفت آن در عالم تمدن مرهون همين لسيتين است كه در گوشت و زرده ي تخم مرغ و گياههايي مانند : باقلاي چيني ، ماش ، قره ماش ، خرفه ، و كنجد وجود دارد .
در امتحانات تشريحي ثابت شده كه بيماران فكري در اعصابشان مقدار لسيتين پايين آمده است و در نتيجه خوردن اكسير لسيتين يه سرعت معالجه مي شوند ، كليمي ها كنجد زياد مي خورند و زياد زيرك مي باشند.
كنجد معدن مواد معدني قابل جذب است و داراي ؛ منيزيم، كلسيم ، آهن ، سيليس ، آلومينيوم ، كورم ، مس ، نيكل ، سديم و چندين فلز و شبه فلز ديگر است . اثر كنجد بيشتر در اثر داشتن ويتامينهاي زياد آنست مخصوصا ويتامينهاي ب و ويتامين هاي ف كه فراوان دارد .
برتر از همه داروها
غذايي كه بر هر دارويي ترجيح دارد كنجد است كه تقريبا بيشتر مواد مورد ساختمان بدن را داراست . لذا يك غذاي قيمتي و پر ارزش براي انسان متمدن است . داراي خواص گوشت است ولي ضرر آن را ندارد .
قوت ، جواني ، تعادل زندگاني و صحت را به انسان مي بخشد . طعم گواراي آن مورد توجه شكم پرستان مي باشد و به خوبي آساني براي انسان در هر سني كه باشد قابل هضم است . كنجد براي زن ، مرد ، بزرگ و كوچك براي ادامه ي حيات و طول عمر مفيد است ، اثر آن در تعويض سلولهاي كهنه ي بدن بسيار سريع است و در تسهيل تفكر عمل آن قابل تحسين است و در رفع آلامي مانند : سرطان ، سل ، كم خوني بي نظير مي باشد . در زندگاني جديد كه فكر بشر بيش از ساير اعضاي بدن او به كار مي رود كنجد از نان واجبتر است . خلاصه كنجد غذاي كساني است كه مي خواهند عمر زياد توام با سلامتي داشته باشند . بهترين وسيله راحتي و بيمه كننده جواني شما كنجد است .

شاهي

لكه هاي سفيد پوست را برطرف مي كند.
شاهي گياهي يك ساله به ارتفاع 20تا 30 سانتي متر است كه در نواحي مختلف ايران پرورش مي يابد. اين گياه داراي نشاسته و روغن فرار است. اين گياه با فرا رسيدن بهار در دسترس ما قرار مي گيرد و به عنوان غذا و دارو مصرف مي شود.
فوايد:
دانشمندان علم گياه شناسي براي شاهي خواص و آثار متعددي بيان كرده اند كه در زير به بيان آنها مي پردازيم:
شاهي سرشار از املاح معدني و مانع از رشد سلولهاي سرطاني است.
شاهي علاوه بر ويتامين (ث) داراي مقدار زيادي ويتامينهاي A ـ B ـ B2 است.
مصرف چكيده ترتيزك علاوه بر معالجه امراض دستگاه تنفسي، كرم كُش نيز هست.
املاح معدني شاهي عبارتند از: آهن، كلسيم، فسفر، آرسنيك، منگنز، مس، روي و گوگرد.
شاهي براي اشخاص كم خون و مبتلايان به آسم فوق العاده مفيد است.
شاهي اشتها آور، نيرو بخش، تصفيه كننده خون و ادرار آور است و سنگيني معده و كبد را برطرف مي كند.
مصرف شاهي به كساني كه شن و سنگ كليه و مثانه دارند و يا درد گوش گرفته اند، توصيه شده است.
جويدن برگهاي شاهي تازه لثه ها را محكم مي كند و آنها را سالم نگه مي دارد.
شاهي به علت داشتن ويتامين (ث) در معالجه بيماري قند و امراض پوستي فوق العاده مفيد است.
شاهي داراي يد، آهن و فسفات است.
نوع ديگر شاهي، بولاغ اولي به معناي (بوته رودخانه) است، كه داراي يد، فسفر وآهن است و جنبه غذايي و دارويي دارد كه به طور خام و به صورت سالاد و پخته مصرف مي شود. خنك كننده، ضد اسكوربوت بوده و ترشحات ريه را تغيير شكل مي دهد و داراي گلوكزيد است.
شاهي كك و مك را كه معمولاً در صورت انسان به صورت لكه هاي قهوه اي ريزي پديدار مي شود، برطرف مي كند. بدين منظور بايد برگ شاهي را كوبيده و بر روي لكه ها بگذارند و يا تخم شاهي را كوبيده و در مقداري آب خيس نموده، شبانه روز يك مرتبه بر روي لكه ها بگذارند و آن قدر

ادامه دهند تا لكه ها برطرف شود.
شاهي لكه هاي سفيد پوست را برطرف مي كند. به اين منظور بايد تخم شاهي را كوبيده با كمي عسل مخلوط نماييد و بر روي لكه ها قرار دهيد و اين عمل را روزي يك مرتبه تكرار كنيد تا بهبودي كامل حاصل شود.
شاهي براي رفع بدبويي زير بغل مفيد است. براي اين منظور بايد صبح ناشتا مقداري شاهي و يا تخم شاهي تناول كرد و چند روز متوالي تكرار نمود.
شاهي انار ترش را به انار شيرين مبدل مي كند. براي اين منظور بايد آب شاهي را گرفته، به دفعات مكرر مانند آب در پاي درخت انارترش بريزيد كه مورد استفاده ريشه قرار گيرد. در اين صورت ميوه آن به انار شيرين تبديل مي شود.
شاهي كه موجب تندرستي بدن است سرشار از ويتامين هاي آ ـ ب ـ ث (c ـ B ـ A) است.
شاهي از سبزيهاي خنك است كه مواد معدني را به بدن مي رساند.
يك فنجان كوچك آب شاهي را صبح ناشتا ميل كنيد زيرا آب شاهي كرم را از بين مي برد و سموم بدن را دفع مي كند.
براي التيام زخمهاي چركي، از مرهمي كه از شاهي كوبيده و چند قطره روغن زيتون يا بادام به دست مي آيد، استفاده مي شود.
براي رفع لكه هاي پوست سه قسمت آب شاهي را با يك قسمت عسل مخلوط كنيد و آن را خوب به هم بزنيد تا به صورت مايعي كامل درآيد. سپس به كمك يك تكه پنبه هيدروفيله، صورت را با اين محلول صبح و شب بشوييد و بگذاريد خودش خشك شود و بعد آن را با آب و صابون تميز بشوييد.
شاهي چون ضد نيكوتين است براي اشخاصي كه سيگار مي كشند مفيد است.
تركيبات شيميايي شاهي:
دانشمندان از تجزيه شيميايي 100 گرم شاهي به جز آب، مواد زير را به دست آورده اند:
1)پروتئين : 3 گرم
2)مواد قندي : 1 گرم
3)آهن : 6/1 گرم
4)فسفر : 52 ميلي گرم
5)كلسيم : 220 ميلي گرم
6)ويتامين B : 45 واحد بين المللي
7)ويتامين c : 45 واحد بين المللي

8)ماده مهمي به نام تروپئولوزيد
9)ويتامين A : 1500 واحد بين المللي

قارچ

قارچ و پروتئين
قارچ هاي خوراكي و مخصوصاً قارچ تازه حاوي مقادير فراوان پروتئين مورد نياز بدن است كه از اين نظر ميزان پروتئين آن حدود 2 برابر پروتئين اغلب سبزيجات و ساير حبوبات مي باشد. پروتئين قارچ از لحاظ اسيدهاي آمينه كه همانا جزء اصلي پروتئين را تشكيل مي دهد جزو غني ترين پروتئين ها محسوب مي شوند و از لحاظ ارزش غذايي در حد فاصل پروتئين گوشت و پرتئين گياهي قرار دارد. از طرفي پروتئين قارچ به دليل داشتن مقادير فراوان آب و رطوبت نسبت به سبزيجات و حبوبات بسيار مطبوع و قابل هضم است. به طوري كه 90 ـ 70 درصد قابليت هضم پذيري دارد. به طور كلي ارزش بالاي پروتئين قارچ و قابليت هضم پذيري بالاي آن باعث شده كه مصرف آن براي سالمندان و سالخوردگان بسيار توصيه گردد.قارچ و دريافت كالري ـ همان طور كه مي دانيد كربوهيدراتها يكي از مهم ترين منابع انرژي براي بدن هستند. قارچ هاي خوراكي به علت داشتن 2/4 در صد كربو هيدرات قادرند به طور ميانگين 100 كيلو ژول در 100 گرم قارچ، انرژي توليد كنند كه اين ميزان انرژي در نوع خود بسيار قابل توجه است.
قارچ و چربي ـ يكي از مهمترين ويژگي هاي قارچ كه باعث شده متخصصين تغذيه آن را بسيار توصيه كنند در صد كم چربي آن است. قارچ هاي خوراكي داراي درصد بسيار كمي از چربي هستند كه اين مقدار در حدود 1% تا 3% وزن تر آن مي باشد.
لذا كساني كه از رژيم غذايي لاغري در برنامه غذايي شان استفاده مي كنند مي توانند از قارچ بهره ببرند و به هيچ وجه نگران بالا رفتن چربي خونشان نباشند.
قارچ ها و ويتامينهاي مورد نياز بدن ـ مصرف روزانه 100 گرم قارچ خوراكي نياز بدن به ويتامين c را برطرف مي كند. علاوه بر اين قارچ منبع بسيار خوب ويتامين B1 و B2 است. كمبود ويتامين B1 مي تواند زمينه ساز بسياري بري بري باشد . همچنين ويتامين B12 از ويتامين هاي ضزوزي براي خونسازي به شمار مي رود. كمبود ويتامين B12 باعث بروز آنمي و يا كم خوني مي شود. به طور كلي مصرف 100 گرم قارچ خوراكي تازه نياز روزانه افراد بالغ به ويتامينهاي محلول در آب را برطرف مي كند.
قارچ و عناصر معدني ـ عناصر معدني موجود در قارچ در مقايسه با سبزيجات و ميوه جات هم از كيفيت بهتري برخوردار هست، هم از نظر كميت در سطح بسيار خوبي قرار دارد. قارچ خوراكي داراي ميزان چشم

گيري پتاسيم، آهن و مس است و قادر است فسفر مورد نياز بدن را به طور كامل تأمين كند. كلاهك قارچ سرشار از فسفر است.
ساير تركيبات قارچ هاي خوراكي ـ اسيد فوليك: يكي از مهمترين تركيبات موجود در قارچ كه بسيار مورد توجه قرار مي گيرد اسيد فوليك موجود در آن است. در حال حاضر يكي از مهم ترين علت هاي كم خوني در افراد به خصوص در خانم هاي باردار كمبود اسيد فوليك است.
قارچ هاي خوراكي به سبب داشتن مقادير فراوان اسيد فوليك از جمله بهترين منابع غذايي براي اين دسته از افراد محسوب مي شود
لوواستاتين: از جمله تركيبات مهم موجود در قارچ همين لوواستاتين است. قارچ ها به طور طبيعي توليد لوواستاتين مي كنند و اين تركيب بسيار در كاهش چربي و كلسترول خون مي تواند مؤثر واقع شود.
بيوفريوليد: در قارچ تركيبي به نام بيوفريوليد وجود دارد كه از تشكيل مخزن چربي خطرناك در شريانها جلوگيري مي كند. اين ماده از تشكيل كلسترول هاي بد خون (LDL )و اسيد هاي چرب در سلولها و خون جلوگيري مي كند.
در زمستان قارچ بخوريد:
قارچ استخوانها را تقويت مي كند، خستگي را برطرف مي كند، كمبود ويتامين D را بر طرف مي كند. پرتو خورشيد در بدن ويتامين D توليد مي كند اما در زمستان بدن اين وضعيت را ندارد كه از پرتو خورشيد به خوبي استفاده كند و ويتامين D توليد كند. پس در زمستان خوردن مواد غذايي توصيه مي شود كه داراي اين ويتامين باشد. ويتامين D سبب جذب كلسيم در روده مي شود تا بالافاصله در استخوانها به مصرف برسد. براي اينكه همه مواد مغذي به بهترين شكل جذب شوند نياز به ويتامين هاي گروه (ب) است. قارچ بخشي از اين ويتامين ها را تدمين مي كند و هر سلول در بدن ما به ويتامين (B2 )قارچ نياز دارد تا بتواند انرژي كسب كند تا ما زود خسته و كم حوصله نشويم.
قارچ را بايد پخته خورد، زيرا قارچ آلوده به موادي است كه فقط با پختن از بين مي رود اما قارچ هايي كه در واحدهاي صنعتي توليد مي شوند مي توان بدون هيچ مشكلي پس از تميز كردن مصرف كرد.
توجه: اكيداً توصيه مي كنيم كه از خريد قارچهاي فله اي به شدت و به جدّ بپرهيزيد. صرف نظر از اين كه احتمال مسموميت از طريق اين نوع قارچها بسيار بالاست كيفيت پايين اين قارچها و آلودگي بسيار آنها از جمله مهمترين معضل هاي اين نوع قارچ هاست.
حتماً قارچ مورد نياز خود را از مراكز معتبر و به صورت بسته بندي هاي بهداشتي تهيه فرماييد. هر گونه تغيير رنگ ظاهر قارچ و هر گونه احساس مزه نامطبوع بايد مورد توجه قرار گيرد و از مصرف آنها خودداري شود.

قارچ هايي كه تغيير رنگ داده اند و كلاهكشان سياه و يا خاكستري شده از كيفيت خوبي برخوردار نيستند.
ـ تحقيقات پزشكي نشان مي دهد كه با خوردن قارچ، دستگاه دفاعي بدن تقويت مي شود، طول عمر افزايش مي يابد، كلسترول خون پايين مي آيد، گردش خون در بدن بهبود مي يابد. ويروسها از بين مي رود، از بروز بيماري هاي قلبي جلوگيري مي شود. قارچ مقدار زيادي كربوهيدرات و آهن دارد پزشكان به بيماران ديابتي و افرادي كه به تقويت دستگاه ايمني بدن خود اهميت مي دهند و كساني كه برنامه خاص غذايي (رژيم) دارند خوردن قارچ را توصيه مي كنند

# كدو حلوايي

كدو حلوايي، ميوه يك گياه علفي است كه داراي ساقه هاي بلند و خزنده و برگ هاي پهن است. گل هاي اين گياه زرد و ميوه آن شبيه خربزه و يا خيلي بزرگتر از آن است.
قسمت هاي مورد استفاده كدو حلوايي عبارتند از: مي وه، پوست، تخم ميوه، گل كدو حلوايي را به صورت پخته، ترشي، مربا، تهيه روغن، مورد استفاده قرار مي دهند.
خواص كدو حلوايي:
كدو حلوايي يرقان (زردي) را برطرف مي كند.
انواع كدو، ادرار آور و تب بر است.
تخك كدو به خصوص پوست سبز رنگ آن ضد كرم است. لذا مصرف مقدار 75 تا 100 گرم تخم كدو در مورد افراد بزرگسال و 37 تا 50 گرم آن در مورد اطفال تجويز شده است.
كدو حلوايي، سينه را نرم و اخلاط و سرفه را آسان مي كند.
اگر كدو حلوايي را پخته به صورت كرم به صورت بماليد و نيم ساعت صبر كنيد، رنگ چهره و رخسار باز شده و صورت را براق و زيبا مي نمايد.
خوردن كدو، موجب برطرف شدن غم و اندوه است.
خوردن كدو با عدس رقت و نرمي قلب مي آورد. كدو براي درمان قولنج مفيد است.
خوردن كدو مغز را تقويت مي كند. روغن تخم كدو براي تسكين درد بواسير بسيار مفيد است.
جوشانده گل كدو براي سينه بسيار مفيد است.خوردن كدو باعث تجديد قواي جسمي و روحي بدن و موجب استحكام بافت هاي بدن مي شود.
خوردن كدو، خوابي راحت به دنبال دارد و كساني كه دچار كم خوابي هستند، كدو براي درمان كم خوابي آنها مؤثر است.
كدو طبيعتي سرد دارد. كدو صفرا را تسكين مي دهد.
شيره تخم كدو يبوست را برطرف مي كند لذا بايد صبح ناشتا يك فنجان از آن ميل شود.
ابن سينا پزشك شهر اسلامي، كدو را براي رفع سرد درد و رفع بي خوابي و درمان خستگي اعصاب تجويز مي كرد.
كمپوت كدو مخلوط با سيب، غذاي ملين خوبي است و براي دفع يبوست تأثير زيادي دارد.
چون كدو به آساني پخته مي شود غذايي فوق العاده مفيد براي معده هاي ضعيف است. كدوي پخته را به بچه ها، پيرمردان و به كساني كه دچار

بيماري عفونت شده اند و دوره نقاهت را مي گذرانند، بدهيد.
كدوي پخته با عدس، غذايي مناسب براي گرفتگي سينه است.
كمپوت كدو براي مبتلايان به سنگيني معده و اسهال مفيد است؛ براي اين منظور مي توان 100 گرم گوشت كدو را تكه تكه كنيد و در يك ليتر آنقدر بجوشانيد تا نصف آب بخار شود و پس از صاف كردن آب آن را بگيريد و با مقداري شكر آن را شيرين كرده و هر وقت مايل بوديد آن را مصرف كنيد.
آب كدويي كه به ترتيب بالا به دست مي آيد براي تسكين درد بواسير مؤثر است. لذا نوشيدن سه بار در روز از آب كدو تجويز شده است.
بر اساس نتايج پژوهشهاي متعدد، كدو سلولهاي مغز را فعال مي كند و به شكل چشمگيري حافظه را تقويت مي كند. پزشكان مي گويندكه كدو كار هضم غذا را آسانتر مي كند.
اگر پوست كدوي خام را به صورت مرهم بر روي زخم هاي سطحي پوست يا سوختگي هاي شديد قرار دهيد، پوست را نرم مي كند.
كمپوت كدو مخلوط با سيب از غذاهاي مفيد براي بيماران مبتلا به ورم پروستات است.آب كدوي پخته، ادرار آور خوبي است و براي رفع اختلالات كليه و مثانه است.
ضما (مرهم) كوبيده كدو براي درد سر و درد شقيقه بسيار سودمند است.
آب كدو كه شيره آن كشيده شده براي بيماران مبتلا به يرقان (زردي) مفيد است.
اگر سه روز صبح ناشتا، هر دفعه 5 مثقال تخم كدو را بكوبيد و شيره آن را بگيريد براي رفع كرم كدو داروي بي نظيري است.
مرباي كدو تقويت كننده بدن و اعصاب است. ترشي كدو، اشتها آور و هضم كننده غذا است.
كدو حلوايي را پخته و به صورت مرهم براي رفع ورم و التهاب در محل مورد نظر قرار مي دهند.
غرغره با آب كدوي پخته براي درمان گلو درد مفيد است. سوخته شده پوست كدو، براي بند آوردن خون اثر معجزه آسا و بسيار سريع دارد، به طوري كه فوراً خونريزي را بند مي آورد و دو لبه زخم را به هم مي چسباند و سوزش و ناراحتي زخم را خيلي زود تسكين مي دهد.
سوخته پوست كدو حلوايي براي درمان سوختگي ها مفيد است بدين منظور بايد پوست سوخته شده كدو را در روغن زيتون يا خوراكي مخلوط كرده و در محل سوختگي بماليد.
سوخته پوست كدو، پيسي و لكه هاي سفيد پوست را درمان مي كند، بدين منظور بايد پوست كدو حلوايي را خشك كرده و بسوزانيد سپس اين پوست سوخته را در سركه مخلوط كرده هر روز لااقل يك مرتبه در محل بماليد تا بهبودي حاصل شود.

پوست سوخته شده كدو حلوايي به ترتيبي كه گفته شد براي درمان خونريزي احشاء و بواسير مفيد است.
خوردن روغن كدو براي معالجه افسردگي، غم و غصه، خمودگي اعصاب، ماليخوليا و تشنج بسيار مفيد است.
خوردن مغز خام تخم كدو به مقدار 35 گرم در روز براي درمان سوزش ادرار، زخم معده، خش خش سينه، اخلاط خوني، خونريزي ريه و تسكين صرفه مفيد است.
روغن تخم كدو براي بي خوابي بسيار مفيد است و مقدار استعمال اين روغن در هر مرتبه حداكثر 35 گرم است.
مغز تخم كدو براي درمان سل، تب هاي حاره، تشنگي و زخم روده مفيد است.
انواع كدو داراي ويتامين هاي زيادي است و براي امراض قلبي بسيار مفيد است.
مرهم كدو حلوايي براي درمان دمل مفيد است. ضمادها و مرهم هايي كه با برگ هاي تازه يا گوشت تازه درست مي كنند سوختگي سوداهاي متورم، كوفتگي و خراش هاي جزئي روي پوست را تشكيل مي دهد.
كدو تنبل سرشار از ويتامين (آ) است و اگر شيره كدو را بكوبند و در شير يا آب بپزند، خنك است و براي رفع عطش ناشي از تب مصرف مي شود.
ـ بر اساس نتايج پژوهشي جديد، كدو حلوايي علاوه بر خواص متعدد از پيري پوست جلوگيري مي كند. كدو حلوايي سرشار از آنتي اكسيدان است.
خوردن 150 گرم از آن در روز نياز بدن به الياف را تأمين مي كند. كدو حلوايي به سبب داشتن كلسيم، فسفر، منيزيم و آهن بسيار مغذي است

# كاسني

قلب، كبد و كليه را فعال مي كند.
كاسني گياهي پايا، علفي به ارتفاع 5/0 تا5/1 متر است. ريشه اي قوي و دراز به رنگ قهوه اي دارد. برگهاي آن متناوب و پوشيده از تارهاي فراوان در اطراف و گلبرگهاي مياني است.
قسمت مورد استفاده كاسني، برگ، ريشه و دانه آن است.
فوايد:
اين گياه در پزشكي اهميت بسياري داشته است. به طوري كه ابن سينا پزشك بزرگ مسلمان در مورد گياه كاسني و خواص آن رساله اي نوشته است.
دانشمندان علم گياه شناسي براي اين گياه خواص و آثار زير را برشمرده اند:
ـ كاسني باز كننده و حمل كننده ماده بيماري كبد است.
ـ كاسني مسكن عطش و حرارت دروني است. كاسني در درمان التهابات معده و پاك كردن مجاري ادراري، مؤثر است.
ـ اگر آب پخته كاسني را با سكنجبين ميل كنيد بهترين داروي تب هاي طولاني و مداوم است.
ـ ماليدن آب كاسني به محل هاي خارش بدن بسيار مفيد است.
ت غرغره آب كاسني با فلوس براي درد گلو، ورم و سوزش گلو مفيد است. فرمول مذكور براي درمان ورم حلق (لارنژيت) و تورم مفصلي نافع است.
ـ مصرف تخم كاسني، كمي با حالت تهوع همراه است كه بايد در آن سكنجبين اضافه كنيد.
ـ ريشه كاسني در باز كردن و روان شدن اخلاط بسيار مؤثر است.
ـ ريشه كاسني، مجاري گوارشي را پاك مي كند و بهترين تصفيه كننده خون است. ريشه كاسني در از بين بردن ورم احشا خيلي مؤثر است.
ـ ريشه كاسني بهترين دارو براي آب آوردن شكم است و در نفخ و تحليل مواد بسيار نافع است. ريشه كاسني براي تقويت معده، زياد كردن ادرار و رفع درد مفاصل و ضد يرقان مفيد است.
ـ عرق كاسني كه از گياه تازه كاسني گرفته شده باشد براي خنكي به كار مي رود.
ـ برگ هاي كاسني داراي املاح پتاس است و جوشانده آن براي تصفيه خون، تقويت معده و اعضا به كار مي رود.
كاسني انواع مختلف دارد كه ريشه و برگ هاي آن در پزشكي، در بهبود تب

ها، يرقان (زردي) و انسداد مجاري صفراوي مفيد است.
ـ تمام قسمت هاي كاسني مخصوصاً ريشه و برگ آن، محرك صفرا است و به عمل هضم كمك مي كند و اثر آن در نارسايي هاي كبدي، قولنج هاي كبدي و ناراحتي هاي صفراوي بارز است.
كاسني در ازدياد نطفه و زيبايي چهره كودك تازه متولد مفيد است.
كاسني انسان را از ابتلا به قولنج نگه مي دارد.
ـ كاسني، توان و نيروهاي بدني را تجديد مي كند. كاسني در ضعف اعصاب، ضعف چشم و فشار خون مفيد است.
كاسني، قلب، كليه، كبد را فعال و با نشاط مي گرداند. كاسني رحم را به وظيفه طبيعي خود وا مي دارد.
ـ برگ كاسني، داراي مقداري ويتامين(ث) است و لذا در حفظ جواني مؤثر است. برگ كاسني، زهر طحال را از بين مي برد و كيسه صفرا، يرقان و دردهاي معده و كبدي را معالجه مي كند.

پرسیاوشان

گیاهي است نازك كه درنزديكي آبدانها و جويبارو رودخانه و كاريزها مي رويد.به گشنيز سبز شبيه است ،ليكن شاخه هايش سرخ و مايل به سياهي است ، نه ساقه دارد و نه گل و نه شكوفه .
نيروي درماني اش را زود از دست مي دهد .
مزاج :جالينوس گويد :مزاج معتدل دارد .
خاصيت :گدازنده ، لطيف كننده ،باز كننده ،قابض و بازدارنده سيلان است .اگرپرسياوشان را با علف الديوك (علف خروس )و علف السماني (علف بلدرچين )مخلوط كنند نيروي از هم پاشيدن (هرش )در آن زياد مي گردد .
آرايش :خاكستر پرسياوشان كه با سركه و روغن زياد مخلوط گردد در علاج داء الثعلب و داء الحيه مفيد است .و اگر با روغن آس و آب انگور كهنه باشد مو را بلند مي كند و از افتادن مو جلوگيري مي كند .
دمل و جوش :علاج قرحه هاي دروني و خنازير است .
زخم و قرحه :ناصور و زخم هاي پليد و مرطوب را مداوا مي نمايد .
سر :خاكستر آن مخلوط با آب شوره را از بين مي برد .
چشم :در مداواي التهاب و جوش هاي گوشه چشم (غرب )مفيد است .زهرها :شربتش نيش مار و سموم سگ هار و حشرات موذي را علاج است.
اندام هاي تنفسي :در تنقيه شش و تسكين سرفه بسيار مفيد است .
اندام هاي غذا :اگر با آب انگور كهنه باشد مانع روان شدن مواد ناسازگار به سوي شكم و معده مي شود .درد طحال را تسكين مي دهد و براي يرقان سودمند است .
اندام هاي دفعي :مدربول است .سنگ را خرد و حيض را جاري مي كند ،زائو را تنقيه مي كند .نزيف را قطع مي كند و در اكثر حالات شكم را بند مي آورد و به عقيده ابن ماسويه مسهل است .

پنج انگشت

گياهي است پايا و تقريباً به درختچه مي ماند و در كنار آب ها مي روید .
شاخه هاي سخت دارد . برگش چون برگ زيتون و از برگ زيتون نرم تر است .
چوب آن به منظور دارويي مورد استفاده است و از گل و برگ و ميوه اش بايد استفاده كرد . لطافت و تندمزگي و گسي دارد ولي از سداب خشك كم تأثيرتر است .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :لطيف كننده ، گدازنده ، بادشكن است .ابداً باد ندارد .باز كننده است ، با كمي قابضيت .
آرايش:رنگ و رو را صفا مي دهد .
مفاصل :ضماد آن با برگش علاج پيچش عصب است و خستگي را رفع مي كند .
سر:شربت آن سردرد مي آورد ، خواب آور است . ضمادش در علاج سردرد مفيد است . در روغن بپزند و بخورند كمتر سردرد مي آورد .
سينه :شيرپستان را فزوني و آب پشت را كاهش مي دهد .
اندام هاي غذا :راه بندان هاي كبد و طحال را باز مي كند . بهترين علاج سختي طحال است .
اندام هاي دفعي :براي مداواي درد و ورم زهدان در آب پز آن مي نشينند . آب پشت را مي خشكاند . پنج انگشت و به ويژه تخم آن در ادرار بول و تركهاي اطراف مقعد سودمند است .
پنج انگشت به ويژه تخم آن را با روغن ضماد كنند و بر بيضه بگذارند سختي را از بين مي برد .
زهرها :خوردن مقداري از آن پادزهر حشرات موذي و مار است . ضمادش زهر دندان سگ هار و درنده ها را خنثي مي كند . برگش را دود كنند بكلي حشرات را مي راند

پنبه

خاصيت :پنبه دانه بادشكن و خشكاننده و دير هضم و بد خلط است و گرمي زياد مي دهد .
در روغن جوشيده اش كم زيان تر است و سكنجبين شكري زيانش را دفع مي كند .
ورم و جوش :بيخ پنبه بياباني را در آب بپزند و ضماد سازند علاج ورم گرم و باد سرخ است .
سر:افشره و روغن پنبه درد گوش را درمان مي كند .افشره برگش سرشويه شود (سوزني )را علاج است . پنبه دانه كه بسيار گرم و بخاري است مايه سردرد مي شود .
اندام هاي غذا :پنبه دانه كه دير هضم است براي معده خوب نيست .
اندام هاي راننده :بسيار بخورند آب پشت قطع مي شود

پونه

چندين نوع دارد : كنار آبي ، كوهي ، غليجن ، شاك . كوهي آن از جويباري قوي تر است .
خاصيت:از تندي و تلخي كه دارد بسيار نرم كننده است و به ويژه كوهي آن .
خون را بسوي پوست مي كشد . قرحه آور است . پونه را تنها خورند عرق ريز است و بسيار گرمي بخش .
آرايش : پونه و به ويژه پونه سبز را با آب انگور كهنه بپزند و برپوست بگذارند لكه هاي سياه و خوني كه در زير پلك ها پيدا مي شود ازبين مي روند .
مفاصل :آب پزش را بخورند كوفتگي ماهيچه ها و پيرامون هاي ماهيچه ها را بر طرف مي كند .
ضماد پونه كه پوست را مي سوزاند داروي بيماري اعصاب است .
پونه را بخورند و به دنبالش آب پنير بنوشند و چندين روز پي در پي تكرار كنند در علاج واريس مفيد است .
پونه اي كه غلجين نام دارد خوردنش داروي ترنجيدگي و ماليدنش بر پوست علاج نقرس است .
زخم و قرحه : چون پونه هم تحليل برنده هم تكه كننده و نرمي بخش است خوردنش در علاج جذام مفيد است .
سر : افشره اش كرم گوش را از بين مي برد . سر درد مي آورد . پونه كوهي داروي زخم دهان است . و ريختني ها را از سوراخ بيني بيرون مي سازد . سوخته غلجين لثه را استوار مي سازد .
نفس كش :آب پز پونه علاج بلند نفسي (انتصاب النفس )است .
پونه را تنها و به ويژه اگر با انجير بخورند سينه را از خلط هاي غليظ و لزج پاك مي نمايد . درمان درد دنده است و كوهي از جويباري مؤثرتر و غليجن همه اين كارها را مي كند .
سركه را بر پونه بپاشند يا پونه اي كه تازه در سركه ريخته اند به بيني غش كرده نزديك كنند از بوي آن به هوش مي آيد . پونه شاك در علاج تپش قلب مفيد است .
اندام هاي غذا :هرپونه اي و به ويژه پونه كوهي بي اشتهايي و ضعف معده را از بين مي برد .سكسكه را تسكين مي دهد . پونه كه زداينده و باز كننده و نرم كننده مواد صفرايي و سودايي است ، خودش و آب پزش در علاج يرقان مفيد است .اگر بيماري يرقاني خود را با آب پز پونه كوهي شستشو بدهد عرق مي كند و سود مي بيند . اگر پونه را با انجير بخورند داروي

استسقاست .
پونه كوهي اشتهاي خوراك را زياد مي كند .در آب جوشيده اش علاج استسقا است . پونه غليجن دل بهم خوردن را چاره مي كند . پونه غليجن را با مرهم موم و روغن گل بر طحال بگذارند طحال را لاغر مي كند . پونه شاك هم همين كار را مي كند و در علاج تپش معده (التهاب )و افسردگي و دل بهم خوردن بسيار سودمند است .
اندام هاي راننده : آب پز پونه بول را ريزش مي دهد .
در پيچش و درد روده و قي و اسهال شديد مفيد است . حيض را راه مي اندازد ، شايد بلغم را استفراغ دهد . بعضي گويند پونه به ويژه پونه كوهي شهوت را قطع مي كند و خواب هاي جنسي را از بين مي برد .پونه بياباني مسهل ملايم است . به نفع زهدان است ، كرم و به ويژه كرم هاي ريز را مي كشد . از پونه بياباني و كوهي كه شايد از بياباني نوع ويژه اي باشد مقداري با گلاب قند بخورند مراره سودا را بيرون مي ريزد و اگر چنين شربتي را با سركه و كمي سيكي بيااميزند قوي تر شود .
در اين زمينه بهتر است كه پونه را خرد كنند و بسايند و سائيده را بر سركه مخلوط با آب و نمك بپاشند و بخورند .پونه غليجن خلط سودايي را از راه ادرار بيرون مي ريزد . پونه بياباني در همه اين كنش ها كاري است .
تب ها : بيمار تب و لرز اگر آب پز پونه بخورد ، يا پونه را در روغن بپزد و آن روغن را را بر تن بمالد بسيار نفع مي بيند .
زهرها : خوردن و ضماد گذاشتن پونه پادزهر حشرات است . ضمادش تقريباً كار داغ گذاري را انجام مي دهد . كسي كه سم خورده اگر پونه را با آب انگور كهنه بخورد سم را از كار مي اندازد . دود كردن برگش حشرات را مي گريزاند .گستردن برگش نيز دشمن حشرات موذي است . پونه بياباني داروي نيش كژدم است . در آب جوشيده پونه كوهي را بخورند پادزهر دندان درندگان است .

پنج برگ

خاصيت:مي خشكاند اما نه تند است و نه تيز و نه گزنده .بر جاي خونريزي بگذارند خون بند مي آيد .
ورم و جوش :بر ورم داخلي و خنازير و سفتي هاي بلغمي و كژدم بگذارند مفيد است .
آب پز بيخش داروي قرحه واگير است . با سركه بپزند علاج مورچگي و جمره و كژدمه و گري است .
مفاصل :بخورند يا ضماد كنند درد مفاصل و لغزش مفاصل و بيماري اعصاب را درمان مي كند .
سر :آب پز بيخش را در دهان بگردانند درد دندان تسكين مي يابد ، زخم دهان خوب مي شود .
نفس و سينه :آب پزش را در گلو بگردانند زبري گلو از بين مي رود .
افشره بيخش درد شش را دوا مي كند .
اندام هاي غذا : اگر چند روزي افشره بيخش را با نمك و عسل بخورند علاج يرقان و درد كبد است .
اندام هاي راننده : بيخ و آب پز بيخش در اسهال و زخم روده و بواسير مفيد است .
تب ها : برگش را با ادر و مالي بخورند تب سه اندر ميان و تب نوبه را از بين مي برد .
زهرها :افشره بيخش سم قاتل است .
پونه كوهي ، مرزه كوهي ، مرزه
هم قوت آويشن و شربتش تماماً مانند شربت آويشن است .
مزاج : گرم و خشك است .
خاصيت : پوست كن و تحليل بر و لطافت بخش است .
مفاصل : داروي درد سرين است .
سر : قوتي سوزنده دارد اگر آن را بجوند لثه سست را استحكام مي بخشد ، درد دندان را تسكين مي دهد .
سينه : روغنش براي سينه و شش مفيد است .
براي معده و كبد خوب است . حيض و بول را ريزش مي دهد ، كرم ها و كرم كدو را بيرون مي راند

ترنج

ترنج را همه مي شناسند .روغني كه از پوست ترنج بدست مي آيد قوي و روغني كه از شكوفه اش به دست مي آيد قوت كمتري دارد .
مزاج : گرم و خشك .
خواص درماني :گوشتش بادزا ، برگش بادشكن و شكوفه آن لطافت بخش تر از برگ است .
ترشي آن قابض و صفراشكن و تخم و پوستش تحليل برنده است . اگر پوست ترنج را بر لباس بپاشند مانع بيدزدگي مي شود . بوي ترنج هواي فاسد و وبايي را از بين مي برد .
آرايش:ترش آن رنگ را جلا مي دهد و لكه هاي صورت را از بين مي برد.
سوخته پوست ترنج كه بر ابلقي بمالند سودمند است .پخته پوستش دهان را خوشبو مي كند و فربهي مي بخشد . پوست ترنج را در دهان نگهدارند دهان را خوشبو مي نمايد .
دمل و جوش :آب ترش مزه ترنج را بر اگزما بمالند مفيد است .
مفاصل :روغن پوست ترنج در مداواي سستي اعصاب و فلج سودمند و ترشي آن براي عصب بد است .
اندام هاي سر :درعلاج دهن كجي مفيد و پخته آن در خوشبو كردن دهان بسيار مؤثر است .
چشم :افشره بالنگ را در چشم بكشند يرقان چشم را از بين مي برد .
نفس كش و سينه :افشره اش خفقان گرم را تسكين مي دهد . مرباي بالنگ براي گلو و شش بسيار خوب است ، اما ترشاب افشره آن براي سينه خوب نيست . اگر كسي زالو را بلعيده باشد مغز بالنگ را با سركه بجوشانند و به او بدهند زالو را مي كشد و بيرون مي آورد .
اندام هاي غذا : گوشت بالنگ براي معده خوب نيست . بادزا و دير هضم است و بايد مرباي آن را خورد و اگر مرباي بالنگ با عسل باشد سالم تر و هضم پذيرتر است ، ولي نبايد زياد از حد خورد .
برگ بالنگ و شكوفه آن معده و درون را تقويت مي كند . اگر پوست بالنگ جرا چون ادويه در خوراك بريزند و به هضم غذا كمك مي نمايد . پوست بالنگ خود بخود از آنجا كه سخت است هضم نمي شود . پخته پوست بالنگ قي را تسكين مي دهد . رب بالنگ كه رب افشره آن است معده را دباغي مي كند .
ترشاب آن در علاج يرقان مفيد و قي صفرايي را فرو مي نشاند ، و اشتهاآور است .
بايد ترنج را تنها خورد و با خوراك قبلي و بعدي مخلوط نشود .

اندام هاي دفعي : گوشتش قولنج مي آورد . ترشي آن بند آورنده شكم و در مداواي اسهال صفرايي مفيد است . تخم ترنج مسهل است و در علاج بواسير سودمند مي باشد .
زهرها :پادزهر كليه سموم است و به ويژه خوردن و اندودن آن در مورد سم عقرب بسيار مفيد و پوستش هم در اين زمينه بسيار مفيد است .
ضماد پوست بالنگ و خوردن افشره بالنگ درمداواي مارگزيدگي سودمند است .

ترخون

مشهور است .گويند عاقرقرحا بيخ ترخون كوهي است .
مزاج :هرچند داراي نيروي مخدر است ولي چنان مي نمايد كه گرم و خشك باشد .
خاصيت :رطوبت ها را بر مي چيند ، خشك مي كند و نوعي سردي دارد كه سودمند است .
سر :جويدن ترخون و در دهان نگه داشتن آن در زخم و جوش درون دهان مفيد است .
اندام هاي تنفسي : سبب درد گلو مي شود .
اندام هاي غذا : دير هضم است

تنبول

برگ درختي است كه در هندوستان مي روید و در جايي است كه آن را (نغر) گويند .برگش به برگ ليمو شباهت دارد .
مزاج :سرد و خشك
آرايش :بوي دهان را مي زدايد و خوش مي كند .
سر :لثه و گوشت ميان دندان را محكم مي كند و از اين روست كه هندي ها مرتب در دهان دارند .
اندام هاي غذا :دهانه معده را تقويت مي كند ،كمك هضم و بادشكن است .
خاصيت :بسيار سردي بخش و گيرنده است .
ورم :در علاج ورم گرم و متراكم خوب است .
چشم :ضمادش درد پلك و التهاب چشم را شفا مي دهد

تنوب

درختي است مشهور .فوفي يكي از انواع آن است . قضم قريش ثمر درخت تنوب است .زفت بياباني را از تنوب مي گيرند .
خاصيت :ثمرش گيرنده است و گرمي لطيف دارد .
ورم و جوش :برگ درخت تنوب را بر ورم گرم بگذارند مفيد است .
قرحه :اگر برگ و تخم آن را با پيه غاز و با مردار سنگ و كوبيده كندر مخلوط كنند قرحه هاي رويه تن را درمان مي كند .اگر با موم و روغن آس مخلوط باشد علاج زخم تن نرمان و در علاج همهزخم قرحه هاي گرم و تر مفيد است .پوست تنوب را بكوبند و بسايند و بر زخم بپاشند مفيد است .
برگش را بر زخم بگذارند مانع فاسد شدن است .
سر:تنوب را با سركه بپزند و در دهان بگردانند درد دندان تسكين مي يابد.
رخت را تكه تكه كنند و در سركه بپزند داروي درد دندان است .
چشم :دودش به سود چشم است .
سينه :تخمش علاج خون بر آوردن است .انگمش علاج سرفه مزمن است.
اندام هاي غذا :با عسل خورده شود براي درد كبد مفيد است .
اندام هاي راننده : خوردنش شكم را بند مي آورد و بول را مي گيرد

توت

دو جنس است :1 ـ شيرين و سفيد 2 ـ تلخ و ترش (شامي )
مزاج :توت شيرين گرم و تر و توت ترش شامي (شاتوت )سرد و مرطوب است .
خاصيت :گيرنده و سردي بخش است .
آرايش :اگر برگ توت را با برگ تاك و برگ انجير سياه در آب باران بپزند مو را سياه مي كند .
ورم و جوش :شاه توت ورم دهان و گلو را شفا مي دهد .
برگش داروي خناق و ذبحه سينه است .
زخم و قرحه :شاه توت خشكيده و افشره اش درعلاجزخم پليد مفيد است
.سر :رب شاه توت داروي جوش هاي دهان است .
آب پز شاه توت دندان را سست مي كند .افشره برگ شاه توت را در دهان بگردانند درد دندان از بين مي رود .
اندام هاي غذا :توت براي معده خوب نيست و در اين زمينه توت شيرين و سفيد از شاه توت بدتر است .
اندام هاي راننده :توت گس و خشكيده و نمك سود بسيار قبوضيت مي دهد و در علاج ديزانتري مفيد است .مغز توت مسهل است .
الياف توت معده را مي پالايد و اسهال آور است .
زهرها :پوست درخت توت پادزهر شوكران است

# كافور

كافور چند گونه است .قنصوري ، رياحي ، آزاد ، اسفرك كبود .
كافور به چوب چسبيده و از چوب برآمده است .
كساني مي گويند كافور بسيار بزرگ است ، بسياري از جانوران را در سايه خود پناه مي دهد و ببرها سايه اش را دوست دارند و در مدت سال مگر در وقتي معين كسي نمي تواند به درخت كافور برسد .
چنان كه مي گويند كافور در دامنه كوههاي كنار دريا مي روييد .
مزاج :سرد و خشك
آرايش :به كار بردنش پيري زودرس به دنبال دارد .مو را سفيد مي گرداند .
ورم و جوش :ورم گرم را فرو مي نشاند .
سر :كافور مخلوط با سركه يا افشره خرماي نارسيده ، يا آب آس ، يا آب ريحان ، درد سر ناشي از تب گرم را از بين مي برد .
بي خوابي آورد ، تقويت حاسه گرمي داران است .
بهترين داروي زخم هاي دهان است .
اندام هاي دفعي :شهوت جنسي را از بين مي برد .
سنگ كليه و مثانه به وجود مي آورد .بي اشتهايي ناشي از صفرا را بند مي آورد

## كاجيره

كاشتني و بياباني دارد .بيخ آن ارزش دارويي ندارد .اما سائيده برگ و برش مفيد است .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :روغنش تقريباً حكم روغن گزنه دارد و از آن ناتوان تر است .
اندام هاي غذا :براي معده خوب نيست ، شير را در معده پنير مي كند .
سينه :سينه را مي پالايد و صدا را صاف مي كند .
اندام هاي راننده :با انجير يا عسل بخورند بلغم سوخته را بيرون مي آورد .
علاج قولنج است شهوت برانگيزد .روغنش شكم را روان مي سازد .
زهرها :برگ يا ثمر كاجيره بياباني را با هم بخورند پادزهر نيش كژدم است .
ديسقوريدوس گويد :اين گياه برگش دراز و خم شده و زبر و خاردار است . ساقه اش تقريباً به بلندي دو ذرع و بي خار است . بر سر ساق ها تاج هايي شبيه دانه زيتون هاي بزرگ است .گلش زعفراني و سفيد و قسمتي به سرخ رنگي مايل است و در خوراك مصرف مي شود .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :رساننده است و قبوضيتي معتدل دارد .
آرايش: لكه هاي سياه و لك و پيس را مي زدايد .
زخم :با سركه بر (قوبا )بمالند مفيد است .
سر :كاجيره بياباني را با عسل مخلوط كنند و به دهان بچه بمالند زخم دهان را شفا مي دهد .

## كرچك

خاصيت :تحليل برنده و ملين و روغنش از روغن زيتون ساده لطيف تر و لطافت بخش تر است .
آرايش:كوبيده كرچك زگيل را بر مي كند و لكه هاي سياه را مي زدايد .
ورم :برگ كرچك را بكوبند و با آرد جو مخلوط كنند ورم بلغمي را فرو مي نشاند .
زخم :روغن كرچك داروي زخم تر و گري است .
اندام هاي غذا :اگر سي دانه كرچك را بسايند و بخورند معده را بسيار سست مي گرداند .
سينه :تنها با سركه بر پستان بگذارند ورم پستان فرو نشيند .
اندام هاي راننده :كرچك دانه را بكوبند و بسايند و بخورند بلغم و مراره و كرم را بيرون مي راند .

# کنگر

به خارخسك مي ماند ، ليكن از آن سفيدتر است و خار بلندتر دارد .برگ آن به برگ هل شبيه است ليكن نازك تر و سفيد تر است .
ساقه اش به دو گز مي رسد .گلش ارغواني رنگ و دانه اش به دانه كاجيره شبيه و از آن مدورتر است .
تخم آن گرم و لطيف است و بعضي گفته اند بسيار گرم است .
خاصيت درماني :در كنگر بطور عموم و به ويژه در تخم آن قوتي تحليل برنده و بازكننده موجود است .نزيف را بند مي آورد و در گيرندگي معتدل است .
دمل و جوش :از خاصيت گيرندگي و گدازندگي كه در آن هست در علاج ورم هاي بلغمي مفيد است و بيخ و ساير اجزاء آن را بر ورم مي گذارند .
بيخش بسيار مؤثر است .
مفاصل :از گيرندگي معتدل كه با تحليل بردن همراه است در علاج ترنجيدگي سودمند است .
هرگاه جنبش ماهيچه هاي كودك بر وفق مراد نباشد تخم كنگر مي خورند .
اندام هاي سر :با افشره آن مزمزه كنند درد دندان تسكين مي يابد .
سينه :كنگر و به ويژه بيخ آن در علاج خون آمدن از سينه مفيد است .
اندام هاي غذا :ناتواني معده را بر طرف مي نمايد و انسداد را باز مي كند .
كنگر و به ويژه بيخ آن در علاج اسهال مزمن و اسهال واگير مفيد است و ضمناً مدر است .
تب ها :در مداواي تب هاي بلغمي دراز مدت ، تب هايي كه ناشي از ضعف معده باشند و كليه تب هاي كهنه سودمند است .
زهرها :كنگر را بجوند و بر جاي نيش عقرب گذارند سم را بر مي كشد .
خوردم تخم آن درمان گزند حشرات موذي است .
كنگر فرنگي بياباني
دارويي است كرماني و از ايران است .
مزاجش گرم است و لطيف .

# كندر

صمغي است از شهري كه يونانيان آن شهر را كندر مي خوانند .
گاهي كندر را از شهري مي آورند كه نامش (مرباط ) است .
بهترين نوع كندر قسم نر و سفيد رنگ و مدور شده اش است كه اگر بشكند ميانش زرد طلايي رنگ چسبيده است .
مزاج :خود صمغ كندر گرم و خشكاننده است .
پوست صمغ كمي از صمغ سردتر و خشكاننده تر است .
خاصيت :در كندر قبضي بسيار كم است .رساننده است و سوزشي براي گوشت در بر ندارد .نزيف خون را بند مي آورد و اگر زياد از لازم به كار رود خون را مي سوزاند .
دود كندر در قبضي و خشكيدن از همه قوي تر است .
آرايش :كندر با عسل مخلوط شود و بر كژدمه بگذارند خوب مي شود .
پوست كندر علاج آثار زخم است .
كندر مخلوط با سركه و روغن زيتون را بر جايي كه درد مركب دارد بمالند سودمند است .درد مركب دردي را مي گويند كه برجستگي هاي زگيل مانند از پوست برآيد و احساسي مثل جاي پاي مورچه بر بدن حس مي شود .
ورم و جوش :مخلوط با قيموليا و روغن گل علاج ورم گرم پستان است .
كندر در ضمادهاي تحليل برنده ورم دروني مفيد است .
زخم و قرحه :بهترين خوب كننده زخم هاي تازه است .
زخم هاي ساري را از سرايت باز مي دارد .
كندر باپيه اردك داروي بيماري ويروسي است .كندر و پيه خوك علاج زخم هاي لبه اي و ترك هاي ناشي از سرماست .زخم هاي سوختگي را بهبود مي بخشد .
سر :هوش و فكر را تقويت مي كند .بعضي مردم را نصيحت مي كنند كه هميشه ناشتا آب خيسانيده آن را بخورند . اما زياد خوردنش سر درد مي آورد .كندر با نطرون مخلوط باشد و سر را با آن بشويند سپوسه و شوره را از بين مي برد .اگر كندر را با آب انگور كهنه در گوش بچكانند درد گوش تسكين مي يابد .
كندر با زفت مخلوط باشد يا همراه روغن زيتون يا آميزه شير شود و بر صدفه ي گوش بمالند ترك ها را بهبودي مي بخشد .
خون دماغ حجاب مغزي را قطع مي كند .
در دردهاي گوش ناشي از كوبيدگي بسيار سودمند است .
چشم :زخم هاي چشم را پر مي كند و خوب مي نمايد . ورم مزمن چشم را

مي رساند .
دود كندر ورم گرم چشم را بهبود مي بخشد .جريان رطوبت هاي چشم را بند مي آورد .
زخم هاي پليد چشم را درمان مي كند .چرك و خون زير قرنيه را پاك مي كند .
كندر يكي از داروهاي بسيار با ارزش براي ناخته سرخ كهنه شده چشم است . در علاج جوش سرطاني چشم مفيد است .
نفس كش و سينه :كندر مخلوط با قيموليا و روغن گل ورم گرم پستان تازه زاييده را خوب مي كند .
يكي از داروهاي قصبت الريه بشمار مي آيد .
اندام هاي غذا :كندر استفراغ را بند مي آورد .پوست كندر معده را قوي مي گرداند ، از سستي باز مي دارد و از هر قسم ديگر كندر براي معده گرمي رسان تر است و در گوارش مفيدتر .
پوست كندر براي بهم آوردن معده سست از هر چيز بهتر است .
اندام هاي دفعي :از بي اشتهايي و فساد معده جلوگيري مي كند .
خونريزي زهدان و مقعد را بند مي آورد .
زخم هاي پليد مقعد را از سرايت كردن باز مي دارد .بشرطي كه از كندر فتيله سازنده و در مقعد داخل كنند .
تب ها :در مداواي تب هاي بلغمي مفيد است .
زهر :اگر كندر زياد با آب انگور يا با سركه بخورند سم است .

نرگس

خاصيت :بيخ نرگس جذب كننده اي است كه از ژرفا بر مي كشد .خشكاننده و زداينده و شستشو دهنده است .روغن نرگس تأثير روغن ياسمين دارد و از آن ناتوان تر است .
بيخ نرگس و به ويژه اگر با آرد شلمك و با عسل باشد پيكان و خارها را بيرون مي كشد .
نرگس و به ويژه بيخش كه همراه سركه باشد لكه هاي سياه و لك و پيس را مي زدايد.بيخ نرگس داروي كم مويي است .
ورم و جوش :از بيخ نرگس و عسل و گاودانه معجون درست كنند .دمل هاي ناپايدار نارس و سخت را مي تركاند .
ضماد بيخ نرگس ورم عصب را فرو مي نشاند .
زخم و قرحه :زخم ها را مي خشكاند و محكم بهم مي چسباند و حتي تر گسسته را بهم جوش مي دهد .گردش مخلوط با عسل در سوختگي ها و زخم عصب و زخم هاي داخلي مفيد است .
سائيده نرگس همراه گاودانه و عسل چرك و پليدي را از زخم پاك مي كند .
مفاصل :روغن نرگس به عصب سود رسان است .ضماد بيخ نرگس ورم عصب و گره عصب و درد مفاصل را درمان مي كند .
سر :نرگس و به ويژه روغنش بند آمدن هاي مغزي و سردرد تر سودايي را علاج است و سرهاي گرم را به درد مي آورد .
سينه :روغن نرگس را بر سينه بمالند ورم سخت و سرد حجاب را از بين مي برد .
اندام هاي غذا :بيخش و آب پز بيخش را هر كس بخورد استفراغ مي كند .
اندام هاي دفعي :در علاج درد زهدان و مثانه مفيد است .
روغن نرگس دهانه بهم آمده زهدان را باز مي كند و در علاج درد زهدان سودمند است .

نسرين

قوتش با قوت نرگس برابر و از قوت ياسمن كمتر است .روغنش تأثير روغن ياسمن دارد ولي از آن ناتوان تر است .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :همه انواعش تنقيه كننده ، لطافت بخش است و گلش در اين زمينه مؤثرتر است .
مفاصل :گويند در سردي عصب مفيد است .
سر :كرم داخل گوش را مي كشد .صدا و وزوز را از بين مي برد . داروي درد دندان است نسرين بياباني را بر پيشاني بمالند سردرد تسكين مي يابد .همه نوع نسرين گرفتگي سوراخ بيني را باز مي كند .
سينه :در آماس لوزتين و گلو مفيد است .
اندام هاي غذا :نسرين و به ويژه بياباني اش را بخورند استفراغ و سكسكه را آرام مي كند .

نشاسته

مزاج :سرد و خشك است .
خاصيت :توان بخش و نرم كننده است .بايد نشاسته را با سه برابرش آب بپزند .
آرايش:نشاسته و زعفران را بر پوست مالند لكه سياهه را بر مي دارد .
زخم :زخم را بهم مي آورد و خوب مي كند .
چشم :مواد سيلاني را از چشم دور مي كند .
سينه :سينه را نرم مي كند . سوپ نشاسته سرماخوردگي سينه را از بين مي برد .
اندام هاي دفعي :نشاسته تنها يا با عدس شكم را بند مي آورد و از اختلاف مراره جلوگيري مي كند .

# نيلوفر

جالينوس فرمايد نيلوفر كلم آبي است .بيخ نيلوفر هندي حكمش حكم مهر گياه است .بهترينش آن است كه بيخ سفيد دارد كه از بيخ سياه قوي تر و تخمش از تخم آن مؤثرتر است .
آرايش:بيخ نيلوفر و به ويژه بيخ سياه آن را با آب به كار برند لك و پيس را مي زدايد و با زفت مخلوط كنند داروي كم مويي است .
ورم و جوش :بيخ نيلوفر داروي ورم گرم و آماس طحال است .
زخم :تخم و بيخ نيلوفر داروي زخم است .
سر :خواب آور است . سردرد گرم و صفرايي را تسكين مي دهد ولي بدن را ضعيف مي كند .
سينه :شربتش براي دفع سرفه و سينه درد خوب است .
اندام هاي غذا :بيخ نيلوفر خورده شود يا ضماد گردد داروي آماس طحال است .
اندام هاي دفعي :بيخ نيلوفر ، علاج اسهال مزمن و زخم روده است .
بيخ نيلوفر ضماد شود درد مثانه را از بين مي برد .تخم نيلوفر در هر چيز از خود نيلوفر قوي تر است . تأثيرش به حدي است كه خونريزي حيض را بند مي آورد .
اگر بيخ نيلوفر زرد و تخم آن را چند بار با شير بخورند رطوبت هاي هميشگي زهدان را باز مي دارد .
شربت نيلوفر زرد شكم را نرم مي كند .
تب ها :شربت نيلوفر براي تسكين تب بسيار گرم و مشتعل بسيار سودمند است .

هزار چشم

شاخه هايش گل هاي جدا گلبرگ دارد و دانه اش زرد مايل به سرخي و شبيه دانه سماق است .اما سرخي آن به سماق نمي رسد .
جالينوس فرمايد ميوه اش را نيز بخورند خوب است و تنها گلش مفيد نيست .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :ورم و جوش را تحليل مي برد و لطيف است و بازكننده و گدازنده.
زخم و قرحه : ضماد برگ آن در علاج سوختگي مفيد است و زخم هاي بزرگ را بهم مي آورد و زخم هاي پليد را درمان مي كند .
اگر برگ خشكيده آن را بكوبند و بر زخم هاي باد كرده و سست و گنديده بپاشند سودمند است .
مفاصل :اگر شربت بشود و چهل روز پي اندر پي بخورند بيماري اعصاب را از بين مي برد و دواي درد سرين است .
اندام هاي دفعي :ادرار بول و حيض مي كند . ثمر آن مراره سودا را بيرون مي راند .

هليله

چندين گونه است زرد نارسيده ، هليله سياه هندي كه رسيده و چاق تر از نارسيده است .
هليله كابلي از همه قسم هاي هليله درشت تر است .
هليله چيني هم هست كه از همه باريك تر و ريزتر و سبك تر است .
بهترينش زرد بسيار ،زرد مايل به سبز سنگين وزن و پر مايه و سخت است .
هليله كابلي هر آنچه پر گوشت تر و سنگين تر است و در آب فرو نشيند و رنگش به سرخي بزند بهتر است .
از هليله چيني هر آنچه نوك دارد خوب است .
مزاج :مي گويند هليله زرد از سياه آن گرم تر است . مي گويند هليله هندي كمتر از هليله كابلي سرد است .همه ي هليله ها سرد و خشكند .
خاصيت :همه انواعش در بيماري مراره مفيد است .
آرايش:هليله سياه رنگ و رو را زرد مي گرداند .
دمل و جوش :همه انواع هليله در معالجه جذام مفيدند .
سر :هليله كابلي دواي سردرد است و حواس و هوش و عقل را نيرو مي دهد .
چشم :هليله زرد در سست شدن جسم معالج است و اگر در چشم بكشند مواد سيلاني را قطع مي كند .
سينه :خوردن آن تپش و علت ناشي از ترس را درمان مي كند .
اندام هاي غذا :هليله عموماً و به ويژه دو نوع سياهش و علي الخصوص پرورده مرباي آنها تقويت معده مي كنند ،سستي معده را از بين ببرند ، معده را دباغ مي دهند ،تنقيه مي كنند ، خشك مي نمايند و كمك هضم طعام هستند . هليله زرد باغ خوبي براي معده است .اما هليله چيني در اين عمل از كابلي ناتوان تر است .هليله كابلي نوعي دل بهم خوردن به دنبال دارد . ولي در علاج استسقا سودمند است .
اندام هاي دفعي :هليله هاي كابلي و هندي با روغن زيتون بجوشند شكم را بند مي آورند .
هليله زرد براي بيرون راندن صفرا و بلغم اندكي خوب است .
هليله سياه سودا را بيرون مي آورد و در علاج بواسير مفيد است .
هليله كابلي سودا و بلغم را خارج مي كند و مي گويند داروي قولنج است .
تب ها :هليله كابلي در علاج تب هاي كهنه مفيد است .

همان بطباط است که نر و ماده دارد و نر آن از ماده نیرومندتر است .
خاصیت :قبوضیت دارد اما قسمت آبي در آن زیاد است و چون سیلان مواد را منع مي نماید ، خشکاننده است .از خونریزي جلوگیري مي کند .
ورم و جوش :ضماد آن در علاج التهابات زیر پوست و باد سرخ و مورچگي و آماس زخم بسیار مفید است .
زخم :در مداواي زخم هاي تازه بسیار مؤثر است .
سر :افشره اش کرم گوش را مي کشد و چرك و ریم گوش را مي خشکاند .
سینه :آبش از خون برآوردن جلوگیري مي کند .
اندام هاي غذا :ضمادش التهاب معده را از بین مي برد و معده را به حالت اعتدال باز مي آورد .خونریزي زهدان را بند مي آورد و زخم روده را شفا مي دهد .

ماش دارو

اين گياه شاخه هاي باريك سرخ مايل به سياهي يا سبز است . گلش سرخ تيره و تلخ مزه و كمي گيرنده است يا تند مزه است و تلخ نيست .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت : باز كننده ، زداينده ، در پاك نمودن اندام هاي داخلي بسيار مؤثر و نيرويي اسهال كننده هم دارد .
ورم و جوش :ورم سخت را نرم مي كند و به ويژه علاج ورم پستان است .
زخم و قرحه :با عسل ضماد شود زخم ها را بهم مي آورد و زخم گنديده را از ميان بر مي دارد .
مفاصل :داروي بيماري اعصاب و اگر با عسل باشد بهتر است .
اندام هاي غذا :داروي بيماري هاي كبد است و بند آمدن هاي كبد را باز مي كند .
علاج طحال و يرقان سودايي است به شرطي كه هفت روز پياپي بخورند .
اندام هاي دفعي :راه بندان زهدان را باز مي كند . بي اختياري ادرار را از بين مي برد .
بول و حيض را راه مي اندازد .علاج درد گرده است .
اگر با عسل فرزجه بشود زهدان را مي پالايد . اگر دو مثقال از اين دارو با عسل يا انجير شياف گردد بلغم را مي راند .
زهرها : پادزهر سمي است كه بعضي آن را (اورقطون )مي نامند .

# مازو

مازو ثمر در درختي است بسيار بزرگ كه در بعضي اماكن موجود است .
مازو دو نوع است :يكي سبز ، شاداب ، كوچك حجم ، دندانه دار و بي سوراخ كه آن را مازوي سبز هم مي گويند .
نوع دوم صاف و سبك و داراي سوراخ است .
مازوي خوب آن است كه كال ،سنگين وزن و سخت باشد . مازوي زرد و سست و سبك قوتش كم است و بر اخگر نهي مي سوزد .
مزاج :سرد و خشك
خاصيت :بسيار قبض و رطوبت ها را از جريان باز مي دارد و گوهر سرد خاكي دارد .
آرايش: آب و آب پز مازو رنگ مشك مو است .
زخم و قرحه :با سركه بر ( بيماري ويروسي ) مالند قوبا را از بين مي برد .
سائيده مازو را بر گوشت سست و زائد پاشند مي گدازد .
سر :رطوبت هاي تباه را به زبان و لثه نمي دهد . داروي زخم دهان و به ويژه اگر با سركه باشد در شفا دادن زخم دهان كودكان بسيار سودمند است و اگر بر دندان كرم خورده بگذارند سود مي بينند .
اندام هاي راننده :سائيده مازو را در آب حل كنند و بخورند علاج زخم روده و اسهال هميشگي است و اگر با غذا مخلوط كنند باز در علاج اسهال مزمن مفيد است

مريم نخودي

شاخه هايش با برگهاي به زمين نزديك و به ستبري ريحان و بزرگتر است .
رنگش سبز و يونانيان اين گياه را بلوط زميني مي گويند . زيرا برگهاي ريزش به برگ بلوط شبيه است و تلخ مزه اند .بيخ اين گياه به رنگ ارغواني مي زند .بايد همين كه تخم در آن پيدا شد چيده شود .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :بازكننده ، تكه كننده ، لطافت بخش و گرمي رسان است .
زخم و قرحه :همراه عسل زخم هاي مزمن را پاك مي نمايد .
مفاصل :سبز يا آب پز را بخورند در گسستگي ماهيچه مفيد و شربت آن ترنجيدگي را سر حال مي آورد و تا كهنه تر گردد مفيدتر است .
چشم :حب از آن مي سازند و مي خشكانند و براي مداواي زخم چشم به كار مي برند .اين دارو را در روغن زيتون بجوشانند يا بسايند و گردش را در چشم بكشند آب ريزي هميشگي چشم را درمان مي نمايد .
سينه :سرفه مزمن را چاره مي كند .
اندام هاي غذا :كلفتي طحال را لاغر مي كند .داروي يرقان سودايي است .شربت آن براي رفع سوء هضم بهترين دارو است .
استسقا را در اولين مرحله علاج مي نمايد و تا كهنه تر باشد مؤثرتر است .
اندام هاي دفعي :بول و حيض را ريزش مي دهد .
زهرها :ضمادش پادزهر حشرات سمي است .

مرزنگوش

مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :لطيف ، بازكن و گدازنده .روغن مرزنگوش گرمي مي دهد و مسهل است و تند مزاج .
آرايش:آب مرزنگوش را در ابزار حجامت مي ريزند و بعد از حجامت بر پوست مي مالند سپيدي هايي كه از برش تيغ حجامت بوجود آمده از بين مي رود .
خشكيده مرزنگوش را با عسل مخلوط كنند و بر پوست بمالند لكه هاي سياه خوني و لكه هاي سبز رنگ خوني را بر مي دارد و به ويژه براي زدودن لكه هاي خوني زير چشم بسيار مفيد است .
ورم و جوش :بر ورم بلغمي بمالند مفيد است .
مفاصل :در مرهم موم و روغن گل مفيد است و پيچش مفاصل را علاج مي كند .درد پشت و بيخ ران را تسكين مي دهد .با عسل علاج خستگي است.
روغن مرزنگوش فلج را چه آن فلجي كه گردن را به سوي عقب كج مي كند و چه غير آن باشد مداوا مي كند .
سر :راه بندان مغز را باز مي كند ، سردرد عادي يا سودايي ، رطوبت باد متراكم ، چاره اش با مرزنگوش است .
قطره هايي از آن را در گوش بچكانند درد گوش آرام مي گيرد . فتيله را به روغن آن آغشته كنند و در گوش بمالند گوش را از گرفتگي مي رهاند .
اندام هاي غذا :آب پز مرزنگوش در علاج استسقا سودمند است .
اندام هاي دفعي :آب پز آن داروي بي اختياري ادرار و پيچش و درد روده است . روغنش گرمي بخش و نرمي بخش است و در بهم آمدن دهانه زهدان كه در راه حقنه شدن است مفيد است .
زهرها :با سركه باشد پادزهر نيش كژدم است

موسير

پيازي است كوچك و خوردني كه به پياز نرگس شبيه و برگش شبيه برگ تره است و گلش به بنفشه مي ماند .
آرايش:بر لكه ها ي سياه چهره بمالند و در آفتاب بنشينند مفيد است . اثر زخم را از بين مي برد .دهان و زبان را زبر مي گرداند .با زرده تخم مرغ بر زگيل بمالند و با سكنجبين براي علاج زخم هاي شري مفيد است .
زخم و قرحه :ضماد موسير كه با سركه باشد براي چربي وسط ماهيچه ها سازگار است و همين ضماد را در نقرس و درد مفاصل به كار مي برند .
گر تنها موسير را ضماد كنند در پيچش عصب ، ترك هاي ناخن و گوش خوب است و گاهي بدين منظور موسير را با قاوت مخلوط مي كنند و بر سر مي مالند. چشم :موسير خود به خود و با زرده تخم مرغ معالج (طرفه )است و اگر سركه را به آن اضافه كنند (غرب )را از بين مي برد و براي مداواي هر ورمي در گوشه هاي چشم خوب است .
اندام هاي غذا :موسير سرخ و شيرين با معده سازگار است و ضماد آن كه با عسل باشد درد معده را تسكين مي دهد .در مداواي درد معده موسير تلخ بهتر است .غذا را هضم مي نمايد .با موسير قوه غذايي طعام بيشتر مي شود .
اندام هاي دفعي :شهوت انگيز است .

## گاودانه

گويند دانه اي است به بزرگي عدس كه گاو آن را دوست دارد .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :باز كننده و زداينده است . خلط بد دارد .
آرايش :محلول آن براي از بين بردن لك و پيس و كك و مك و اثر زخم خوب است.
رنگ را زيبا مي كند .آن را قاوت سازند و گلوله هاي گردويي از آن درست كنند و بخورند لاغري را بر طرف مي كند .
آب پزش را بر ترك هاي ناشي از سرما بپاشند خارش را از بين مي برد و ترك را خوب مي كند .داروي جوش هاي شري است .
ورم و جوش :همه سختي ها و به ويژه سخت شده هاي پستان را نرم مي كند.
زخم و قرحه :همراه عسل باشد زخم ها را پاك مي كند و در سعفه (كچلي ) مفيد است .
سينه :علاوه بر نرم كردن سختي پستان ، خون برآوردن غليظ را چاره مي نمايد .
اندام هاي دفعي :زياد خوردنش به اندازه اي ادرار مي دهد كه خون اداري مي آورد و مسهل است .
اگر در سركه و آب انگور كهنه ريزند در عسر بول مفيد است .پيچ روده را تسكين مي دهد .
زهرها :با آب انگور كهنه ضماد شود پادزهر نيش مار و گزيده سگ هار است .

گل صد تومانی

ديسقوريدوس گويد :اسم اين گياه در بعضي جاها ( ذوالاصابع ـ داراي انگشتان )است و بعضي آن را (علعيسي )مي نامند كه در عربي به معني شيرين بو آمده است .
سر : به وزن پانزده حبه را با عسلاب رقيق بخورند در بيماري پوستي مفيد است .
اندام هاي غذا : خوردنش سوزش معده را از بين مي برد .
اندام هاي راننده : زناني كه هنوز از خون بعد از زايمان پاك نشده اند به اندازه ي يك بادام تلخ از آن را بخورند بقاياي خون بيرون مي آيد و پاك مي شوند .
سنگ كه در كودك تازه پيدا مي شود ، اگر از اين گياه به كودك بخورانند يا شربت سازند و بنوشند سنگ را بر طرف مي نمايد .

## گل گندم

بهترش باريك و كوچك مايل به زردي و زبان گز است .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :زداينده ، گيرنده و تند ، كمي شيرين ، خشكاننده بي آزار .
گويند اين گياه را اگر با پاره گوشت ها بپزند گوشت را گرد هم مي آورد .
زخم و قرحه :زخم هاي تر را تنقيه مي كند ، زخم كهنه را كبره مي گذارد. خشكيده اش را در مرهم بريزند ناصورها را علاج و زخم هاي گود و زخم هاي بد را درمان مي كند . ناصور را پر از قنطوريون كنند و ببندند خوب مي شود .
مفاصل :علاج گسستگي ماهيچه و چرك و ريم ماهيچه است .
آرد آن را حقنه كنند داروي بيماري اعصاب و درد عصب است .كوبيده آردش براي حقنه بسيار خوب است اگر خون بيرون آورد باز به نفع بيمار است . اگر خاكسترش را با آب بياميزند و مايه حقنه شود باز سودمند است .
چشم :افشره نوع كوچك و باريك كه با عسل باشد سپيدي چشم را كه ناشي از خوب شدن زخم باشد مي زدايد .
سينه :چون گيرنده است در خون برآوردن مفيد است .
هر دو نوع ستبر و باريكش داروي دشوار نفس كشيدن است .
اندام هاي غذا :بند آمده هاي كبد را باز كند و طحال سفت را نرم مي نمايد .
اندام هاي راننده :بول و حيض را ريزش مي دهد ، ضد كرم است . خوردن دو درهم از آن درد و پيچ روده را تسكين مي دهد ، درد زهدان را دوا مي كند و علاج قولنج است .
خوردن آب پز نوع كوچكش بلغم و زرداب ناپخته را بيرون مي ريزد و اگر پارچه هاي كوچك آن را به دندان بجوند و ببلعند اسهال خوني مي دهد .اگر آرد آنرا بخورند در اين زمينه مؤثرتر است .
تب ها :تب دار اگر از آن بخورد بسيار سود مي بيند .

گل سرخ

تركيبي است از گوهر آبي و خاكي .تند مزه و گيرنده و تلخ و جمع كننده است و كمي شيريني هم دارد و به همين علت در مواد آبي گل انكسار گرمايي هست (انعكاس )در گل لطافتي هست كه قبضش سودمند است.و بسا اتفاق مي افتد كه سبب زكام مي شود .با وقتي كه با طراوت و شاداب است با تلخي همراه است و وقتي كه خشك شود تلخي آن كاهش مي يابد . بدين علت است كه خوردن مقداري از گل شاداب اسهال آور است .
مزاج :خشك است .
خاصيت :چون تلخ مزگي بيشتر از گيرندگي دارد خشكانيدنش بيشتراز گيرندگي است .بازكننده و زداينده است .جنبش صفرا را خنثي مي سازد. تخمش در گيرندگي قوي تر است و پرزي كه در وسط گل هست از ساير اجزايش قبض تر است .
همه اجزاء گل اندام هاي دروني را تقويت دهد و قبوضيتش مانع تحليل رفتن نمي باشد .گل خشكيده قبض تر و سردتر است و به عقيده كساني قوتي در آن است كه خار و پيكان ها را بيرون مي كشد .
بهترين افشره گل افشره اي است كه از گل قطع شده از شاخه مي گيرند به شرطي كه زائده هاي آن را (آنچه به سفيدي مايل است )جدا كنند .
براي مرباي گل بايد گل را در سايه خشك كنند و بكار برند .
آرايش :اگر در گرمابه خود را به گل شويند بوي بد عرق رااز بين مي برد. گروهي برآنند كه سائيده گل زگيل ها را ريشه كن مي كند .
زخم و قرحه :از زخم ها به ويژه از زخم هاي پوست انداز ميان رانها و پيچ و خم ها جلوگيري مي كند .در زخم هاي گود گوشت بر مي آورد . سائيده آن را بر زخم پاشند خار را بيرون مي كشد .
سر :شادابش سردرد را درمان مي كند .گلاب هم سردرد را تسكين مي دهد .
بو كردن روغن گل عطسه مي آورد .گل براي هر كسي كه مغزش گرم است عطسه آور مي شود .تخم گل و آب پز گل لثه را محكم مي كند .درد گوش را تسكين مي دهد .
چشم :چشم دردي را درمان مي كند كه از گرما باشد . آب پز گل خشكيده را در چشم بكشند ورم پلك ها را فرو مي نشاند .
روغن و افشره گل براي چشم مفيدند .اگر زائده هاي سفيد را از گل دور سازند در مداواي رمد خوب است .
غش كرده را گلاب دهند سر حال مي آيد .افشره گل و شاخه و كاسبرگ

علاج خون برآوردن است .
اندام هاي غذا :گل براي معده و كبد خوب است . مرباي گل كه با عسل باشد (گل انگبين )تقويت معده مي كند و كمك هضم است .
گل و افشره گل رطوبت هاي بد معده را بر مي چينند .
روغن گل التهاب معده را فرو مي نشاند و حتي اگر گل را بر معده بمالند همين فايده را دارد .شربت گل براي كساني كه سستي در معده حس مي كنند مفيد است .
اندام هاي دفعي :بوسيله ي پربر مقعد بمالند درد را از بين مي برد آب گل يا آب پز گل خشكيده درد زهدان را كه از گرما باشد از بين مي برد و درد روده مستقيم را درمان مي كند .حقنه آن زخم روده ها را علاج مي نمايد .
شربتش نيز در مداواي زخم روده مفيد است .
خواب بر بستر گل شهوت را قطع مي كند .
خشك شده اش مسهل نيست . روغن گل مسهل است .

گل قاصد

برگش چون برگ باريك كاهو اما مايل به سياهي و كركدار است .
زردش قوي و سفيدش آبي و ناتوان است .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :زداينده و بازكن است و گل خشكش نيرومندتر است .
ورم :خودش يا آبش كه با مرهم و روغن گل باشد زخم را بهم مي آورد .
مفاصل :برگش با رگهايش ضماد شود علاج نقرس و اگر با سركه باشد علاج بيماري اعصاب است .
سر :افشره اش را به بيني كشند سر را تنقيه مي كند ، با عسل مخلوط باشد و به داخل دهان بمالند زخم هاي دهان را شفا مي دهد .
چشم :خشك آن چشم را از لكه هاي بازمانده پاك مي كند و درمان كلفت شدن طبقات چشم است .
اندام هاي غذا :كبد را تنقيه مي كند ، در سركه پرورده اش را بخورند يا ضماد كنند علاج سپرز است .
اندام هاي راننده :در ريزش دادن حيض بسيار مفيد است .در علاج ورم سخت زهدان مفيد است به شرطي كه بردارند يا در آب پزش بنشينند و در ريزش دادن حيض بي مانند است و از هر دارويي بهتر است . با مرهم موم و روغن گل ترك هاي اطراف مقعد را خوب مي كند .

# گندنا

سه نوع دارد :1 ـ شامي 2 ـ نبطي 3 ـ بياباني
مزاج :گندناي شامي با سماق داروي زگيل و جوشهاي شري است .
زخم و قرحه :گندناي شامي با نمك علاج زخم پليد است .گندناي بياباني داروي زخم پستان است .گندناي نبطي را با سركه ضماد كنند دمل را مي تركاند .
سر :خون دماغ را بند مي آورد .تخم گمدنا را با قطران بسوزانند و دود آن در دهان بيايد كرم دندان را مي كشد و بيرون مي آورد .
خوردنش سردرد و خواب هاي پريشان مي آورد . خاكسترش با روغن گل و سركه آب انگور كهنه درد گوش را تسكين مي دهد .
لثه و دندان را تباه و دندان ها را زرد مي نمايد .و به ويژه شامي براي لثه و دندان بسيار بد است .آب گندناي نبطي مخلوط با كندر و شير يا روغن گل را در گوش بچكانند درد و صدا و وزوز گوش را از بين مي برد .
چشم :سبب تم چشم است .
نفس كش :گندنا با افشره جو داروي برنشيتي است كه از ماده غليظ بوجود آمده .به ويژه اگر گندناي نبطي با عسل باشد چه بهتر .در علاج ورم شش و رسانيدن ورم هاي شش مفيد است .براي خون برآوردن تخم گندنا و تخم آس را مخلوط مي كنند و مي خورند .
خام خوردن گندنا براي گرفتگي ريه مفيد است .
اندام هاي غذا :گندناي بري براي معده بد و از گندناي كاشتني بدتر است . زيرا تلخ تر و تندتر و گزنده تر است .همه انواع گندنا بادزاست و بايد دو بار بپزند تا بادش كاهش يابد .همه نوع گندنا دير هضم است .
اندام هاي دفعي :گندنا عموماً و به ويژه نبطي و بياباني بول و حيض را ريزش مي دهد .به مثانه و كليه زخمي زيان مي رسانند . خوردن يا ضماد پخته آن داروي بواسير است .شهوت انگيز است . تخمش هم در اين باره بي تأثير نيست به شرطي كه در روغن بپزند .تخم گندنا را با تخم آس در روغن بجوشانند داروي زحير و خونريزي مقعد است .در آب پز برگش بنشينند براي بهم آمدن دهانه زهدان و سختي زهدان مفيد است .
بيخ گندنا را با روغن كاجيره و روغن بادام يا كنجد سوپ نمايند براي قولنج مفيد است .افشره اش را خشك گردانند خون را اسهال مي دهد .
گندناي بياباني از ديگر گندناها بيشتر بول و حيض را ريزش مي دهد .
زهرها :افشره اش همراه عسل آب پادزهر حشرات سمي است .

گون کتیرا

ديسقوريدوس گويد :بيخي است پهن و زبر كه شاخه هاي نيرومند و كوتاه دارد و زياد از زمين جدا نمي شود .برگهاي زياد و خارهاي سفيد رنگ و سخت و رو به بالا دارد و كتيرا را از آن بدست مي آورند .
سينه :كتيرا با عسل معجون شود و زير زبان بگذارند در تسكين سرفه و از بين بردن زبري سينه سودمند است .
اندام هاي دفعي :كتيرا با سوخته شاخ گوزن كه شستشو داده باشند يا با كمي زاج بلوري مخلوط كنند درمان درد گرده و سوزش مثانه است .

## گوش فيل

گياهي است كه تا اندازه اي به اشنان شبيه است .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :شوري و گيرندگي دارد و كمي بازكنندگي در او است .
نفس و سينه :گوش فيل يا نمك آن را در شير بريزند و غرغره كنند مفيد است .
اندام هاي راننده :گوش فيل و بخصوص تخم و افشره اش آب زرد را اسهال مي دهد و بايد زياد نباشد كه لاغري ببخشد .بول را ريزش مي دهد.
آب پشت به وجود مي آورد .در اسهال صفرا و مواد آبكي ملايم است .

ثعلب

ديسقوريدوس گويد :برگ اين گياه بر زمين گسترده و سبز رنگ و به برگ زيتون كوچك مي ماند و از آن باريكتر و درازتر است .
مزاج :گرم و تر
مفاصل :در علاج ترنجيدن و كشيدگي به سوي عقب و در علاج فلج بسيار مفيد ، شهوت انگيز و كمك غريزه جنسي است .
اندام هاي راننده :ضمادش زخم بسته عفوني را مي گشايد .

فاخره

ثمري است كه به نخود مي ماند و دانه اي دارد كه به آلبالوي تلخ شبيه و در ميان آن دانه هاي ريز شاه دانه مانند موجود است و ثمر در قسمت پايين شاخه ها قرار دارد .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :تحليل برنده و قبض است .
اندام هاي غذا :معده و كبد سرد را علاج و در سوء هضم ناشي از سردي مفيد است .
اندام هاي راننده :در علاج اسهال سرد مفيد و بندآورنده شكم است .

فاوانيا

فاوانيا عود الصليب است كه نر و ماده دارد . بيخ فاوانياي نر سفيد و به ستبري انگشت و مزه اش گيرنده است . بيخ فاوانياي ماده ريشه هاي بسيار دارد و شاخه هايش زياد است .
مزاج :بسيار گرم نيست .
خاصيت :خشكاننده ، گيرنده ، گدازنده ، بازكننده ، تكه كننده و زداينده است .
آرايش :لكه هاي سياه را از پوست مي برد .
مفاصل :داروي نقرس است .
سر :علاج صرع است و اگر آن را بر مصروع ببندند دچار صرع نمي شود و اگر باز كنند صرع باز مي گردد .
اندام هاي غذا :اگر فاوانيا را با شربتهاي مازوجي (عفصي ـ گسي ) بخورند قبض است ، تخمش معده را توان مي بخشد ، درد معده را تسكين مي دهد و سوزش معده را از بين مي برد . بيخ آن در علاج يرقان و باز كردن بند آمدني هاي كبد مفيد است .
اندام هاي راننده :حيض را راه مي اندازد ، بول را ريزش مي دهد .
اگر دوازده دانه از تخمش با آب انگور كهنه خورده شود خونريزي را قطع مي كند .
اگر زن تازه زائيده يك بادام از بيخ فاوانيا را بخورد از بيرون ريختني هاي لازم پاك مي گردد .
خوردن بيخش به اندازه ي يك بادام درد گرده و آبدان را بر طرف مي كند

آب پزش با آب انگور كهنه شكم را بند مي آورد و بول را ريزش مي دهد .

فلفل دراز

باريك و كوچك شبيه انگشتان و هم شكل گل بيدمشك پراكنده ولي ريزتر است . سخت و چسبناك و مزه اش در تندي به مزه فلفل نزديك است .
دارفلفل اولين ثمر فلفل است و از اين رو از فلفل مرطوب تر است .
بهترينش آن است كه دست نخورده مانده باشد .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :گدازنده است و بيماريهاي سرد را از بين مي برد .
چشم :با آب كبد بريان بز تيرگي چشم را بر طرف مي كند .
اندام هاي غذا :هاضم است ، طعام را حركت مي دهد و معده را قوي مي گرداند .
اندام هاي دفعي :در شهوت برانگيختن برابر زنجفيل است .

صنوبر

درختش مشهور است .
مزاج :الياف صنوبر بزرگ بسيار قوي و الياف صنوبري كه آن را فوفي مي گويند ناتوان تر است .
خاصيت :اليافش بسيار قبوضيت دارد . كرمي كه در صنوبر است در برندگي همانند آلاكلنگ است .
زخم و قرحه :اليافش زخم را بهبود مي دهد . در علاج زخم ناشي از سوختگي مفيد است .اليافش به اندازه اي گيرنده است كه مي تواند پوست انداختن از ضمادش شفا يابد .اليافش را بسايند و گردش را بر سوخته آب گرم بپاشند مفيد است .ساييده برگش را بر زخم بگذارند زخم را بهم مي چسباند .
اليافش در علاج جاي ضربه خوردن مفيد و بهم آورنده زخم است و برگش كه نمناك تر است در اين زمينه از الياف مؤثرتر است .
سر:آب پز پوست صنوبر را در دهان بگردانند بسيار بلغم بيرون مي آورد.
درآب جوشيده اليافش را با سركه دردهان بگردانند درد دندان تسكين مي يابد .آب پز الياف صنوبر و سركه را در دهان بگردانند بلغم هاي بسيار سرازير مي كند .
چشم :دود صنوبر از ريزش مژه جلوگيري و خوره گوشه چشم را درمان مي كند .
سينه :دانه اش داروي سرفه كهنه است .
اندام هاي غذا :خوردن پوست و برگ صنوبر درد كبد را درمان مي كند .
اندام هاي راننده :دانه اش شكم را بند مي آورد . تخم صنوبر با تخم خيار چنبر همراه آب انگور كهنه سياه انگور خورده شود ريزش بول مي دهد و علاج زخم گرده و آبدان است .الياف صنوبر شكم را بند مي آورد .

عشقه

به رنگ هاي سياه و سفيد و سرخ هست و هر سه گونه اش تند و گيرنده است .
مزاج :گرايش به گرمي دارد .
خاصيت :با عصب سازگار نيست .
آرايش :آبي كه از آن مي تراود شپش كش است و مو را مي سترد .
زخم و قرحه :براي زخم علاج خوبي است ، سرايت زخم پليد را باز مي دارد .
از عشقه و موم و روغن گل مرهم مي سازند و بر سوختگي مي گذارند بسيار مفيد است .
مفاصل :براي عصب زيان آور است .
سر :افشره آن را با روغن زيتون ، نطرون و عسل مخلوط كنند و به بيني بكشند سردرد مزمن از بين مي رود .
اندام هاي غذا :عشقه سبز را با سركه ضماد بگذارند به نفع طحال است .
اندام هاي راننده :با سه انگشت از گل سفيد رنگ عشقه را با آب انگور كهنه بخورند و در روز دوبار اين كار را انجام دهند علاج گرفتگي يا پيچ خوردگي روده است .
ضماد عشقه سبز و شكوفه هايش خون حيض را راه مي اندازد .
بعد از حيض كمي عشقه دود كنند و بركشند مانع بارداري است .
شاخه اش را كه سرش به سوي درون باشد بردارند حيض را بيرون مي ريزد.
گلش شكم را بند مي آورد .
زهرها :بيخ عشقه را با آب انگور كهنه و سركه بخورند پادزهر نيش رتيل است .

عنصل

پياز موش است ، برگش به برگ سوسن مي ماند ، رنگ گلش مايل به سياهي است .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :تكه كننده است و لزجي دارد .
آرايش :سوخته آن را عسل معجون كنند و بر سر بمالند علاج كم مويي و كم خوني است .
سينه :گلو را زبر مي گرداند ، در علاج برنشيت و خرخر سينه و سرفه هميشگي خوب است .

شاه دانه

مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :باد را از بين مي برد . بسيار خشكاننده و خلطش كم و ناپسند است .
ورم و جوش :بيخ شاه دانه بياباني را بپزند و بر ورم گرم كه در جاي سخت بر آمده و كيموس ها در آن جاي گرفته اند ضماد گذارند گرمي را خاموش مي كند و سخت را نرم مي نمايد .
سر :از گرمي كه دارد مي آورد .افشره اش درد گوش را از بين مي برد.
روغن و برگش شوره سر را از بين مي برد .
چشم :تم چشم مي آورد .
اندام هاي غذا :دانه اش دير هضم و براي معده بد است .
اندام هاي راننده :زيادش خورند آب مني را مي خشكاند .

شبدر

شبدر گياهي است كه سه نوع دارد :بياباني ، كاشتني و مصري . تخم آن را نان مي كنند و مي خورند .
مزاج : گرم و خشك
خاصيت :شبدر كاشتني به اعتدال مي زدايد و مي خشكاند . شبدر بياباني قبض و گري رسان است و روغنش بادهاي پرمايه را پراكنده مي سازد .
آرايش :شبدر كاشتني و بياباني هر دو داروي لكه هاي سياه رخسارند .
زخم و قرحه :افشره شبدر كاشتني كه با عسل باشد زخم را تنقيه مي كند.
مفاصل :روغنش داروي درد مفاصل است .
سر :افشره اش را به بيني كشند عطسه مي آورد و برا ي بيماران صرع بسيار مفيد است .
چشم :افشره شبدر كاشتني و به ويژه اگر با عسل باشد سفيدي چشم و تم چشم را چاره مي كند .
سينه :هر نوع از شبدر و به ويژه بياباني آن درد دنده ها را كه از بلغ باشد دوا مي كند .خناق و درد گلو مي آورد و در اين حالت علاجش گشنيز و كاسني و كاهو است كه آسيبش را دفع مي كنند .
اندام هاي غذا :علاج درد سرد بادزاي معده است .روغنش در سر آغاز استسقا داروي خوبي است .
اندام هاي دفعي :ادرار بول و حيض مي دهد .شبدر بياباني با شربت تخم پنيرك بستاني داروي درد مثانه است .روغن شبدر علاج درد بيضه ها و زهدان است .
شبدر بياباني قي و اسهال را درمان مي كند . شكم را بند مي آورد . شبدر و تخمش شهوت انگيز است .
تب ها :كسي كه تب نوبه دارد اگر سه برگ يا سه دانه از تخم شبدر بخورد يا اگر در تب سه اندر ميان چهار برگ يا چهار دانه از تخمش را بخورد نوبت تب ها بهم مي خورد .
زهرها :آب شبدر بر جاي نيش كژدم بپاشند فوراً تسكين مي يابد .اما اگر بر اندامي درست پاشند سوزش و درد پيدا مي شود .
تخمش از خود شبدر در علاج نيش كژدم قوي تر است .

مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :خلط سرد را مي رساند ، درد را تسكين مي دهد ، باد را مي پراكند .روغنش نيز همين تأثيرها را دارد و بسيار نرم كننده است .
ورم :ورم ها را مي رساند .
زخم :خاكسترش در علاج زخم هاي سست و شل مفيد است .
مفاصل :روغنش درد مفاصل و شبيه آن را آرام مي كند .
سر :شبت و به ويژه روغنش خواب آور است . افشره اش در علاج درد گوش كه سودايي باشد و در برچيدن رطوبت هاي گوش مفيد است .
چشم :هميشه بخورند ديد را ضعيف مي كند .
سينه :شبت و تخم شبت شير را به راه مي اندازد و به ويژه در كسي كه شير بسيار دارد ، بسيار مؤثر است كه شيررا زيادتر مي كند .
اندام هاي غذا :سكسكه اي كه ناشي از بالا آمدن طعام و پر شدن معده باشد علاجش با شبت است .
اندام هاي راننده :آب پزش حقنه(وارد كردن مانند شياف ،آمپول و ...) شود ، يا در آن بنشينند درد و پيچش روده تسكين مي يابد .تخم شبت بواسير بر آمده را قطع مي كند . خاكسترش داروي زخم ذكر و پيزي است

## شفتالو

مزاج :سرد و تر است .
خاصيت :رطوبتش زود مي گندد .ملين است و كمي گيرندگي دارد . نارسش گيرنده تر است .
آرايش:برگش را به تن بمالند خوش بو مي شود .
سر :آب برگش كرم هاي گوش را مي كشد ،روغنش در علاج سردرد نصفي و درد سرد و گرم گوش سودمند است .
اندام هاي غذا :رسيده اش براي معده خوب و اشتهاآور است و بهتر آن است كه قبل از غذا بخورند و بر چيزي ديگر نخورند كه خودش فاسد شود و چيزي را فاسد گرداند .
اندام هاي راننده :برگش را بر ناف ببندند كشنده كرم شكم است .خوردن افشره شكوفه و برگش داروي كرم است .
رسيده اش ملين است و نارسيده آن قبض .

شقايق (لاله )

دونوع است :كاشتني و خودرو . كاشتني بر دو نوع است : يكي گل سرخ مي دهد و گل دومي سفيد به رنگ شير و مايل به ارغواني است .
مزاج :گرم و تر .
خاصيت :زداينده و تحليل برنده است .
آرايش :اگر با پوست گردو مخلوط باشد مو را سياه مي كند .
ورم و جوش : پخته اش را بر ورم هاي سخت نشده بمالند مفيد است .
زخم و قرحه :خشكيده اش علاج زخم پليد است زخم را خوب مي كند و چرك زخم ها را پاك مي كند .در علاج پوست انداختن بسيار مؤثر است .
داروي گري چركين است و در تنقيه زخم هاي پليد كم نظير است .
سر : افشره اش را به بيني بكشند مغز و سر را پاك مي كند .
بيخش را بسايند رطوبت هاي سر را بيرون مي كشد . افشره اش علاج قوباء(نوعي بيماري ويروسي) است .
چشم :افشره اش با عسل داروي تم ،سپيدي و اثر زخم چشم است .
سينه :برگ و ساقه هاي لاله را با گياه مرزه كوهي بپزند و بخورند شير را ريزش مي دهد .
اندام هاي راننده :لاله را بردارند حيض را راه مي اندازد .

# شكر

نيشكر با شكر هم مزاج و از شكر نرمي بخش تر است .
مزاج : گرم و تر است و گرمي در شكر تبرزد كمتر است .
خاصيت :نرم كننده ، زداينده و شستشو دهنده است .
چشم :آنچه به انگم شبيه و از نيشكر مي گيرند چشم روشني است .
سينه :سينه را نرمش مي دهد و زبري را مي زدايد .
اندام هاي غذا :براي معده خوب است . ليكن براي معده اي كه صفرا در آن پيدا مي شود زيان آور است و در اين صورت شكر به صفرا تبديل مي شود .شكر راه بندان ها را باز مي كند ، تشنگي آور است ولي نه به اندازه ي عسل و به ويژه شكر كهنه تشنگي آورتر از تازه آن است .
شكر كهنه خون تيره و پرمايه بوجود مي آورد.بلغم را از معده مي زدايد .
نيشكر در استفراغ مفيد است .
هرشكري و به ويژه آنچه بر بالايي هاي شكر مي نشيند و گويي نمك است ، اسهال آور است . شكر سليماني و شكر سرخ بيشتر از ساير انواع شكر ليونت مي دهند .
شايد بادزا باشد و شايد بادشكن باشد .
شكر و روغن بادام در علاج قولنج مفيد است .

سرخس

ديسقوريدوس حكيم فرمايد:گياه سرخس به دو نوع نر و ماده تقسيم شده است .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت : خشكاننده بي سوزش و داراي تلخي و گيرندگي است .
قرحه :زخم را بهم مي آورد . سرخس ماده را خشك و خرد كننده ، بكوبند ، بسايند و سائيده را بر قرحه هاي ترصعب العلاج بپاشند بسيار مفيد است .
كرم و كرم كدو را مي كشد .
اگر سه مثقال سرخس ماده را با آب انگور كهنه بخورند كرم هاي دراز را بيرون مي آورد . اگر زن از سائيده اش بخورد باردار نمي شود .
سرخس خشك را گاهي به منظور دارويي بر شكم مي مالند . برگ نودميده سرخس را بپزند و بخورند ملين است و شكم را نرم مي كند .

سرخدار

اين گياه شاخه هاي باريك و مستدير الشكل (لوله اي ) دارد كه بهترين آنها حد وسط ميان جوال دوز و قلم ني مي باشد .
رنگش سياه مايل به زرد است .نه مزه زياد دارد و نه بوي زياد .بوي كمي كه مي دهد بوي خوشي است و به بوي ترنج نزديك است .
قوتش با قوت گوزيو يا برابر ،از آن لطيف تر است و به جاي دارچين بكار مي رود .
مزاج : گرم و خشك
خاصيت : قبض است و بادشكن .
سر :با آب عطسه آور و با روغن گل داروي سردرد سرد است .
اندام هاي غذا :براي كبد و معده سرد بسيار سودمند است .گويند شكم را بند مي آورد .

سرو

درختي است بلند در پاييز و زمستان خزان نمي كند و همچنان سبز است . در مزه اش تند و تيزي كم و تلخي بسيار هست و گس مزگي از تلخي بيشتر است .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :برگ و ثمر سرو قبض است و رطوبت ها را تحليل مي برد و در همه حالات ثمرش از برگش قوي تر است .چسبندگي دارد ، خون را بند مي آورد و ضد عفونت است .مي گويند ثمر ، شاخ و برگ سرو را بر آتش بگذارند پشه ها را مي گريزاند .
آرايش : با سركه و لوبيا بپزند و ناخن را به آن بمالند لكه هاي ناخن مي رود .برگ سرو بهك را از بين مي برد و مو را سياه مي گرداند .
زخم و قرحه :برگ ، شاخ و ثمر سرو تا نرم و ترند داروي زخم اندام هاي سخت است .برگ ، شاخ و ثمر سرو با آرد جو باشد مورچگي و باد سرخ را درمان مي كند .
مفاصل :ضماد برگ تر و ثمر سرو براي فتق داروي خوبي است .با آرد جو ضماد شود باد سرخ و همانند آن را علاج مي كند . تقويت اعصاب مي كند . آماس بيضه را فرو مي نشاند .سستي را از بين مي برد و محكم مي نمايد .
سر :ثمر سرو را بكوبند تا نرم بشود و با انجير فتيله سازند و در بيني بكشند گوشت زائد را از بين مي برد . با سركه بپزند مسكن درد دندان است .
چشم : ضمادش در علاج ورم چشم مفيد است .
نفس كش :آب پزش يا ثمرش را با آب انگور كهنه بخورند براي علاج خون برآوردن ، دشواري نفس ، بلند نفسي و سرفه كهنه بسيار سودمند است .
برگ سرو را با آب انگور كهنه سياه بخورند داروي عسر بول است و مواد رطوبي ناساز را از رسيدن به مثانه باز مي دارد .
در علاج قرحه روده مفيد است و شكم را از زائده هاي ناسازگار حفظ مي نمايد .

# سماق

دو نوع است ، خراساني و شامي .
مزاج :سرد و خشك است .
خاصيت :گيرنده ، توانبخش و بندآورنده است . سماق در خونريزي بسيار مؤثر است و بعضي عقيده دارند كه حتي اگر سماق درسته را بر جاي خونريزي ببندند كافي است .سماق تراوش صفرا را به اندام هاي دروني راه نمي دهد .
آرايش :آب پز آن نوع از سماق كه به سماق رنگرزان مشهور است مو را سياه مي گرداند .
ورم :جاي ضربه خورده را ضماد بگذارند از آماس و خون بند شدن (حصر ) جلوگيري مي كند .زياد شدن آماس را مانع است .سماق داروي كژدمه است .
قرحه :سرايت زخم چركي را مانع مي شود .
مفاصل :آب پزش را بر درد استخوان بمالند از آماسيدن جلوگيري مي كند .
سر :چرك و ريم گوش را از بين مي برد . انگم سماق را در دندان كرم خورده بگذارند درد را تسكين مي دهد .
اندام هاي غذا :دباغ معده است . معده را قوي مي كند ، تشنگي را آرام مي بخشد .ترشي سماق اشتهاي خوراك را بر مي انگيزد . دل بهم آمدن ناشي از صفرا را آرام مي بخشد . بندآورنده شكم ، بندآورنده خونريزي حيض و غيره است .
علاج پوست اندازي روده است .حقنه با سماق آب ريزش زهدان و بواسير را چاره مي كند .
سماق در طعام باشد براي از بين بردن اسهال هميشگي ، زخم روده و فساد معده خوب است .

## سندروس

ديسقوريدوس گويد :سندروس انگم درختي است از عربستان و هندوستان .
كمي به مر مي ماند .بويش بد است . بعضي از دود آن استفاده مي كنند و گاهي لباس ها را با آن دود مي كنند .
مزاج : گرم و خشك است .
خاصيت : گيرنده و بندآورنده خونريزي است . كشتي گيران اين دارو را بكار مي برند كه سبك خيز و توانا باشند و به نفس تنگي دچار نشوند .
آرايش: كسي كه بخواهد لاغر شود هر روز سندروس را در آب و سكنجبين حل كند و بخورد بسيار مؤثر است .
قرحه :دود سندروس ناصورها را مي خشكاند .
سر :رطوبت هاي سرماخوردگي بوسيله ي دود سندروس بر طرف مي شوند .لثه را استحكام مي بخشد و در تسكين درد دندان نظير ندارد .
سينه :درعلاج خفقان حكم كهربا دارد . بندآورنده خون است .
چشم :در زدودن لكه هاي چشم زود تأثير مي كند .
سندروس حل شده در آب و سكنجبين را در چشم بچكانند ضعف ديد را بر طرف مي نمايد .

# سنبل

دو گونه هست يكي سنبل الطيب و دومي سنبل رومي .
سنبلي كه (اقليطي )نام دارد از سنبل هندي و سوري در هر خصوص ناتوان تر است .مگر در ادرار بول كه در ريزش بول تأثير بسيار دارد .
سنبلي هست كه ستبر است و آن را سنبل غليظ مي گويند اينگونه سنبل با سنبلي كه آن را سنبل سوري (منسوب به سوريه )ناميده اند در تأثير بخشي تقريباً برابر است .
بهترين نوع آن سنبل سوري است كه رنگش به زعفراني مايل است و پرزهاي زياد دارد ، سنبلش كوچك است و خوشبو و شبيه به مشك زمين و مزه اش زبان گز است .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :بازكننده و تحليل برنده است . سنبل هندي بسيار گيرنده است و حرارت كم دارد .
ورم و جوش :آماس ها را تحليل مي برد .
قرحه :رطوبت قرحه را مي خشكاند .
سر :رطوبت هاي ناشي از سرما را منع مي كند و مغز را توان مي بخشد .
چشم :هر نوع سنبلي اگر با داروي در چشم كشيدن مخلوط شود يا گرد آن را با سرمه كش بر پلك بمالند مژه ريخته را باز مي روياند و در اين كنش سنبل الطيب از ساير انواع سنبل مؤثرتر است .
سينه : همه انواع سنبل تپش (خفقان ) را آرام مي بخشد ، سينه و شش را مي پالايد .رسيدن مواد ناجور را به معده مانع مي شود .
اندام هاي غذا : راه بندان كبد و معده را باز مي كند . معده را توان مي بخشد ، همه انواع سنبل در علاج يرقان مفيد و مانع رسيدن مواد بد به معده هستند .سوزش معده را تسكين مي دهد .
هر سنبلي ادرار مي دهد .اما سنبل اقليطي كه كم مايه تر است و كمتر قبوضيت دارد ريزش بول قوي تر است .
در آب پز هر سنبلي بنشينند در علاج آماس زهدان مفيد است ، درد گرده را تسكين مي دهد و مواد بد را به روده راه نمي دهد .
در بند آوردن خونريزي زياده از حد كه براي زهدان روي مي دهد خاصيت ويژه اي دارد .

سورنجان

ريشه گياهي است كه برگهايش با زمين تماس دارد و گلهاي سفيد و زرد مي دهد .بهترينش آن است كه رويه و داخلش سفيد ، سخت ، ترد است و زود مي شكند .سورنجان سرخ و سياه خوب نيست .
خاصيت :داراي نيروي اسهالي است هر چند گفته اند قبوضيت دارد .
قرحه :سورنجان سفيد در علاج زخم كهنه بسيار مؤثر است .
مفاصل :داروي نقرس است . ضمادش فوراً درد را تسكين مي دهد . اما اگر زياد از آن ضماد كنند و بر ورم بگذارند ورم سخت را سخت تر مي كند . براي همه مفاصل و به ويژه در حالت سرماخوردگي بهترين يار و ياور مفاصل است .
اندام هاي غذا : براي معده خوب نيست . معده را ناتوان مي كند .
سورنجان سرخ و سياه داروهاي اسهالي را در معده باز مي دارند و آسيب و بلادهاي توان فرسا بدنبال دارند . مسهل است ، شهوت انگيز است و اگر با زنجفيل و پونه و زيره بخورند بسيار شهوت انگيز است .
زهرها :سورنجان سرخ و سياه سم است .

سوسن

ديسقوريدوس گويد :سوسن گياهي است كه برگش به برگ گلايول مي ماند و از برگ گلايول پهن تر ، بزرگ تر و لزج تر است .
مزاج :سوسن آزاد و سفيد رنگ گرم و خشك است و سوسن رنگين كمان بياباني گرم و خشك تر است .
خاصيت :به اعتدال مي خشكاند . بيخش زداينده تر از ساير اجزاء است . روغنش لطيف است زيرا از گلش مي گيرند و گلش بسيار لطيف است . روغنش را با مواد خوشبو بياميزند يا نياميزند بسيار
تحليل برنده و نرم كننده است و در همه اين كنش ها رنگين كمان (ايرسا )ي نامبرده از ساير انواع سوسن قوي تر است .ايرسا مسكن درد و ضد گنديدن و گرمي بخش و لطافت بخش است .
آرايش :سوسن و به ويژه بيخش در علاج لكه هاي سياه صورت و كك و مك مفيد است و صورت را بدان شويند رخساره را پاكيزه و صيقل مي دهد و ترنجيدگي را از ميان بر مي دارد .
ورم و جوش :برگ و تخم سوسن را بكوبند ، بسايند و با آب انگور كهنه مخلوط كنند و ضماد سازند و بر باد سرخ گدازند بسيار سودمند است و همچنين در علاج ورم نارسيده بلغمي و گري چركين و نرم كردن كبره (خشك ريشه ) و(سعفه ) بسيار خوب است و به ويژه اگر با داروهاي ديگر مخلوط بشود تأثيرش بيشتر مي شود .
زخم و قرحه :قرحه را از گوشت خوب پر مي كند .بيخش داروي سوختگي از آب گرم است .زيرا مي خشكاند و با ملايمت مي زدايد . آب پز برگش نيز همين تأثير را در اين زمينه دارد . اگر در استعمال كردن بيخ و برگش روغن گل همراه باشد بسيار بهتر است .
افشره رنگين كمان (ايرسا ) و ساير انواع سوسن را با عسل و سركه در آوندي مسين مي جوشانند داروي قرحه مزمن و زخم هااست .
براي علاج سوختگي آب گرم سوسن كاشتني از هر سوسني بهتر است .
مفاصل :در مداواي گسستن عصب ، ترنجيدن عصب و بيماري اعصاب بهترين دارو است .
سر :آب پز بيخ سوسن را در دهان بگردانند درد دندان تسكين مي يابد و به ويژه سوسن بياباني در علاج درد دندان بسيار كاري است .آب پز بيخ سوسن خواب آور است .روغن سوسن علاج قرحه سرو سپوسه است . در گوش بچكانند وزوز و صداها را مي خواباند .روغن سوسن با روغن گل را بر پيشاني بمالند سردرد بر طرف مي شود .بيني را بدان انداينند رطوبت نرمي كه بر رويه بيني مي نشيند از بين مي رود .

سينه :بيخ سوسن و به ويژه نوع رنگين كماني اش علاج نفس بلندي و سرفه مي باشد و رطوبت هاي بازمانده و پرمايه را از سينه پاك مي كند .
اندام هاي غذا :سوسن و روغنش براي معده بد و براي طحال خوب هستند .
روغن سوسن باز كننده و تحليل برنده است .بخورند يا بمالند زهدان سفت شده را نرم مي كند .بيخ سوسن را با روغن گل بپزند در علاج بيماري هاي زهدان بي نظير است .روغن زنبق هم بهترين
داروي درد زهدان است .بيخ سوسن را با سركه بپزند يا با تخم بنگ و آرد گندم آب پز كنند ورم گرم رگ هاي بيضه را فرو مي نشاند .
بيخ سوسن و روغن زنبق دهانه بواسير را هر طوري باشد باز مي كنند .
اگر با آب انگور كهنه بخورند حيض را ريزش مي دهد و اگر با سركه بنوشند كساني كه در جماع به سرعت آب مي ريزند از آن بهره مي بينند .
اگر بيخ سوسن را در آب بپزند و بعد زنان آن را بر خود ببندند سفتي زهدان نرم ، دهانه باز و درد زهدان بر طرف مي گردد .
تب ها :در علاج تب و لرز مفيد است .
زهرها :سوسن و افشره و تخم سوسن خورده شود پادزهر همه نيش ها و به ويژه پادزهر نيش كژدم است .
روغن سوسن پادزهر بنگ و قارچ سمي و گشنيز است .

سوسنبر

همان سينبر است .
مزاج :گرم و خشك و ضد گنديدگي است .
آرايش: شپش كش است .
ورم و جوش :در علاج ورم ناپيدا و التهابات شديد زير پوست و بسيار سخت مفيد است .
سر :سوسنبر را در سركه بپزند و با روغن گل مخلوط كنند و بر سر بمالند در علاج فراموش كاري و درهم و برهمي فكرو بيماريهاي آن مفيد است .علاج سردرد است .
برگ سوسنبر بياباني را بر سر و پيشاني ببندند سردرد را درمان مي كند .
اندام هاي غذا :كرم و كرم كدو و بچه مرده را بيرون مي آورد .
سوسنبر و به ويژه سنگلاخي آن بول و حيض را ريزش مي دهد .
سوسنبر بياباني را با آب انگور كهنه بخورند چكميزك را باز مي دارد و سنگ را بيرون مي آورد . براي درد و پيچش روده مفيد است .
زهرها :پادزهر نيش ها است .بر نيش زده زنبور بگذارند و يا در سكنجبين بريزند و بخورند درد نيش زنبور از بين مي رود .

سیاه دانه

مزاج :گرم و خشك
خاصيت :تند و تيز ، تكه كننده ، بلغم ، زداينده ، بادشكن است و بادكرده ها را فرو مي نشاند .بسيار تنقيه كننده است .
آرايش : زگيل هاي واژگون را مي برد .خال ها را مي زدايد و در علاج لك و پيس و برص ويژگي دارد .
ورم و جوش :با سركه داروي جوش شري و ورم بلغمي سخت است .
قرحه :با سركه به زخم بلغمي و گري چركين بگذارند مفيد است .
سر :داروي زكام است و به ويژه اگر در روغن سرخ كنند و در وصله كتان بپيچند و بر پيشاني بمالند سردرد سر را از بين مي برد .
اگر شبي در سركه باشد و فرداي آن روز آن را بسايند و آن را بو بكشند در علاج سردرد مزمن و كج دهني بسيار مفيد است .
سياه دانه سبب باد كردن انسداد پالايشگاه است .
آب پزش را با سركه مزمزه كنند درد دندان تسكين مي يابد و اگر با چوب صنوبر آب پز شود در تسكين درد دندان مؤثر است .
چشم :سياه دانه را بسايند و گردش را با روغن زنبق مخلوط كنند و به بيني بكشند اول آب آمدن در چشم را مانع مي شود .
نفس كش :با نطرون خورده شود در بلند نفسي مفيد است .
اندام هاي راننده :سياه دانه را بخورند يا برناف بمالند داروي كرم و كرم كدو است . اگر چند روزي آن را بكار برند حيض را راه مي اندازد .
اگر با عسل و آب گرم خورده شود در سنگ كليه و مثانه مفيد است .
تب ها :در علاج تب هاي بلغمي و سودايي داروي بسيار خوبي است .
زهرها :خوردنش پادزهر نيش رتيل است .حشرات از دودش مي گريزند . بسيار خوردنش كشنده است .

ريس

همان درخت عرعر است و دو نوع مي باشد : بزرگ و كوچك و به زالزالك مي ماند اما از آن سيه فام تر و داراي بوي خوش و تند است .
از حيث شكل ظاهري دو نوع است :در يكي از آنها برگها شبيه برگ سرو ، بسيار خاردار و در جهت پهنا بيشتر از درازا گسترش مي يابند .
در نوع ديگر برگها شبيه درخت گز و مزه آن مانند مزه برگ سرو است وليكن خشك تر و كمي گرم تر از آن مي باشد .
خاصيت درماني :بسيار تحليل برنده است چنان كه خشكاننده و گزنده است و در پنهاني قابض .
آن را در مرهم هاي گرمي بخش و عطر بكار مي برند و بيشتر در روغن افشره اضافه مي كنند .
زخم ها و قرحه ها :گرد ريس را در خوره مي پاشند و اگر با عسل همراه باشد در مداواي قرحه عفوني مفيد است .از سرايت دمل و جوش جلوگيري مي كند و زخم هاي سياه شده را از بين مي برد .
گاهي از آن ضماد درست مي كنند و اين ضماد زخم را التيام نمي بخشد زيرا گزنده و بسيار گرم و خشك است و كارش فقط خشكاندن است و بس .
اندام هاي سر :اگر ميوه ريس را در روغن كنجد و در ملاقه آهنين آنقدر بجوشانند تا ميوه سياه رنگ گردد و آن را در گوش بچكانند بسيار مفيد خواهد بود .
اندام هاي دفعي : اگر كسي آن را بخورد بول وي خوني مي شود و حيض را روان مي سازد .
استنشاق دود ريس و استعمال شياف آن نيز همين تأثير را دارد .

ريواس

گياهي است كه بهاران بر كوهساران مي روید .
مزاج : سرد و خشك .
خاصيت :خاموش كننده گرمي ، بندآورنده خونريزي ، تسكين دهنده گرمي .
ورم :در علاج طاعون مفيد است .
چشم : افشره اش را در چشم بكشند ديد را قوي مي كند .
اندام هاي راننده :در اسهال صفرايي مفيد است .
تب ها :در حصبه و آبله و طاعون سودمند است .

## زالزالك

ديسقوريدوس گويد :زالزالك درختي است خاردار و برگش به برگ درخت « لوقوراشي » مي ماند .
ميوه هاي كوچك سيب مانند دارد كه از سيب كوچك ترند . رنگش سرخ و خوشمزه است و در هر يك از ميوه هايش سه هسته موجود است .
مزاج :بعضي گويند سرد و تر است .
خاصيت : قبض و از سنجد قبض تر است . صفرا را بر مي كند و در بند آوردن مواد مايع بدن از هر ميوه اي اثر بخش تر است .
سر : مايه سردرد است .
اندام هاي غذا : با معده ناسازگار است .
اندام هاي دفعي : چون قبض است بول را بند نمي آورد .

## زغال اخته (مران )

ميوه درختي است بسيار گس مزه .
خاصيت :گيرنده و خشكاننده است .
زخم و قرحه :سوخته پوستش را در آب بريزند و بر گري چركين بپاشند سودمند است . اين ميوه تا حدي گيرنده است كه زخم هاي وخيم را بهم مي آورد .
زهرها : افشره زغال اخته را با آب انگور كهنه بخورند يا از افشره اش ضماد سازند و برمار گزيده بگذارند پادزهر است .
گويند اگر كسي آرد اره چوب زغال اخته بخورد مي ميرد .

زنبق (ايرسا )

منظور از ايرسا ريشه سوسن آسمانگون است . سوسن آسمانگون گياهي است داراي ساقه هاي متعدد كه گل آن به رنگهاي گونه گون است . سفيد ، زرد ، آسماني ، بنفش و از اين رو آن را ايرسا ناميده اند كه به معني رنگين كمان است .
ساقه هاي ايرسا بندبند ،برگش باريك است و اگر كهنه شود كرم مي زند .
ديسقوريدوس گويد :برگ ايرسا به برگ سوسن بياباني مي ماند ، ليكن از آن بلندتر و بزرگتر است . ساقه آن گلي مي دهد كه برگها همديگر را مي پوشانند (پر برگ )و به چندين رنگ در مي آيند .
قسمي به زردي مايل و ارغواني هستند و قسمي به رنگ آسمانند و از اين اختلاف رنگ آن را رنگين كمان مي گويند .
ساقه هايي سخت و خوشبوي دارد و بايد بعد از چيدن در سايه گذارند و به رشته كتان بكشند .
خاصيت درماني :گرمي بخش ، لطافت آور ، رساننده ، بازكننده و تنقيه كننده است .اگر افشره اش را در عسل آب حل كنند . بلغم غليظ را تنقيه مي كند و بيرون مي راند .
آرايش :زنبق به تنهايي و همراه خربق كه اندازه باشد در زدودن لكه هاي سياه و كك و مك سودمند است .
دمل و جوش :سائيده آن سفت شدگي ها ، ورم هاي غليظ ، خنازير و جوش هاي پليد را درمان مي كند .
زخم و قرحه :در مداواي قرحه هاي پليد مفيد است ، ناصورها را بهم مي آورد و حتي اگر گرد آن استعمال شود گوشت را باز مي رويانند و استخوانها را با گوشت سالم مي پوشاند .
مفاصل : با روغن زيتون خستگي را از بين مي برد . اگر با سركه خورده شود در علاج ترنجيدگي و گسستگي ماهيچه ها سودمند است .
اندام هاي سر :خواب آور است . سر درد مزمن را از بين مي برد .
گاهي آن را روغن گل محمدي و سركه براي رفع سر درد مي آميزد ، زنبق خود به خود علاج سر درد است . عطسه آور است . آب پز آن را در دهان گردانند درد دندان تسكين مي يابد .
روغن زنبق با سركه صداهاي گوش را خاموش مي كند و نزله هاي مزمن را قطع مي كند . روغن زنبق بوي بد بيني را از بين مي برد و پخته آن نيز همين را انجام مي دهد . از چرك زخم ها جلوگيري مي كند .
چشم : اشك آور است .
اندام هاي تنفسي و سينه :در مداواي درد پهلو ، ذات الريه ، تنگ نفسي ،

خناق ، خفگي ، سرفه و به ويژه سرفه اي كه از رطوبت غليظ باشد سودمند است .
از آنجا كه بسيار لطافت بخش و بازكننده است ، زائده هاي بند آمده درد سينه را بيرون مي برد .
اندام هاي غذا :خوردن سركه و زنبق كه با هم باشند درد سرد كبد و طحال را تسكين مي دهد و به ويژه براي طحال بسيار مفيد است . خوردن يا مالش آن در علاج استسقا سودمند است .
اندام هاي دفعي :دهانه بواسير را باز مي كند . پيچش شكم را از بين مي برد .آب عشق و خواب جواني ديدن را قطع مي نمايد .
زنبق و آب انگور كهنه مدّر حيض است . در حالت سخت شدن زهدان و دردهاي سرد زهدان بايد در آب پز زنبق بنشينند.
اگرزن باردار زنبق و عسل را شياف كند سقط جنين مي كند .
روغن زنبق براي زهدان مفيد است .اگر زنبق كهنه را خرد كنند و در عسل بريزند و بخورند زرداب و مراره و بلغم را خارج مي سازد .
تب ها :روغن زنبق را از بين مي برد و علاج تب و لرز است .
زهرها :اگر همراه سركه خورده شود پادزهر هر سمي است .

جنطيانا

برگهاي زيرين آن به برگ گردكان يا برگ بارهنگ شبيه است .
رنگش سرخ ،وسطش برجسته ، ساقه آن مجوف و صاف و به ستبري انگشت است .بلنديش دو زراع است .برگهايش با هم فاصله دارند و ميوه اش داخل كاسبرگ ها قرار گرفته است . بيخ آن دراز است و به بيخ زراوند مي ماند .در كوهستان ها و در سايه و جاي مرطوب مي رويد . گويند اولين كسي كه اين گياه را كشف كرده جنطين شاه بوده كه در قله كوهساران بسيار بلند آن را پيدا كرده و از اينرو نام جنطيانا به خود گرفته است .
از اين گياه افشره مي گيرند .
چنانكه پنج روز آن را در آب مي گذارند ،آنگاه مي پزند ،صاف مي كنند و بعد مي بندند كه همچون عسل شود ،آنگاه به عنوان دارو بكار مي رود .
بهترين نوع آن جنطياناي رومي است كه بسيار سخت و سرخ رنگ و عبارت است از چوب و رگ هايي به ستبري انگشتان .برخي بزرگ ترند و بعضي كوچك تر .
مزاج :سرد و خشك .
خاصيت :بيخ آن بهك را از بين مي برد و به ويژه افشره نامبرده اش در اين زمينه بسيار مؤثر است .
مفاصل :آن را شربت كنند و بخورند در علاج پيچش پي ها و كساني كه از ارتفاع افتاده باشند سودمند است .
چشم :در علاج رمد بر چشم مي مالند .
اندام هاي تنفسي :افشره آن داروي ذات الجنب است .
اندام هاي غذا :راه بندان كبد و طحال را باز مي كند . شربت آن درد كبد ، طحال ،سردي كبد و آماس كبد را از بين مي برد .معده اي كه از سرما بيمار است چاره اش با بيخ جنطياناست .
اندام هاي دفعي :بول و حيض را راه مي اندازد .
زهرها :بهترين پادزهر نيش كژدم است . شربت آن پادزهر نيش همه حشرات سام و زهر دندان سگ هار و كليه درنده ها را خنثي مي سازد .

# چنار

مزاج :پوست و گردوي ثمر آن داراي خشكي بسيار است . مزاج چنار سرد و خشكاننده و زداينده است .
خاصيت :برگ و بر چنار سوسك ها را مي كشد .
پوست چنار بسيار خشكاننده است . گردي كه بر برگ چنار مي نشيند براي حواس و غيره بسيار بد و خشكاننده است .
آرايش :پوستش كه هم خشكاننده و هم زداينده است شايد در علاج برص مفيد باشد .
دمل و جوش :برگ چنار در معالجه ورم هاي بلغمي و مفاصل و زانو مفيد است .
زخم و قرحه :اگر خاكستر آن را بر زخم هاي پوسته انداز و پليد پاشند داروي خوبي است .پوست چنار را با سركه بپزند و بر سوختگي بگذارند مفيد است .
مفاصل :برگ چنار داروي درد مفاصل ، ورم هاي گرم مفاصل و به ويژه در علاج ورم زانو سودمند است .
سر :پوست چنار كه با سركه بپزند درد دندان را تسكين مي دهد . گرد چنار براي گوش و شنوايي خوب نيست .
چشم :گرد برگش براي چشم زيان آور است .
برگ سبزش را اگر بشويند ،بپزند و بر چشم بگذارند آب ريزش چشم را باز مي دارد و التهاب چشم درد را از بين مي برد .
سينه :گرد آن براي شش و صدا زيان آور است .
زهرها :ثمرچنار تاتر است و خشك نشده با آب انگور كهنه پادزهر حشرات سامه است . ثمر چنار با پيه ضماد شود پادزهر نيش و گزيده ها است .

حرشف

از تيره كنگر است (صمغ كنگر )
مزاج :گرم و مرطوب
آرايش :محلول آن داروي داء الثعلب ،با آبش سر بشويند شپش كش است . بول بدبو را ريزش مي دهد و در نتيجه بوي بد زير بغل را هم مي زدايد .
ورم :ورم ها را از بين مي برد .
زخم و قرحه :آبش داروي خارش سخت است .
سر :آبش شوره سر را از بين مي برد .
اندام هاي غذا :دل را بهم مي زند و به ويژه حرشف كوهي بيشتر مؤثر است .
اندام هاي دفعي :شهوت انگيز است . بول را راه مي اندازد و بول بدبو را بيرون مي راند .ملين است و بلغم را خارج مي كند .

خار شتري

به انگدان نزديك است .بهتر آن است كه سركه اش را بكار برند .
سرد و خشك است .سركه اش معده را به خوبي تنقيه و تقويت مي كند .
اشتهاآور است .
جرم آن مي گزد و از اين رو سبب دل بهم خوردگي مي شود .
دير هضم است و بسيار در معده مي ماند .
تب ها :در علاج تب ربع ،سه روز در ميان سودمند است .

خرفه

گياهي است شناخته شده .افشره اش در تأثير درماني بهتر از هر جزء آن است .
خاصيت :قابض است .نزيف و سيلان هاي مزمن را قطع مي نمايد . ارزش غذايي آن كم ، ولي در بركندن صفرا بسيار مؤثر است .
آرايش :بر زگيل بسايند زگيل را بر مي كند .
دمل و جوش :ضمادش در ورم هاي گرم كه بيم گنديدن مي رود و در باد سرخ مفيد است .
سر:به صورت محلول اگر سر را با آب آن بشويند جوش هاي سر را از بين مي برد .كندي دندان را كه از خوردن ترشي باشد از بين مي برد زيرا زبري دندان را برطرف مي كند .سردرد ضرباني را تسكين
مي بخشد.
چشم :اگر در چشم بكشند براي چشم درد مفيد است ولي زيادش تيرگي مي آورد .
اندام هاي تنفسي :افشره آن با گسي كه دارد براي خون بر آوردن مفيد است.
اندام هاي غذا :خوردن و ضمادش در معالجه التهاب معده ، كبد و استفراغ تلخ (مراري )سودمند است .ليكن اشتها را ضعيف مي كند .
اندام هاي دفعي :حقنه خرفه خراش روده را بر طرف مي سازد . در اسهال مراري مفيد است .قرحه و درد كليه و مثانه را از بين مي برد و در اكثر حالات اشتهاي خوراك و اشتهاي جماع را از بين مي برد .اما به عقيده ما سرجويه شهوت انگيز است .شايد آنچه او فرمايد راجع به مزاج هاي گرم و خشك باشد .
خرفه در بازداشتن نزيف حيض و در معالجه سوزش زهدان سودمند است .
آب خرفه داروي بواسير خوني است .افشره اش كرم كدو را
بيرون مي آورد .اگر خرفه را بريان كنند و بخورند اسهال قطع مي شود .
تب ها :در علاج تب هاي گرم مفيد است .
خرماي كال و نيمه رسيده
هردو نوع مشهورند و ميوه گرمسيري هستند .
مزاج :سرد و خشك .خرماي كال از خرماي زرد قابض تر است .
خاصيت :خرما نفاخ است و به ويژه اگر بعد از آن آب بخورند .سركه خرما در آغاز شيرين شدنش قرقر براه مي اندازد و راه بندان هايي در درون ايجاد مي كند .
پخته غوره خرما ،خرماي كال ،التهابات را تسكين مي دهد و حرارت غريزي

را بحال خود مي گذارد .
خوردن كال و كم رسيده خرما چون زياد باشد خلط هاي پديد مي آيند .
سر :خرماي كال سردرد مي آورد و اگر بيش از حد بخورند شايد سكته ببار آورد .
خرماي كامل و كم رسيده هر دو براي لثه و گوشت ميان دندانها مفيدند .
سينه :با سينه و شش ناسازگارند .
اندام هاي غذا :معده را دباغي مي كنند .در كبد بستگي ايجاد مي كنند . دير هضم اند و تردش دير هضم تر است .ارزش غذايي آنها كم است و شيرين به هضم نزديك تر است .
اندام هاي دفعي :هر يك از آن دو قبوضيت دارند و به ويژه اگر با سركه يا آب انگور كهنه گس مزه آميخته شوند .خرماي كم رسيده بول را زياد مي كند و اگر با سركه گس خرده شود سيلان زهدان و نزيف بواسير را قطع مي كند.
تب ها :زياد خوردن آنها تب و لرز مي آورد .

خربزه

ريشه اش خشكي آور است .
خاصيت :رسيده اش لطيف و كالش متراكم است .مزاج خربزه نارسيده مزاج خيار است و به هر حال باز كننده است .گرمك از حيث خلط از ساير انواع خربزه بهتر است.گوشت آن زداينده و به ويژه تخمش بسيار جلادهنده است
خربزه رسيده و نارسيده هر دو زداينده و تخم آن بيشتر زداينده است .
خربزه با هر خلطي كه در معده باشد مي سازد و تبديل به آن خلط مي شود .
خربزه بيشتر ميل به بلغم شدن مي كند تا صفرا و سودا شدن .گرمك زود تغيير نمي كند .
آرايش :خربزه و به ويژه پوست و مغز آن پوست را پاك مي كند . در برداشتن لكه هاي سياه و سفيد پوست و التهاب پوست مفيد است و اگر مغز آن را چنان كه هست با آرد گندم خمير كنند و درآفتاب خشك كنند مفيدتر
است .
چشم :پوستش را بر پيشاني بچسبانند مانع نزله هاي چشم مي شود و داروي بسيار خوبي است .
اندام هاي غذا :خربزه عموماً و به ويژه ريشه اش قي آور است . خربزه اگر خوب هضم نشود قي آور و مسهل مي گردد .گرمك دير هضم است مگر اينكه با همه محتوياتش خورده شود . گرمك از خربزه مغذي تر و خلطش بهتر است .
خربزه را بايد بعد از خوردن طعام خورد ،درغير اين صورت دل را بهم مي زند و قي مي آورد .بهتر آن است كه بعد از خربزه كسي كه گرمي دارد سكنجبين بخورد و كسي كه رطوبتش زياد است كندر يا زنجفيل پرورده .
اندام هاي دفعي :كال و رسيده اش مدر بول است و علاج براي سنگ مثانه و كليه ولي بشرطي كه سنگ ريز باشد و در خرد كردن سنگ كليه
ويژگي دارد .
گرمك كمتر ادرار آور و شيرين تر است و از خربزه زودتر به معده مي رسد و به ويژه اگر گرمك نرم باشد .
زهرها :اگرخربزه در معده فاسد شود ،سم مي گردد و هرگاه سنگيني معده حس شود بايد بسرعت معده را خالي كنند و به هر وسيله اي باشد استفراغ نمايند .

خردل

مزاج :گرم و خشك
خاصيت :بلغم را قطع مي كند و روغنش از روغن ترب گرم تر است .از دودش حشرات گريزانند .
آرايش :رخسار را پاكيزه مي كند .لكه هاي بد رنگ و اثر خون خشكيده را مي زدايد .در علاج بهك خوب است . زبان را مي خشكاند و درد داء الثعلب مفيد است .
ورم و جوش :ورم گرم و هر ورم مزمن را نرم مي كند .با گوگرد بر خنازير بگذارند خوب است .
زخم و قرحه :علاج گري و قوباء است .
مفاصل :درعلاج درد مفاصل و عرق النساء داروي خوبي است .
سر :رطوبت سر را بر مي چيند .داروي درد گوش و دندان درد است .
بعضي گفته اند :ناشتا خوردن خردل هوش را افزايش دهد .
چشم :در چشم بكشند تم و زبري چشم را از بين مي برد .
سينه :خردل كوبيده با عسلاب بخورند قصبه الريه را از زبري مزمن شفا مي دهد .
اندام هاي غذا :تشنگي آور است .
اندام هاي راننده :علاج خفگي زهدان است و آرزوي جماع را برمي انگيزد.
تب ها :درتب هاي هر روزه و كهنه مفيد است .

خرزهره

خرزهره دو نوع است : بياباني و كنار آبي . خرزهره بياباني برگش شبيه برگ خرفه است .شاخه هاي دراز و بر زمين گسترده دارد .همراه برگ ها خار هم هست .گاهي اين نوع خرزهره را در ويرانه ها نيز مي يابيم .نوع دوم كه در كنار رودخانه ها پيدا مي شود ، شاخه ها پايا و خارها در زير برگها پوشيده و برگش همانند برگ بيدمشك و بادام است .مزه اي بسيار تلخ دارد .

مزاج : گرم و خشك

خاصيت : بسيار گدازنده ، با آب پز آن خانه را آب پاشي كنند كك و موريانه را ريشه كن مي كند .

ورم و جوش : برگ آن را بر ورم هاي سخت بگذارند داروي بسيار خوبي است .

زخم و قرحه :خرزهره و به ويژه افشره برگ آن داروي خارش و گري و جوش هاي پراكنده است .

مفاصل :ضماد آن علاج پشت درد ديرپا و درد زانوان است .

سر :شكوفه اش عطسه آور است .

زهرها :به تنهايي سم است .اگر همراه آب انگور كهنه و فيجن خورده شود پادزهر حشرات سمي است .

# خرنوب

خرنوب شامي بهترينش است .
مزاج :خرنوب نبطي از شامي خشك تر و سردتر است .
خاصيت :خرنوب شامي خشكي دهنده ، گيرنده و خرنوب نبطي خشك تر و خشكاننده تر است .
آرايش :اگر با خرنوب نبطي نرسيده زگيل ها را ماساژ دهند و فشار زياد دهند از بين مي رود .
سر :آب پزش را در دهان بگردانند درد دندان تسكين مي يابد .
اندام هاي غذا :خرنوب شامي براي معده بد است و هضم نمي شود و خشكش نيز دير هضم است .خرنوب نبطي در علاج يرقان مفيد است .
اندام هاي راننده :در آب پز خرنوب نشستن معده را تقويت مي كند .
خرنوب شامي تر شكم را روان مي كند ، خرنوب شامي خشك شكم را بند مي آورد و در علاج كم اشتهايي مفيد است .
خرنوب نبطي از ريزش بي انقطاع و زياد از حد حيض مفيد است بشرطي كه بردارند و بخورند .
در علاج پيچش و درد روده و در اسهال نيز مفيد است .

خربق

ديسقوريدوس گويد :برگ اين گياه همانند بارهنگ يا سلق بياباني و از سلق بياباني كوتاه تر است .
بايد نوعي را برگزيد كه پهناي سطحش مناسب و رنگش سفيد ، زودشكن و بزرگ حجم و نازك باشد و فوراً در اول مرحله چشيدن بسيار زبان سوز نباشد و آب در دهان جمع گردد .
مزاج :گرم و خشك است .
خاصيت :خربق سفيد از سياه تلخ تر است و سياه از سفيد گرم تر و اگر موش بخورد مي ميرد .
آرايش :در عمل آرايش با خربق سياه برابر است .
قرحه :سائيده اش را ببويند عطسه مي كنند .
چشم :ديد را قوي مي كند .
اندام هاي غذا :خربق سفيد در استفراغ كردن بسيار قوي است اما خطر خفه شدن نيز دارد .
زهرها :خوردنش سم است . سگ و خوك بخورند مي ميرند .

## خربق سياه

خوبش آن است كه نه بسيار تازه و نه بسيار كهنه ، نه بسيار چاق و نه بسيار لاغر و ميانه اين چهار حالت باشد .
رنگش خاكستري ، زودشكن ، پوشيده نباشد كه در ميان آن چيزي مانند تار عنكبوت متكون شده است . مزه اش تند و زبان گز باشد .
مزاج :گرم و خشك .
خاصيت :گدازنده ، نرم كننده ، بسيار زداينده است و به حدي كه گوشت مرده را مي خورد .
آرايش :با سركه بر پوست رخساره بمالند بهك و وضح (لكه سفيد ) را بر مي دارد .
زخم و قرحه :شير خربق سياه و خربق سفيد را با سركه بر پوست بمالند يا با آن استفراغ كنند علاج گري و قوباء و پوست انداختن است .ناصور را شفا مي دهد و زخم سفت را از بن بر مي كند .
مفاصل :استفراغ بوسيله ي تزريق در علاج فلج و درد مفاصل بسيار مفيد است .
سر :خربق سياه را در سركه بپزند و در گوش بچكانند صداها را خاموش مي كند و اگر در دهان بگردانند درد دندان تسكين مي يابد .
آب پزش را در گوش كم شنوا بريزند شنوايي را تقويت مي كند و در علاج بيماري وسواس و ماليخوليا وصرع و سردرد نيمه اي و ساير بيماري هاي سر مفيد است .
چشم :در چشم بكشند ديد را نيرو مي دهد .
اندام هاي راننده :داروي بيماري سودا است و سودا را از تمام تن بيرون مي راند .
زيان و فشاري ندارد .بلغم و صفرا را بيرون مي آورد .
خون را از هر خلطي مي پالايد حتي اگر در آن سوي بدن باشد و خلط هاي بد را از پوست مي زدايد .
خريق سياه در علاج ورم روده و مثانه و در ريزش دادن بول و حيض مؤثر است .

خطمي

اين نام يوناني و به معني بسيار مفيد آمده است .
مزاج :گرم و خشك
خاصيت :نرم كننده ، رساننده ، سست كننده و تحليل برنده است .
آرايش :با روغن كنجد بر پوست بمالند ودر آفتاب بنشينند بهك را مي زدايد. تخمش مؤثرتر است .
ورم و جوش :ورم سخت را نرم مي كند ،از آماس جلوگيري مي نمايد ،ورم خوني را فرو مي نشاند ،دما را مي رساند ، در علاج آماس بادكن و خنازير مفيد است .
با سقز تلخ بردارند زهدان سخت شده را نرم كند .
با صمغ و گوگرد بر خنازير بگذارند سودمند است .
مفاصل :خطمي و به ويژه اگر با پيه غاز باشد در علاج درد مفاصل ، بيماري اعصاب ، لرزش ، گسستگي وسط هاي ماهيچه و كشيدگي اعصاب مفيد است .
سر :ضمادش علاج ورم بناگوش است .
چشم :التهاب و بادكردگي پلك را از بين مي برد .
سينه : تخمش علاج سرفه گرم است . راه بلغم برآوردن را آسان مي كند ، مانع خون برآوردن است ، زيرا گيرندگي در بر دارد .
ضماد برگش ورم پستان را فرو مي نشاند و از علاجات ذات الجنب و ذات الريه بشمار مي آيد .
اندام هاي غذا :شيره اش تشنگي را از بين مي برد .
اندام هاي راننده :آب پز برگ و بيخش را بخورند در علاج سوزش مجراي بول ، سوزش روده ، ورم اطراف پيزي ، اسهال بد ، مفيد است .
تخمش را با سقز بردارند علاج سفت شدن و بهم آمدن زهدان است .
آب پزش براي زهدان خوب و خون زچگي را پاك مي نمايد .
زهرها :با روغن كنجد و روغن زيتون بر تن بمالند از گزند حشرات در امانند.آب پزش با روغن كنجد را بر جاي نيش زنبورعسل بمالند مفيد است.

آبنوس

چوبي است مشهور كه آن را از زنج يا به قول ديسقوريدوس از حبشه مي آورند سياه خالص است و طبقاتي در آن نيست .هنگامي كه مي برند بشكل شاخ خميده يا به قولي به شاخ مخروط مي ماند ،به زحمت مي شكند و شكسته اش زبان را مي گزد .بهترينش آن است كه با وجود سياهي و همواري ، خطوطي در آن مشاهده نمي شود ،در ساييدن به شاخ خراطي شده شبيه ، پر مايه و محكم است .
در چشيدن گزش دارد .
مزاج :گرم و خشك است . گروهي برآنند كه با وجود حرارتي كه دارد حرارت خون را خاموش مي نمايد .
خواص درماني :تم و سپيدي چشم را از بين مي برد .از ساييده آن شياف مي سازند ،اگر برفسان سايند و گرد آن را در چشم بكشند بسيار سودمند است .
خاك اره آبنوس را بر طبقي مي سوزانند و مي شويند زخم مزمن چشم را بر طرف مي سازد .علاج رمد خشك ،گري چشم و آبريزي دائم چشم است .
اندام هاي دفعي :به گفته خوزيان سنگ كليه را خرد مي كند و باد شكم را علاج است .

# آلو

نياز به معرفي ندارد .آلوي بستي از آلوي سياه قوي تر و آلوي زرد از سرخ رنگ آن مؤثرتر است .
آلوي سفيد مات (غير براق )سنگين و كمتر اسهالي است .
مزاج :سرد و تر است .
خواص درماني : صمغ آن لطافت بخش ، قطع كننده و چسبناك مي باشد .
زخم و قرحه :انگم آن قرحه را جوش مي دهد . مخلوط آلو با سركه اگزما را از بين مي برد و به ويژه اگر عسل يا شكر داشته باشد براي كودكان مفيد است .
اندام هاي سر :در دهان گردانيدن برگ آلو از نزله هاي لوزتين و زبان كوچك جلوگيري مي نمايد .
چشم :انگم آلو را در چشم بكشند ديد را قوي مي كند .
اندام هاي تنفسي و سينه :آلوي ترش و شيرين التهاب قلب را تسكين مي دهد. اندام هاي غذا :ترش و شيرينش در بر كندن صفرا از همه مؤثرتر است. آلوي شيرين معده را تر و سرد مي كند ،سستي مي دهد و عموماً با معده ناسازگار است .
آلوي شيرين در بيرون راندن صفرا از ساير آلوها مؤثرتر است .
در اسهال ،آلوي تر از آلوي خشك كاري تر است و اين خاصيت از لزج بودن آن ناشي مي شود .

ابر مرده (اسفنج )

جرمي است دريايي ،در سستي و تخلخل به نمد مي ماند .گويند جانوري است كه در جايي كه بدان چسبيده حركت مي كند ولي از جاي خود دور نمي شود .
تر و تازه اش كه نيروي مزاجي بحر با اوست قوي تر و خشكاننده تر از كهنه آن است .
سنگ شده آن هم همين مزاج را دارد ولي كمتر گرم است .
خاصيت درماني :بسيار خشكاننده است .اگر آن را به ويژه تازه اش را بسوزانند و خاكستر آن را با روغن زيتون مخلوط كنند و بر جاي بريده يا دريده بگذارند از خونريزي جلوگيري مي كند و اگر تنها اسفنج را با آتش بسوزانند و بر زخم بگذارند چون گوهرش بازدارنده خون است و از سويي با گرمي كه از آتش دارد داغ مي گذارد از خونريزي جلوگيري مي كند و همچنين آن را فتيله كنند و به دهانه رگهاي بهم آمده فرو كنند رگها را باز مي كند ، لطافت بخش است و جلا دهنده (زداينده ).
دمل و جوش :ورم هاي بلغمي را خشك مي كند .
زخم و قرحه :اسفنج را در سركه خيس نمايند و بر زخم بگذارند زخم را خوب مي كند .
اسفنج را با عسل بجوشانند زخمهاي عميق را درمان مي كند و اگر اسفنج را خشك يا با آب انگوركهنه خيس كنند و بر زخم بگذارند سودمند است.
رطوبت هاي كهنه را مي خشكاند و جاي زخم را پاك مي كند .
اندام هاي تنفسي و سينه :سوخته اسفنج همراه روغن زيتون در معالجه خون برآوردن مفيد است .
سنگي كه در اسفنج است سنگ مثانه را خرد مي كند .

## استبرك(غلب لب)

درختي است از يمن و عربستان و يكي از شيره داران است .گويند نوعي از اين درخت سايه اش سم است كسي زير سايه اش بنشيند مي ميرد .
مزاج :گرم و خشك .
خاصيت :قبضي است ملايم .
آرايش :برپوست بمالند در علاج بيماري هاي ويروسي پوستي (سعفه )و قوبا مفيد است .
سر:بر سر بمالند خارش (حرارت )را از بين مي برد .با عسل مخلوط كنند و به دهان بچه بمالند زخم هاي دهان را شفا مي دهد .
اندام هاي راننده :اسهال مي آورد و روده را ناتوان مي كند .
زهرها :نوعي استبرك هست اگر در سايه اش بنشينند زيان مي بينند و شايد بميرند بهتر آن است كه از آن دوري كنند . شيره آن سمي است و شش و كبد را تكه تكه مي كند و در مدت دو روز مي كشد .

# اسفرزه

اسفرزه دو نوع است :زمستاني و تابستاني
مزاج :سرد و تر است .
خاصيت :خرد شده آن را در روغن گل بجوشانند قابض است .با سركه ضماد كنند سردرد را به كلي از بين مي برد .
دمل و جوش :با سركه بهم بزنند در مداواي ورم هاي گرم ، مورچه ، جمره ، باد سرخ ، و به ويژه دملهاي بناگوش و دمل هاي بلغمي بسيار مؤثر است .
مفاصل :ضمادش با سركه و روغن گل پيچش و ترنجيدگي عصب ، نقرس و درد گرم مفاصل را درمان مي كند .
سر :ضمادش را بر سر بگذارند سر درد گرم علاج مي شود .
سينه :سينه را تماماً نرم مي كند .
اندام هاي غذا :لعاب اسفرزه با روغن گل ، يا باروغن بادام تشنگي صفرايي شديد را تسكين مي دهد .
اندام هاي دفعي :اگر اسفرزه را با روغن گل مخلوط كنند اسهال را بند مي آورد و از خراش جلوگيري مي كند ، به ويژه براي كودكان بسيار مفيد است . اگر با روغن بنفشه باشد شكم را روان مي كند .
تب ها :خوردن آن شدت تب هاي گرم را تسكين مي دهد .

اشنان

چندين نوع است .نوعي كه سفيد است و آن را چلغوز گنجشك گويند از همه لطيف تر است و نوع ديگر آن به رنگ سبز است .
خواص درماني :جلا مي دهد ، تنقيه مي نمايد و بازكننده است .
اندام هاي دفعي :بند آمدگي بول را درمان مي كند .
زهرها :سم قاتل است.و دود اشنان سبز حشرات را مي گريزاند .

افسنتين

گياهي است كه برگ آن شبيه برگ مرزه و داراي تلخي و گيرندگي و سوزش است .
حنين گويد :«افسنتين چندين گونه است :خراساني ، مشرقي ، سوسي و طرسوسي ».
دانشمندان ديگر كه قديمي تر از حنين هستند گفته اند :افسنتين نبطي ( خودرو )معطر است .
افسنتين عموماً داراي گوهر خاكي و لطيف است .با مزاج خاكي خود داراي گيرندگي ،با گوهر لطيفش اسهال مي دهد و باز كننده است .بهترين نوع افسنتين گونه سوسي و طرسوسي است كه به رنگ عنبر است .
مزاج :گرم و خشك و افشره اش گرم تر است .
خاصيت درماني :افسنتين بازكننده و گيرنده است .
افسنتين لباس را از بيد و گزند حشرات نگاه مي دارد و اگر با مركب تركيب شود رنگ مركب ثابت مي ماند ،تغيير رنگ نمي دهد و كاغذ را از موش خوردگي محفوظ مي دارد .
آرايش :افسنتين رنگ و رو را زيبا مي كند .براي موخوره و گري مفيد است .لكه هاي بنفش زير چشم را مي زدايد .
درزخم و دمل و جوش :ضماد و شربت آن براي گرفتگي هاي عروقي دروني مفيد است .درمداواي گوش :بخار پخته شده آن درد گوش را تسكين مي دهد و خوردن آن با عسل از سكته جلوگيري مي نمايد .
اندام هاي چشم :هرنوع و به ويژه خودرو آن اگر به صورت ضماد در آيد و به زير چشم ببندند براي معالجه هر نوع درد كهنه و تيرگي چشم مفيد است .
اندام هاي تنفسي : شربت آن كشيدگي زير سراشيبي هاي دنده هاي رو به شكم را معالجه مي كند .
اندام هاي تغذيه :اگر پخته و افشره افسنتين را به مدت 10 روز بنوشند در باز گردانيدن اشتها تأثير به سزايي دارد . شربت افسنتين معده را تقويت مي كند و در بسياري از حالت ها مفيد است . اگر كساني كه يرقان دارند آن را به مدت 10 روز بخورند بسيار مفيد است و در مداواي طحال مؤثر است و اگر آن را با عدس يا برنج بپزند و بخورند كرم ها را از بين مي برد . افسنتين مخلوط با سنبل بادشكم و معده را چاره ساز است . اگر افسنتين را با روغن حنا مرهم كنند و بر تهيگاه بمالند درد تهيگاه تسكين مي يابد و اگر آن را با روغن گل محمدي مرهم كنند و يا با گل محمدي مخلوط كنند درد معده را از بين مي برد و سفتي آن را بر طرف مي نمايد .

اندام هاي دفعي :دربيرون راندن بول و روان كردن حيض بسيار مؤثراست .به ويژه اگر آن را با عسلاب بردارند .افسنتين مسهل صفرا است ولي در بلغم و آنچه در روده ها ماندگار است مؤثر نيست . علاوه بر آن شربت افسنتين در مداواي بواسير و بريدگي- خراش و زخم مقعد نيز مفيد است . اگر آن را آب پز كنند و يا آن را با برنج بپزند و با عسل بخورند كرم را از بين مي برد و شخص به اسهالي سبك دچار مي شود . افسنتين با عدس سوخته نيز همين كار را انجام مي دهد .
تب ها :خود به خود در مداواي تب كهنه مفيد است .
سموم :با آب انگور كهنه پادزهر گزش نيش كژدم ، گزش راسو ، و سم شوكران است .اگر با سركه باشد پادزهر قارچ سمي است و پاشيدن آن پشه را از بين مي برد .اگر آن را با مركب مخلوط كنند صفحات كتاب از موش خوردگي به دور مي ماند .

اقاقيا

صمغ درخت كرت (خرنوب مصري )است كه مي خشكانند و از آن قرص مي سازند .
تركيب آن از گوهر خاكي و گوهر لطيف است و از اين رو همراه با نوعي سوزندگي است كه با شستن بر طرف مي شود و از آنجا كه داراي تندي است در عمق فرو مي رود و سردي مي دهد .
اين درخت خاردار است و خارهاي آن راست نيستند و ساقه اش خميده است . گلي سپيد دارد و ميوه آن مانند لوبيا گرگي سپيد و در غلاف است .
اقاقياي سبز تيره كه به سياهي مي زند بوي خوش دارد ، گران وزن ،سخت و از همه بهتر است .
مزاج :شسته آن سرد است و خشكاننده .
خاصيت درماني :اقاقيا گيرنده است و خونريزي را باز مي دارد .
آرايش:اقاقيا رنگ را زيبايي و مو را سياهي مي بخشد و چاره ترك هاي ناشي از سرماست .
دمل و جوش :در اين زمينه اقاقيا با آس برابر است و كژدمه را علاج مي نمايد .اگر با سپيده تخم مرغ همراه باشد سوختگي و دمل هاي گرم را خوب مي كند .
مفاصل :اقاقيا سستي مفاصل را از بين مي برد .
اندام هاي سر:اقاقيا در مداواي قرحه هاي دهان مفيد است .
اندام هاي چشم :تنها اقاقياي مصري در مداواي چشم مؤثر است كه ديد را نيرو مي بخشد ، چشم را لطيف مي كند ، چشم درد را آرامي مي بخشد و سرخي داخل چشم را بر طرف مي سازد .
اندام هاي دفعي :وارد بدن كردن به صورت(آمپول -شياف و ...)(اماله )و ضماد و شربت اقاقيا شكم را بند مي آورد .
در معالجه خراش و اسهال خوني مفيد است .سيلان رحم را قطع مي كند .
بر آمدن مقعد و رحم و سستي آنها را از بين مي برد .

## انگدان

دو نوع است سپيد و سياه .انگدان سياه در غذاها داخل نمي شود .
خاصيت درماني :لطافت زا است و بيخش بادآور . اگر تن را با آن و به ويژه با شيره آن ماساژ دهند در جذب كردن مواد به خارج بسيار مؤثر است .
آرايش :بوي تن را تغيير مي دهد ، ضماد آن كه با روغن زيتون باشد لكه سياه خوني زير چشم را به كلي از بين مي برد .
دمل و جوش :در علاج زخم هاي دروني سودمند است ، اگر انگدان و بيخ آن را با مرهم ها مخلوط كنند خنازير را درمان مي كند .
مفاصل :انگدان مخلوط با روغن بنفشه يا روغن حنا درد مفاصل را درمان مي كند .
اندام هاي غذا :بيخ آن باد گلو مي آورد ، شكم را قبوضيت مي دهد ، دير هضم است و هاضم ،معده را گرمي مي بخشد ، تقويت مي كند اشتها بر مي انگيزد .
اندام هاي دفعي :اگر آن را با پوست انار و سركه بپزند ، بواسير مقعد را از بين مي برد ، ادرارآور است و براي مثانه زيان آور .
زهرها :پادزهر هر سموم است .

انيسون

اين دارو تخم رازيانه رومي است .تند مزگي آن از رازيانه خودرو كمتر است . داراي نوعي مزه شيرين و بهتر از رازيانه خودرو است .
مزاج :جالينوس گويد :گرم و خشك است .
خواص درماني :باز كننده و كمي گيرنده و گس است .مسكن دردها ، عرق آور و بادشكن است و اگر در روغن جوشانده شود تأثيرش بيشتر است .
درمزاج انيسون اندكي تندي است كه تقريباً با داروهاي سوزنده برابر مي باشد. سر:اگر آن را بخار كنند و بخار آن را استنشاق كنند سر درد و سرگيجه را از بين مي برد .
اگر آن را بكوبند و با روغن گل محمدي بياميزند و در گوش بچكانند بيماريهاي دروني گوش را كه ناشي از اثر ضربه يا برخورد باشد بهبود مي بخشد و درد گوش را بر طرف مي نمايد .
چشم :براي سبل مزمن داروي خوبي است .
دستگاه تنفس و سينه :شير را فزوني مي دهد .
تغذيه :حالت تشنگي را كه از رطوبت هاي بورقي رخ مي دهد از بين مي برد .
براي بند آمدگي هاي كبدي مفيد است و رطوبت طحال را بر طرف مي سازد .
اندام هاي دفعي :بول و حيض سفيد را ريزش مي دهد . رطوبت هاي سفيد را از زهدان پاك مي نمايد و شهوت جماع را بر مي انگيزد .گاهي كه سبب ادرار مي شود شكم را بند مي آورد ، راه بندان هاي كليه و مثانه و زهدان را باز مي نمايد .
تب ها :با تب كهنه مقابله مي كند .
زهرها :پادزهر هر سموم و حشرات سمي است و زبان آنها را دفع مي نمايد. انگشتان اخمو
شكوفه سورنجان است و تأثيرش تأثيرسورنجان .

بسباسه

نوعي گردو است كه به حجم مازو مي باشد . پوستش نازك و زودشكن است و بوي خوش و تند دارد .
خاصيت :قبوضيت دارد .
آرايش : كك و مك را مي زدايد و بوي دهان را خوش مي كند .
چشم :تقويت ديد مي كند و داروي سبل است .
اندام هاي غذا :كبد و طحال و معده و به ويژه فم معده را تقويت مي دهد . شكم را بند مي آورد . مدر و داروي عبي اختياري ادرار است ، اگر با روغن ها مرهم شود مسكن درد است ، و پرزه (شياف زنانه ) سودمند و مانع استفراغ است .

بلادر

ميوه اي است شبيه هسته خرما و مغزي دارد همچون گردو ،شيرين مزه است و بي گزند .
پوسته آن متخلخل و سوراخ است و در اين سوراخها انگبيني لزج و بودار موجود است .اگر آن را به دندان بشكنند زياني نمي رساند به ويژه اگر همراه مغز گردو باشد بهتر است .
مزاج :گرم و خشك .
خاصيت :انگبينش سبب قرحه و ورم مي شود و خون و خلط ها را مي سوزاند .
دمل و جوش :ورم هاي گرم دروني را بر مي انگيزد .
مفاصل:در مداواي سردي و سستي عصب و فلج و كجي دهان مفيد است .سر:براي رفع فراموش كاري خوب است وليكن بيماري وسوسه و ماليخوليا را تحريك مي كند .
اندام هاي دفعي :دود آن بواسير را مي خشكاند .
زهرها :از جمله سم هاست .سوزنده اخلاط و بدين سبب كشنده است .
پادزهر بلادر دو نوع است و روغن گردو از قوتش مي كاهد .

بنفشه

گياهي است مشهور و بيخش چون ساير اجزايش نيروي دارويي دارد .
مزاج :سرد و تر است .
خاصيت درماني :خون معتدل بوجود مي آورد .
دمل و جوش :بنفشه و برگ آن را با قاوت جو ضماد كنند ورم گرم را فرو مي نشاند .
زخم و قرحه :روغن بنفشه براي گري (جرب )داروي خوبي است.
اندام هاي سر :بو كردن و بر سر ماليدن آن سردرد را تسكين مي دهد .
اندام هاي چشم :ماليدن و خوردن آن در مداواي رمد گرم مفيد است .
نفس و سينه :بنفشه و به ويژه مرباي آن با شكر درمان سرفه گرم است و سينه را نرم مي نمايد .
شربت آن درمان سينه پهلو و شش است و دراين زمينه ازجلاب بهتر است (گلاب ).
اندام هاي غذا :التهاب معده را از بين مي برد .
شربت آن علاج درد كليه، مليني ملايم است و برآمدن مقعد را فرو مي نشاند. خوردن بنفشه خشك صفرا را بيرون مي راند .

بيدمشك

از نباتات خوشبو است .
خاصيت :ماليدن آب و افشره اش ورم ها را فرو مي نشاند .
سر:شكوفه بيدمشك و بو كردن برگ آن بادهاي متراكم سر را درمان مي كنند .
اندام هاي دفعي :شكم را روان مي كند .

# گل ختمي ، گل همه كاره

ختمي گياهي است علفي و چند ساله كه ارتفاع آن به حدود 2 متر مي رسد و ساقه آن از كركهاي ريز خاكستري رنگ پوشيده شده است.
ختمي با نام علمي (Althaea of ficinalis) گياه بومي مناطق شرق مديترانه است و داراي برگهاي دندانه دار و پهن است. گلهاي آن درشت به رنگ سفيد مايل به قرمز يا ارغواني هستند كه به صورت دسته هاي سه تايي در اواخر تابستان ظاهر مي شود.
اين گياه به علت داشتن گلهاي زيبا به صورت گياه زينتي در باغچه ها كاشته مي شود.
پژوهشها نشان مي دهد ختمي از نظر طب قديم ايران سرد و تر است و به طور كلي روي تمام اعضاي بدون مخصوصا روده ها، ريه ها، معده، كليه ها و مثانه موثر است.
خواص درماني ختمي بيشتر در برگ و گل اين گياه است. گل اين گياه را به صورت درماني براي ناراحتي هاي تنفسي مثل آسم، برونشيت و سرفه به كار مي برند. در ناراحتيهاي نادر آسم پودر كرده اين گياه با عسل كاربرد موثري دارد. همچنين ختمي در عفونتهاي ريوي جوابگوي بسيار خوبي است.
اين گياه يكي از داروهايي است كه پوست اندازي را سريع و شادابي پوست را تضمين مي كند و ضدعفوني كننده بسيار خوب و ضدقارچ است.
همچنين از گياه ختمي در موارد ريزش مو، شوره و چربي سر استفاده مي شود و داروي خوبي براي لينت بخشيدن به دستگاه گوارشي است كه در موارد يبوست از آن استفاده مي شود. مي توان از اين گياه به صورت دم كرده استفاده كرد.
گل ختمي انواع مختلفي دارد كه هر كدام رنگهاي متفاوتي دارند از جمله زرد، قرمز، بنفش و سفيد.
ختمي هايي كه گل سفيد دارند كاربرد درماني بيشتري دارند. گل ختمي از اواسط خرداد تا اواخر پاييز گل دارد.
موارد درماني آن بيشتر برگ و گل اين گياه است. گل اين گياه را به صورت درماني براي ناراحتي هاي تنفسي مثل آسم، برونشيت و سرفه به كار مي برند. در ناراحتيهاي نادر آسم پودر كرده اين گياه باعسل كاربرد موثري دارد. اين گياه همچنين در عفونت هاي ريوي جوابگوي خوبي است.
اگر در موقع استفاده برگ و گل آن با هم مخلوط شود بهتر است البته در موارد درماني گل ارجح تر است. اصولاً چون اين گياه لعاب زيادي دارد براي شوره سر مورد استفاده قرار مي گيرد و همچنين براي طراوت و

شادابي پوست صورت از ماسك آن استفاده مي شود.
اين گياه يكي از داروهايي است كه پوست اندازي را سريع و شادابي پوست را تضمين مي كند و ضد عفوني كننده بسيار خوب و ضد قارچ مي باشد.
اين گياه در موارد ريزش مو، شوره و چربي سر استفاده مي شود. داروي خوبي براي لنيت بخشيدن به دستگاه گوارشي است كه در موارد يبوست از آن استفاده مي شود.
قسمتهاي مورد استفاده اين گياه، گل، برگ و ريشه آن است. ريشه عميق و طولاني دارد كه آن را له مي كنند و مي شويند و سريع خشك كرده و از آن استفاده مي كنند.
تمام موارد درماني كه در مورد گل و برگها گفته شد در مورد ريشه ي اين گياه هم صادق است.
ريخت شناسي
ختمي گياه بومي مناطق شرق مديترانه است .
گياهي است علفي و چند ساله كه ارتفاع آن به حدود 2 متر مي رسد ساقه آن از كركهاي ريز كه به رنگ خاكستري مي باشد پوشيده شده است .
برگهاي ختمي دندانه دار ، پهن و مانند قلب مي باشد . گلهاي آن درشت به رنگ سفيد مايل به قرمز يا ارغواني است كه بصورت دسته هاي سه تايي در اواخر تابستان ظاهر مي شود .
ختمي به علت داتشن گلهاي زيبا به صورت گياه زينتي در باغچه ها كاشته مي شود . تمام قسمتهاي اين گياه استفاده طبي دارد .
ختمي چند نوع مي باشد :
ختمي بنفش
ختمي سفيد
ختمي سياه
كه خواص ختمي بنفش بيشتر ميباشد .
تركيبات شيميايي:
ختمي داراي لعاب و موسيلاژزيادي است .اين گياه داراي مواد نشاسته اي ، چربي ، اسانس آنتوسيانين Anthocyanin آل تئين Altheine ، داي اكسي بنزوئيك اسيد DIoxybenzoic Acid و سيانيدين Cyanidin مي باشد .
خواص دارويي
ختمي از نظر طب قديم ايران سرد و تر است و بطور كلي روي تمام اعضاي بدن مخصوصا روده ها ، ريه ها ، معده ، كليه ها و مثانه موثر است .
خواص گل ختمي

1)ملين و برطرف كننده يبوست است .
2)بيماريهاي تنفسي را برطرف مي كند.
3)سرفه هاي خشك را از بين مي برد .
4)براي رفع گلو درد جوشانده گل ختمي را غرغره كنيد .
5)عادت ماهيانه را منظم مي كند .

خواص ريشه ختمي

1)ناراحتي هاي پوستي را برطرف مي كند و پوست را نرم مي سازد .
2)سرفه هاي خشك را از بين مي برد.
3)تب راپائين مي آرود .
4)اسهال خوني را شفا مي بخشد .
5)ادرار را زياد مي كند.
6)كمي ترشحات عادت ماهيانه را برطرف مي كند.
7)تورم را رفع مي كند.
8)ناراحتي هاي دستگاه ادراري را برطرف مي كند.
9)قند خون را تنظيم مي كند.

خواص برگ ختمي

1-ضماد برگ ختمي در برطرف كردن دمل ها و ورم پستان و روم معده موثر است .
2-براي التيام شكستگي ها ، برگ ختمي را بصورت ضماد درآورده و روي محل شكستگي بگذاريد .
3-ضماد برگ ختمي در برطرف كردن درد سياتيك مفيد است .
4-رعشه را برطرف مي كند.
5-ورم بناگوش را با ضماد برگ ختمي درمان كنيد.

نحوه استفاده :

1. خيسانده ريشه ختمي : 10 گرم ريشه ختمي را پوست كنده و خرد كرده و در يك ليتر آب سرد خيس كنيد و پس از 8 ساعت آنرا صاف كرده و نگهداري كنيد اين مايع در رفع اسهال خوني بسيار موثر است .
2. دم كرده ختمي :در حدود 20 گرم ريشه ختمي را تميز كرده و خرد كنيد و آنرا در يك ليتر آب جوش بريزيد و بگذاريد بماند تا سرد شود سپس آنرا صاف كرده و با عسل مخلوط كنيد .
3. دم كرده گل ختمي :20 گرم گل خشك شده ختمي را در يك ليتر آب جوش بريزيد و بگذاريد بماند تا سرد شود سپس آنرا با قند يا عسل شيرين بكنيد .
4. محلول شستشوي چشم : نيم گرم گل خشك ختمي را در 150 گرم آب ريخته و به مدت 5 دقيقه بگذاريد بجوشد سپس آنرا سرد كنيد و 5 قطره الكل كامفه در آن بريزيد.

پراکنش
به صورت وحشي در تمام مناطق اروپا ديده مي شود. در ايران در كناره چشمه ها و نهر ها ديده مي شود .
نيازهاي اكولوژيكي
اين گياه در خاكهاي غني از عناصر غذايي، هوموس فراوان و رطوبت زياد رشد ميكند.
ختمي چيني
از گلهاي عجيب و شگفت انگيزي كه روياهاي جهانگردان را در جزاير گرمسير اقيانوس آرام،به حقيقت پيوند مي زند ختمي چيني است.
از گلهاي عجيب و شگفت انگيزي كه روياهاي جهانگردان را در جزاير گرمسير اقيانوس آرام،به حقيقت پيوند مي زند ختمي چيني است. اين گلها معروف به گلهاي جادويي هستند. مردم اين جزاير معتقدند زماني كه اين گلها پديد مي آيند ، ديگر ارواح خبيثه شانسي ندارند از اين رو در آنجا از پير و جوان،آويزههايي از اين گلهاي قيفي شكل و زيبا به رنگهاي سرخ،زرد،نارنجي و سفيد به كردن، سينه و گوشها مي آويزند و يا آنها را زينت بخش موهاي سر خود مي نمايند.
رويشگاه و ويژگيهاي گياه شناسي
اين گياه پايا،بومي جنگلهاي گرمسير هندوستان بوده و از خانواده پنيركيان مي باشد. نام علمي اين گياه Hibscus Rosa Sinensis است كه اولين بار گياهشناس معروف سوئدي به نام كارل فن لينه آن را نامگذاري كرده است.ارتفاع گياه به محل كاشت آن بستگي دارد و در فضاي آزاد مناطق گرمسيري تا 5 متر مي رسد ولي در گلدان بيشتر از 5/1 متر رشد نمي كند. برگها تخم مرغي شكل،نوك تيز،سبز براق و دندانه دار مي باشد. گلها بر دو نوع هستند، بوته هايي با گلهاي پرپر و ديگري بوته هايي با گلهاي كم پر كه بر روي شاخه هاي يكساله ظاهر مي شوند. گلدهي گياه در فصل تابستان آغاز شده و تا پايان پاييز ادامه مي يابد، همچنين نگهداري اين گياه در فصل زمستان در گلخانه گرم،سبب گلدهي آن مي شود. قطر گلها حدود 10 تا 15 سانتيمتر مي باشد و گلها به رنگهاي سرخ، زرد، نارنجي و سفيد ظاهر مي شوند. اين گياه معمولا گلهاي زيادي توليد مي كند ولي دوام گلهاي آن بسيار كم است.
روش تكثير
ازدياد اين گياه به وسيله قلمه انجام مي شود.بدين منظور در فصل تابستان قلمه هايي به طول 5 تا 10 سانتيمتر از سرشاخه هاي بدون گل و غنچه جدا كرده و محل برش را در هورمون ريشه زا فرو مي برند. سپس قلمه ها را در جعبه نشا يا گلداني كه حاوي يك قسمت ماسه شسته شده و يك قسمت پيت ماس يا خاكبرگ است، كاشته و آنها را در جاي گرم

(دماي 20درجه سانتيگراد) نگهداري مي كنند. به منظور استفاده هر چه بيشتر از رطوبت موجود توصيه مي شود آنها را با پلاستيك بپوشانيد. قلمه ها بعد از سه تا چهار هفته ريشه زايي را آغاز مي كنند. پس از چندي مي توان هر قلمه را در گلداني كه داراي مخلوطهاي معمولي خاك است،كاشته و آن را در جاي گرم نگهداري كرد.

روش نگهداري

محل مناسب براي نگهداري اين گياه، پنجره هاي پرنور و آفتابي، جنوبي و غربي مي باشد، در تابستان، زماني كه گرما به اوج مي رسد، مي توان با استفاده از پرده اين گياه را از پرتو مستقيم آفتاب دور نگه داشت، تا برگها دچار سوختگي نشوند. اين گياه به آب فراواني نياز دارد و بايد سعي نمود كه هميشه سطح خاك گلدان مرطوب باشد و هيچگاه خشك نشود. در فصل زمستان گياه به آب كمتري نياز دارد ولي نبايد اجازه داد كه گياه به طور كامل خشك شود. در فصول رشد هر هفته يكبار مي توان از كودهاي مايع(3 در هزار) استفاده نمود. با نزديك شدن سرما بايد از كوددهي صرف نظر كرد و گياه را در مكانهايي با دماي 10 تا 15 درجه سانتيگراد نگهداري نمود. پس از اتمام گلدهي گياه را هرس كرده و توصيه مي گردد عمليات هرس به تناوب انجام شود تا گياه فرم دلخواه خود را پيدا كند. گياه هرس شده شاخه و برگهاي جديدي توليد مي كند كه گلها بر روي آنها مي رويند. گاهي به علت كمي نور برگهاي گياه شروع به ريزش مي كنند و يا ممكن است بر اثر خشكي و يا جابجا كردن گياه ، غنچه هاي آن بريزد. پيچ خوردگي برگها نيز ممكن است بر اثر كم آبي و يا خشكي هوا صورت گيرد. در ضمن شته ها و كنه ها نيز در كاهش گلدهي گياه دخالت دارند.

كاربرد

از آنجا ختمي چيني به نور فراواني نياز دارد ، مي تواند نور مستقيم آفتاب را تحمل كند. اين گياه به تنهايي و يا با گياهاني مانند نخل زينتي، كروتون، برگ بيدي، قلب ارغواني، افربيا، اشوريا، شمعداني و يوكا در كنار پنجره هاي جنوبي و غربي مورد استفاده قرار مي گيرد. همچنين مي توان آن را در فصل تابستان در حياط منازل و مكانهاي پر نور قرار داد. امروزه از گلهاي بريده پرپر ختمي چيني با رنگهاي متنوع براي زينت مجالس رسمي استفاده مي گردد و براي منظور مي توان از واريته Indian Maid با گلهاي در رنگ قرمز و زرد و يا واريته Dr.Jack با گلهاي قرمز روشن استفاده نمود.

ديگر موارد مصرف اين گياه

گياه گل ختمي با ورم معده مقابله مي‌كند

گل ختمي علاوه بر خاصيت محافظت كنندگي غشاء مخاطي دستگاه گوارشي، با ورم معده نيز مقابله مي‌كند.

به گزارش سرويس بهداشت و درمان ايسنا - منطقه يزد- محافظت كنندگي غشاء مخاطي دستگاه گوارشي از خواص مهم دارويي گياه گل ختمي بشمار مي‌آيد.
ريشه گياه ختمي با افزايش اسيد معده و ورم معده نيز مقابله مي‌كند و دم كرده اين گياه و نيز برگ آن براي درمان ورم شانه و همچنين تكرر ادرار قابل استفاده است.
همچنين شايان ذكر است: ريشه اين گياه به صورت پماد براي درمان جوش و خارش استفاده مي‌شود.
گياه گل ختمي با ورم معده مقابله مي‌كند
گل ختمي علاوه بر خاصيت محافظت كنندگي غشاء مخاطي دستگاه گوارشي، با ورم معده نيز مقابله مي‌كند.
به گزارش سرويس بهداشت و درمان ايسنا - منطقه يزد، محافظت كنندگي غشاء مخاطي دستگاه گوارشي از خواص مهم دارويي گياه گل ختمي بشمار مي‌آيد.
ريشه گياه ختمي با افزايش اسيد معده و ورم معده نيز مقابله مي‌كند و دم كرده اين گياه و نيز برگ آن براي درمان ورم شانه و همچنين تكرر ادرار قابل استفاده است.
همچنين شايان ذكر است؛ ريشه اين گياه به صورت پماد براي درمان جوش، خارش و بيماري جلب استفاده مي‌گردد.
برطرف كردن تب و سرماخوردگي با گياه ختمي
ريشه گياه ختمي در درمان كاهش اشتها، ناراحتي هاي دستگاه گوارش، تب و سرماخوردگي، احتمال ابتلا به عفونت، ناراحتي هاي كبد و صفرا و التهاب دهان و حنجره به كار مي رود. با توجه به نبود مستندات علمي توصيه شده است كه بهتر است اين گياه با احتياط مصرف شود. لازم به ذكر است مصرف همزمان داروهاي خوراكي با اين گياه موجب به تأخير افتادن جذب داروها مي گردد.
افراد مبتلا به آلرژي، گياه گل ختمي مصرف كنند
آزمايشات متخصصان دانشگاه علوم پزشكي چهارمحال و بختياري حاكيست: مصرف گياه گل ختمي باعث كاهش آلرژي در بين افراد در فصول مختلف سال مي‌شود.
مدرس دانشگاه علوم پزشكي شهركرد در رشته علوم دارويي و داروسازي گفت:
مبتلايان به آلرژي براي كاهش و يا بهبود اين بيماري مي‌توانند از اين گياه به صورت دم كرده استفاده كنند.
دكتر حجت‌الله روحي بروجني روز سه‌شنبه در گفت و گو با ايرنا افزود:
آزمايشات و تحقيقات به عمل آمده در دانشگاه علوم پزشكي شهركرد

روي افراد مبتلا به آلرژي نشان مي‌دهد كه اين گياه در كاهشالتهابات حلقي بسيار موثر و مفيد است و گياه گل ختمي آلرژيوم نيست.
به گفته وي،همچنين كساني كه برغم استفاده از داروهاي ضدسرفه، كاهش سرفه ندارند بايد از گياه گل ختمي استفاده كنند.
وي گفت: بدن برخي از بيماران در مقابل داروهاي ضدسرفه مقاوم شده است كه در اين حالت بايد گل ختمي و شيرين بيان مصرف كنند.
روحي يادآور شد: مصرف شيرين بيان براي كساني كه از درد زخم معده رنج مي‌برنند، مفيد است و استفاده از آن موجب كاهش التهاب دستگاه گوارش و نيز پانسمان زخم‌هاي گوارشي مي‌شود.
مدرس دانشگاه علوم پزشكي در رشته علوم دارويي و داروسازي گفت: مصرف شيرين بيان براي بيماران مبتلا به تب مالت نيز بسيار مفيد است.
روحي همچنين گفت: استفاده از گياه گل برنجاس بر كنترل سندرم روده تحرك پذير (? (IBS?بسيار مفيد است و بتازگي به‌عنوان يك داروي گياهي بادشكن در مراجع پزشكي مطرح شده است.
اين مدرس رشته علوم دارويي و داروسازي دانشگاه علوم پزشكي شهركرد گفت:
مصرف گياه بابونه نيز باعث كاهش التهاب‌هاي پوستي و اگزما در افراد مي‌شود.
روحي اظهار داشت: كرفس كوهي نيز باعث تقويت و افزايش هوشبري و هوشياري در بين افراد مي‌شود.
به‌گفته وي،در زمان حاضر بيش از ? ????گونه گياه دارويي دراستان چهار محال و بختياري شناسايي شده است.
وي گفت: با فرآوري و توليد گياهان دارويي مي‌توان زمينه اشتغال بسياري از جوانان جوياي كار را فراهم و چهار محال و بختياري را حتي تبديل به منطقه توليد گياهان دارويي در سطح جهان كرد.
منابع :
ختمي «داروئي» http://daneshnameh.roshd.ir
ختمي Marshmallow http://aftab.ir
خواص درماني ختمي http://www.sabziran.ir
ختمي چيني http://www.jkmt.ir
ختمي دارويي : Althaea officinalis http://akesh.persianblog.ir
گل ختمي (ختمي) http://www.parsiteb.com

# اكليل كوهي

نويسنده: ميرحيدر
به فارسي«اكليل كوهي»و باغبانهادر تهران«رومارن»مي گويند و در كتب طب سنتي با نام«الكليل الجبل»نام برده شده است.به فرانسويRomarin وRomarin officinal و به انگليسي Rosemary مي شود.گياهي است از خانوادهLabiatae ،نام علميRosmarinus officinalis L. آن مي باشد. مشخصات
گياهي است چند ساله به صورت درختچه كوچك كه ارتفاع آن 2-1 متر مي شود.برگهاي آن متقابل،باريك،دراز،نوك تيز،و كمي خشن است.روي برگ بدون كرك و سبز ولي پشت آن پوشيده از كرك پنبه اي و سفيد است.گلهاي آن سفيد مايل به بنفش مي باشدو در اواخر بهار از لابه لاي برگها بيرون مي آيد.ميوه آن چهار فندقه و به رنگ قهوه اي و سفت و گرد و تخم آن كوچك كه در داخل ميوه است.تمام برگ و شكوفه و اعضاي گياه معطر و خوشبو و برگ و شكوفه آن كمي تلخ و تند است.
اين گياه در منطقه مديترانه و بيشتر در سواحل مديترانه ولي در عين حال در تپه ها و ارتفاعات مناطق خشك صحرا نيز مي روييد .درايران اكليل الجبل كاشته مي شود.
تكثير ان از طريق كشت بذر آن و قلمه آن در خزانه صورت مي گيرد و روش قلمه معمولتر مي باشد و پس از اينكه قلمه ها ريشه دار شدند در فصل مناسب به مزرعه اصلي منتقل مي شوند. روش كاشت اين كه فاصله بين خطوط 1 متر و فاصله بين بوته ها روي خطوط 45 سانتي متر گرفته شود.برداشت سرشاخه هاي نازك و برگ آن ممكن است سالي دو بار انجام شود،برگها كه برداشت مي شود براي اينكه اسانس ان از دست نرود بايد فورا پس از برداشت در محل سايه پهن شده و خشك شوند و به اين ترتيب برگها رنگ سبز و بوي مطبوع تلخ وشيرين خود را حفظ خواهند كرد.
تركيبات شيميايي
ازنظر تركيبات شيميايي اكليل الجبل داراي اسانس روغني فرار است(گياه تازه در حدود 5/1-5/0درصد).اسانس اكليل الجبل شامل آلفا-پينن،سينئول،بورنئول،كامفنورزمارن است.گلها و سرشاخه ها گلدار و برگها و اسانس ان هم در طب سنتي كاربرد دارد.
خواص كاربرد
درتايوان ،اكليل الجبل به عناون مهيج و سقط كننده جنين مورد توجه است و مصرف زيادتر از حد مجاز آن را سمي مي دانند.در فليپين جوشانده

برگهاي ان را به عناون مقوي تونيك ،بادشكن،محرك،معرق و قاعده آور مصرف مي كنند،ولي در مصرف داخلي خيلي كم و به مقدار كم استعمال مي شود.در استعمال خارجي آب خيسانده برگهاي ان براي شست و شو ي چشم در موارد ورمهاي ملتحقه زكامي به كار مي رود و براي حمام كردن زنان كه تازه وضع حمل كرده اند،به عنوان حمام معطر و همچنين براي حمام كردن بيماران روماتيسمي و فلجها كاربرد دارد.اسانس اكليل الجبل براي جلوگيري از ريزش موموثر است و برگهاي ان به عنوان ادويه معطر در آشپزخانه به كار مي رود.

اكليل الجبل از نظر طبيعت طبق نظر حكماي طب سنتي خيلي گرم و خشك است و خوردن آن براي سرفه هاي رطوبي مزمن وتنگي نفس و خفقان سر و استسقاي زقي (زرد آب در پرده صفاقي شكم جمع شود)كه با حرارت و عطش شديد توام نباشد و براي باز كردن گرفتگي هاو انسداد كبد،طحال،پاك كردن ريه،تحليل بادها،تسكين درد كبد،معالجه يرقان سوداوي،خرد كردن سنگ كليه و مثانه،ازدياد ترشح بول و حيض مفيد است.ضماد آن براي تحليل ورمهاي مزمن مفيد است و ضماد برگ آن از ساير اعضا قوي تر است واگر ضماد برگ ان را درموارد چشم درد سرد به كار برند،درد را كاهش مي دهد.

اكليل الجبل براي گرم مزاجان مضراست از اين نظر بايد با سكنجبين خورده شود،مقدار خوراك آن تا 12 گرم و جانشين آن از نظر خواص دارويي افسنتين است.در مورد مصرف دم كرده آن 20-5 گرم برگ و يا سرشاخه گلدار آن براي هزار گرم آب كافي است.در مواردي كه نتيجه خوب گرفته شود اين مقدار تا 50 گرم امكان افزايش دارد.خيس كرده 40-30 گرم برگ و سرشاخه هاي گلدار آن در سركه رقيق كه مدت 3-2 روز بماند و پس از آن روزي 5-4 قاشق خورده شود به عناون مدر براي ازدياد ترشح بول و استسقا نافع است.

الكولاتور اكليل الجبل :سرشاخه هاي گلدار تازه اكليل الجبل 1000گرم،الكل 80درجه 3000گرم،عرق اكليل الجبل 1000گرم ،مدت 4 روز بخيساننددو سپس در حمام ماريه تقطير كنند تا جمع محصول تقطير شده به 2500گرم برسد.مقدار خوراك 20-10 گرم بسته به مرود در يك شربت مناسب ريخته روزانه خورده شود.

در فرانسه 10-5 گرم سرشاخه گلدار و گلهاي گياه را دريك ليتر آب جوش دم مي كنند و 3-2 فنجان در روز به عناون ضد اسپاسم در موارد آسم روزانه مي خورند.همچينن به عناون محرك در موارد سو هاضمه 20-10 گرم گياه اكليل كوهي خشك را در يك ليتر سركه رقيق خوب ريخته مدت يك شب مي گذارند خيس بخورند و سپس صاف كرده و در هر وعده غذا يك ليوان ازآن را مي خورند.

درموارد گريپ نيز مرسوم است 60 گرم گياه خشك را در يك ليتر آب جوش دم ميكنند و 3-2 فنجان در روز به عناون ضد اسپاسم مي خورند.
منبع:www.taamasrar.com

برگ بو

درخت آن به فارسي «باهشتان»گفته مي شود،در كتب طب سنتي به نامهاي «درخت غار»،«برگ بو»،«مازريون»،«دفنه»و «شجرة الرند» نام برده شده است. به فرانسويLaurier sauceوLaurier و به انگليسيLaurel , true laue laurel گفته مي شود. گياهي است تيره Lauraceae نام علميLaurus nobilis L. آن است ميوه درخت «باهشتان»را «دهشمت» يا «حب الغار» ميگويند و به هندي نيز حبالغار مي شود.

مشخصات

برگ بو گياهي است به صورت درخت و درختچه هميشه سبز و ناخزان(د رمناطق با زمستانهاي خيلي سرد بايد حفاظت شود)، در شرايط مساعد ارتفاع آن 20-15 متر هم مي رسد ولي معمولا 8-7 متر مي باشد. گياهي است پلي گام و در عين حال ممكن است گلهاي نر و ماده وهمچنين گلهاي هر مافروديت (نر و ماده در يك گل) روي يك درخت ديده شود.برگها متناوب،سبز تيره ،بيضي شكل ،نوك تيز و معطر و زيبا هستند گلهاي آن كوچك به رنگ زرد با خاكستري روشن و ميوه آن كوچك به رنگ ارغواني تيره و به اندازه دانه انگور مي باشد.درختچه اي است زيبا ،فرانسوي ها آن را لوريه شاعران هم مي گويند.

تكثير آن با قلمه و قلمه هاي ريشه دار و يا با پاچوش انجام مي شود و پس از 8-7 ماده ريشه هاي آن به قدر كافي توسعه يافته و مستقر مي شود.اين درخت در خاكهاي غني و قابل نفوذ رشد خوبي دارد. چيدن بر گهاي معطر آن براي اينكه سبزي كامل نشود معمولا بايد صبح زود انجام شود وبراي خشك كردن روي هم انباشته نشود و در لايه هاي نازك و در سايه پهن و خشك شود.خشك كردن در آفتاب موجب مي شود كه رنگ سبز زيباي آن قهوه اي شود و مقدار زيادي روغن معطر و اسانس آن از بين برود.

تركيبات شيميايي

ميوه اين درخت داراي اسانس روغني فراري است كه داراي مقدار زيادي اسيد يوريك است. اسيد لوريك از اسيدهاي چرب است كه به شكل متبلور سفيد در مي آيد.در برگهاي خشك برگ بو نيز از 3-1 درصد اسانس روغني فرار بسيار معطر وجود دارد كه از طريق تقطير مي توان استخراج نمود.در برگهاي گياه نيز اسانس روغني فرار وجود دارد.

خواص و كاربرد

از نظر حكماي مغرب زمين تا اواخر قرن هيجدهم كه گياه درماني ،رونق

وسيعي در اروپا داشت ،دانشمند و حكماي اروپا معتقد بودند كه ميوه درخت برگ بو به عنوان محرك در تسريع وتشديد قاعده زنان موثر است و به هميك دليل در مواردي به عنوان دارو و براي سقط جنين به كار مي رفته است .در كتاب گياه درماني به نام گرت هربال كه در سال 1526 ميلادي دانشمند معروف [پيتر تروريس]آن را تهيه كرده و در انگلستان چاپ شده ،در مورد كاربرد ميوه و برگ درخت غار چنين آمده است:
«خميري كه از گرد حاصل از كوبيدن ميوه هاي اين درخت به دست آمده مخلوط با عسل براي معالجه رنگها و لكه هاي غير طبيعي پوست صورت و همچنين براي از بين رفتن دانه ها و لكه هاي قرمز رنگي كه در پوست صورت جوانان مي زند تجويز مي شده است.»
دانشمند ديگري به نام [كول پپر] در كتابش به نام كمپليت هربال كه در اواسط قرن هفدهم نوشته است در مورد ميوه درخت برگ بو مي نويسد:
«روغني كه از ميوه ي درخت برگ بو به دست مي آيد براي انواع ناراحتي ها ي مفاصل ،اعصاب ،معده ،شكم ورحم انواعي از قلوه ها و تشنجها ي عضلاني گرفتگي عضلات يا سيخ شدن عضلات ،انواع درد ها ،بي حسي در هر نقطه از بدن ودرد هاي رحمي وزاهدان مفيد است ،به اين ترتيب كه محل ناراحت را روغن مالي مي كنند . براي رفع درد هاي گوش هم چند قطره از اين روغن استفاده مي شده است ويا بخور حاصل از جوشانده ميوه ها و برگهاي آن به وسيله اي مثل قيف يا بادگير داخل گوش مي كرده اند»
براي از بين بردن لكه هاي كبود خونمردگي در پوست و گوشت بدن از مالش روغن آن در محل آسيب ديده استفاده مي شده است كه خونمردگي خيلي سريع جذب مي شده است. ضمنا مالش روغن آن براي رفع خارش و عوارض جرب در پوست و عوارض ورم و آثار ضربه هايي مانند شلاق روي پوست بسيار موثر است. غار طبق نظر حكماي طب سنتي شرق گرم و خشك است ، مغز ميوه ان گرمتر از پوست و برگ آن گرمتر از برگ پوست آن و پوست آن و روغن آن گرمتر از ساير اجزا و حتي از روغن گردو نيز گرمتر است. خواص آن مفرح و مقوي و مدر و ضدسم است خصوصا ميوه آن ،اگر ميوه آن با سركه خيلي رقيق خورده شود براي سردردهاي بلغمي ،گازها،نفخها،صرع،وسواس،تقويت ذهن و فهم بسيار نافع است. ماليدن روغن آن براي درد اعصاب و رفع حواس پرتي و افزايش حافظه خوب است. اگر ساييده ميوه آن با روغن گل سرخ و سركه مخلوط شود ،قطره آن براي رفع درد هاي سر و گوش و رفع صداو طنين در گوش و ثقل سامعه مفيد است و موجب تقويت گوش مي شود و همچنين اگر قطره روغن آن مصرف شود نيز همين نتايج را براي گوش خواهد داشت . مضمضه دم كرده برگ آن براي تسكين درد دندان

مفيد است. اگر با ميوه و برگ كوبيده آن مخلوط با عسل انگشت پيچ درست شود خوردن آن براي امراض سرد و اگر با سكنجبين انگشت پيچ درست شود خوردن آن براي امراض گرم و زخمها و جراحات ريه و سرفه كهنه و تنگي نفس مفيد است. خوردن ميوه آن براي تحليل باد و گازهاي غليظ و دل پيچه و امراض كبد و طحال و با عسل براي طخم روده ها وخوردن روغن آن با سركه انگور براي درد كبد مفيد است.اگر 10 ميلي گرم ميوه آن را ساييده و بخورند دل پيچه را فورا تسكين مي دهد.روغن آن ايجاد آشفتگي و دل به هم خوردن مي كند و قي آور است و ترشح ادرا را زياد مي كند و ترشح حيض را افزايش مي دهد.اگر در دم كرده آنبنشينند براي امراض كليه و مثانه و رحم مفيد است.خوردن ميوه آن براي خرد كردن سنگ مثانه نيز مفيد است و پياف تيه شده از ميوه آن موجب سقط جنين مي شود.خوردن و يا ماليدن روغن آن در مواضع درد براي رفع دردهاي مفاصل و درد كمر مفيد است ،ماليدن روغن آن با سركه روي پوست براي رفع لكه هاي جلدي موثر است.

اين گياه داراي ضررهايي نيز هست .ميوه و روغن آن معده را سست كرده و قي آور است و مضر سينه مي باشد و اصلاح آن با خوردن كتيرا ميسر است.مقدار خوراك از ميوهع و برگ ان10-2 گرم است. مقدار 10 گرم آن مسهل است.

در اصطلاح طب سنتي ميوه درخت غار را «حبالغار»مي گويند،به خجم گيلاس ، خيلي معطر و سياه رنگ و داراي روغني سبز رنگ و نيم جامد است. تهيه روغن حب الغار به ترتيب زير است:

روش اول: حب الغار خشك را نيم كوب كرده و در روي الك بريزند و روي بخار آب جوش گذارند تا نرم شود سپس آن را در كيسه محكمي ريخته و آن كيسه را در ميان 2 قطعه آهن سوراخ دار كه با آب جوش گرم شده باشند گذارده و فشار مي دهند.

روغني كه از آن خارج ميشود با كاغذ صاف كنند. سابقا در بازار ايران برگ بو را به نام «سازج هندي»عرضه مي كردند.

روش دوم:دانه گياه يا حب الغار را گرفته در آب بپزند و بگذارند سرد شود قشري كه روي آب مي گيردبرداريد. روش ديگر اين است كه ميوه و برگ آن را بپزند و پس از آن عصاره آنها را با فشار گرفته با دو برابر وزن آن روغن زيتون مخلوط ،روي آتش ملايم بگذارند آنقدر كه آب آن تبخير شود و روغن بماند و دقت شود كه نسوزد وآن روغن را به كار برند. در هندوستان از ميوه گياه به عنوان قاعده آور و بند آور دن اسهال و قطع ترشحات مهبل و استسقا مصرف مي شود. تذكر اي نكته ضروري است كه بايد دقت شود كه اولا برگها و ميوه درخت غار را با برگهاي درخت ديگري به نام يا غار گيلاسي كه در شرايط خاصي سمي است اشتباه نشود ثالثا با

درخت ديگري به نام خرزهره نبايد اشتباه شود البته مشخصات در خواص سايرها كه با برگ بو به كلي متفاوت هستند .
منبع:www.taamasrar.com

# جينكو، قديمي ترين گونه گياهي جهان

جينكو درختي است برگريز كه قديمي ترين گونه گياهي به جاي مانده در جهان مي باشد.بعضي قدمت آن را بيش از 200 ميليون سال و بعضي بيشتر مي دانند.ارتفاع اين درخت تا 37 متر و قطر آن حدود يك متر و عمرش گاهي به هزار سال مي رسد. برگهاي آن بسيار ظريف و زيبا و به شكل بادبزن هستند. برگ جينكو داراي رنگ سبز نسبتاً روشن بوده و همين رنگ به درخت زيبايي خاصي مي دهد.اين درخت داراي رشد بسيار كند و آرامي مي باشد. ميوه جينكو داراي قسمت گوشتي آبدار با بوي بد بوده و دانه اي در وسط آن است. اين دانه شبيه دانه بادام مي باشد و در بعضي از مناطق آسيا به عنوان خوراكي به فروش مي رسد.
اين درخت بومي كشور چين بوده و در ژاپن نيز گسترش دارد. كشت جينكو در سالهاي اخير در مناطق مختلفي از جهان از جمله ايران معمول گشته است. از قديم اين گياه به عنوان يكي از گياهان با اهميت چين محسوب مي شده.
اكثر محصولات استاندارد جينكو حاوي 24 درصد فلاوگلوكزيد جينكو است. مقدار مصرف آن 40 تا 80 ميلي گرم در هر بار مصرف وسه نوبت در روز است.
آزمايشهاي كلينيكي نشان داده است كه مصرف فرآورده هاي جينكو حداقل بايد 12 هفته ادامه يابد تا آثارش پديدار شود البته در مواردي پس از دو تا سه هفته تاثير آن در افراد ظاهر مي شود.
از عصاره برگ جينكو فرآورده هاي صنعتي مختلفي از جمله قرص، كپسول و قطره تهيه شده كه توصيه مي شود از اين گونه محصولات استاندارد استفاده شود نه از برگ گياه و دم كرده يا جوشانده آن.
«تركيبات شيميايي جينكو»
قسمت مورد استفاده جينكو برگهاي آن مي باشد كه تركيباتش بشدت تحت تأثير فصل برداشت آن است.بيشترين درصد مواد و تغييرات آن، مربوط به فصل پاييز مي باشد. تركيبات جينكو به شرح زير است:
فلاونوييدها، ترپنوييدها، اسيدهاي آلي و تركيبات ديگر از جمله كربوهيدرات، الكلها، كربورهاي خطي و كتونهاي دانه كه داراي 38 درصد كربوهيدرات، 4 درصد پروتئين، 2 درصد چربي، آلكالوييدها، اسيدآمينه، گلوكزيدهاي سيانوژنيك و فنلهاست.
«خواص غذايي-دارويي جينكو»
*تحريك گردش خون مغزي:نارسايي گردش خون در مغز مي تواند باعث دلهره، استرس، كمي حافظه، مشكلات شنوايي و كاهش تمركز شود كه

اين موارد مي توانند با جينكو تخفيف يافته و يا درمان شوند. به طوري كه مصرف عصاره جينكو در 70 درصد از بيماران باعث افزايش جريان خون مغزي شده است.
*مصرف عصاره جينكو براي كاهش استرس و دلهره مؤثر است.
*باعث تحريك گردش خون عمومي بخصوص در افراد مبتلا به آسم مي شود.
*در افزايش حافظه بسيار مؤثر است.
*در حالاتي شبيه به آلزايمر تأثير مثبت درماني دارد.
*عصاره جينكو در سلولها، بهره وري گلوكز و اكسيژن را زياد مي كند و در خنثي كردن راديكالهاي آزاد نقش مهمي دارد.
*از نظر بالابردن استقامت جدار سلولها داراي اثرات مثبت است.
*ثابت شده كه ميزان اسيدهاي چرب اشباع نشده اعصاب از ديگران اعضاي بدن بيشتر بوده و به همين دليل نيز در معرض تخريب به وسيله راديكالهاي آزاد قرار مي گيرند؛ حال علت محافظت عصبي جينكو به دليل اثرات خنثي كننده راديكالهاي آزاد روشن مي شود.
*جينكو ضد تجمع پلاكتهاست كه به علت اثر مستقيم بر روي جدار سلولها و اثر آنتي اكسيداني آن است.
*مهمترين استفاده درماني از محصولات جينكو، جلوگيري از فراموشي است؛ ولي بايد دانست كه اين دارو درمان كننده قاطع و كاملي نمي باشد. اين محصولات مي توانند سرعت رسيدن به فراموشي را كاهش داده و يا به تاخير اندازند ضمن اينكه به عنوان داروي پيشگيري نيز مصرف مي شوند.
«تذكر»
مصرف محصولات جينكو در حد دارويي داراي عوارض جانبي نبوده و يا به صورت محدود گزارش شده كه شامل حساسيتهاي پوستي، اسهال، سردرد، بي خوابي، اضطراب، تهوع و مشكلات روده و معده مي باشد. اين عوارض ماندگار نبوده و با قطع مصرف دارو برطرف مي شود.
منبع:مجله روزهاي زندگي شماره 329

# مرزه

نام علمي : Satureia hortensis
نام عمومي : Savory
نام انگليسي : Garden savory , Savory
نام عربي : Nadgh
نام فرانسوي : Sarriette
نام آلماني : Bohnenkrut
نام خانواده : Labiatae ( خانواده نعنا )

گياه شناسي :

مرزه ، گياهي است علفي ،يك ساله و داراي ساقه هاي منشعب به طول تا 30 سانتي متر ، رنگ گياه سبز كدر مي باشد كه با همين مشخصه با ديگر گونه ها متفاوت است . ساقه مرزه داراي گره هايي است كه از همين گره ها ساقه هاي ديگر منشعب مي شوند و اين ساقه ها نيزبه نوبه ي خود داراي انشعاباتي جديد مي گردند ، به همين دليل بوته گياه به صورت پرشاخه و پرپشت به نظر مي رسد .

برگ هاي گياه باريك ، دراز ، نوك تيز ، نرم و پوشيده از تارهاي كوتاه است كه مات و كدر به نظر مي رسند . برگ هاي مرزه همچنين داراي يك رگبرگ و غده هاي حاوي اسانس است . گل هاي آن نيز كوچك و به رنگ سفيد ، سفيد مايل به گلي يا گلي رنگ است كه در فصل تابستان ظاهر مي شوند . اين گل ها به صورت ضخيم و در طول ساقه قرار گرفته اند .

مرزه به دو صورت خودرو و كشت شده وجود دارد . انتشار آن در اروپا به ويژه فرانسه ، سيبري ، جنوب و غرب آسيا و از جمله ايران است . محل رويش مرزه در ايران شامل شمال غرب ، تبريز ، خوي ، ارسباران و قسمت هاي مختلفي از خراسان است . پرورش اين گياه به عنوان سبزي خوراكي بوده و استفاده خشك آن در ادويه جات در نقاط مختلف ايران رايج است .

تركيبات مهم :

مرزه تابستاني ( برگ خشك ) حاوي حدود يك درصد اسانس مي باشد كه شامل اجسامي از جمله كارواكرول ، تيمول ، بتاپي نن ، پاراسيمن ، ليمونن و كامفن است . تركيبات ديگر آن شامل ويتامين ها و مواد معدني مختلف است . تركيبات مرزه بسته به شرايط آب و هواي ناحيه رويش ممكن است متفاوت باشد .

خواص مهم :

مرزه به علت داشتن تركيبات فنلي در اسانس و تركيبات تانني در برگ ،

داراي خاصيت قارچ ، ضد ميكروب ، ضد اسپاسم و ضد اسهال مي باشد .
همچنين مرزه داراي خاصيت ضد ادرارآوري بوده و در اروپا از قديم به عنوان ضد تشنگي زياد به خصوص در افراد مبتلا به مرض قند مورد استفاده بوده است . اين اثر را به دليل وجود جسم كارواكرول در اسانس آن مي دانند .
ميزان و طريقه مصرف :
به غير از مصرف به صورت سبزي تازه ، مي توان بر روي 1/5 گرم از خشك و خرد شده آن يك استكان آب جوش ريخته و 20 دقيقه براي دم كشيدن آن صبر كرد ؛ بهتر است درب ظرف بسته باشد ، سپس صاف كرده و ميل شود .
ميزان مصرف تا 3 قاشق چايخوري گياه خشك در روز مي باشد . در بعضي از كشورها تنتور مرزه وجود دارد . مصرف تنتور آن نيم تا يك قاشق چايخوري 1 تا 3 بار در روز
مي باشد .
سميت :
مرزه براي انسان سميت ندارد . با اين حال مصرف بيش از اندازه ممكن است التهاباتي در مخاط ايجاد كند . در بعضي از حيوانات مانند موش ممكن است باعث التهاباتي شود .
مهمترين اثرات گزارش شده مرزه :
ضد درد ، ضد آرتريت ، ضد باكتري ، ضد سرطان ، ضد ترشح ادرار ، ضد ويروس تبخال ، ضد التهاب ، ضد كرم ، ضد اكسيدان ، ضد عفوني كننده ، ضد قارچ ، ضد اسپاسم ، معرق ، هضم كننده غذا ، ادرار آور ، خلط آور ، مسهل ، مسكن ، محرك و مقوي معده .
نكات قابل توجه :
1 ـ مرزه به صورت هاي تازه ، خشك و مخلوط در ادويه جات ، داراي مصرف بالايي در جهان است .
2 ـ خواص مرزه خشك و يا در ادويه جات ، مشابه نوع تازه آن است و در غذاهاي پختني و بر اثر حرارت مقدار كمي از اسانس آن كاسته مي شود ؛ از اين رو تا حد زيادي خواص ذكر شده را همچنان در خود نگه دارد .
3 ـ به خاطر وجود اجسام فنلي از جمله تيمول و كارواكرول در اسانس آن ، مصرف مقدار زياد آن توصيه نمي شود ؛ چرا كه ممكن است باعث التهابات جداره ي روده و معده گردد .
منبع:دنياي تغذيه شماره ي 87

مويزك

فارسي من مويزك و معرب آن مويزج است . اعراب به من زبيب الجبل ، يعني كشمكش كوهي گويند و در بعضي از كتب زبيب بري ذكر شده است . من از اقوام نزديك زبان پس قفا هستم . كوليها معمولا گرد كوبيده دانه هاي مرا به عنوان دواي ضد شپش به عوام مي فروشند، ولي چون بارها استعمال آن ايجاد تحريكات در پوست سر شده است ، نبايستي آن را به كار برد. دانه هاي من ضد عفوني كننده و مسقط جنين است و به كار بردن آن بدون تجويز پزشك خطرناك ميباشد. چون يك دانه مرا در پنبه پيچيده كمي تر كرده آن را بكوبند تا شكسته شده ، و بعد در سوراخ دندان كرم خورده بگذارند، درد آن را ساكت مي كند.

# اصول كلي در استفاده از گياهان دارويي

## اندازه ها و مقادير

از آنجائيكه ممكن است در هنگام تهيه داروهاي گياهي ترازوي مناسب در دسترس نباشد مي‌توان از وسايل زير بعنوان واحد وزن استفاده نمود كه تقريباً برابر با اوزان مورد نظر مي‌باشد.

0/25 گرم = يك چهارم قاشق مرباخوري

5/0 گرم = نيم قاشق مرباخوري گرم = يك قاشق مرباخوري

2 گرم = يك قاشق مرباخوري سرپر

3 گرم = يك قاشق غذاخوري پر 4 گرم = يك قاشق غذاخوري لب‌پر

5 گرم = يك قاشق غذاخوري سرپر

1فنجان = در حدود ليتر آب و حدود 200 ميلي‌ليتر مقدار مصرف يك بار = يك فنجان متذكر مي‌گردد كه در مورد اوزان كمتر از 0/25 گرم حتماً مي‌بايستي از ترازوهاي دقيق استفاده گردد و در مواردي كه تنطورها و يا عصاره‌هاي خاصي مورد نظر باشد بايستي داروهاي مورد نظر را از داروخانه تهيه نمود.

## تاريخچه استفاده از گياهان دارويي

استفاده از گياهان دارويي به منظور درمان با تاريخ زندگي انسان هم زمان بوده است. انسان در تمام دوران تاريخي چاره اي جز توسل به گياهان نداشت. اگر چه در نيم قرن گذشته استفاده از داروهاي شيميايي و سنتزي به شدت رواج يافت ولي به سرعت آثار زيان بار آنها بر زندگي آنها سبب گرايش مجدد به گياهان دارويي گرديد، و اين نكته كه توسل به گياهان دارويي همواره در طول تاريخ يكي از روشهاي موثر درمان بوده است، به خوبي روشن است. تاريخ طب در كشور ما مربوط به دوره آريايي مي باشد و اوستا (???? ق.م) اولين كتابي است كه از گياهان دارويي سخن گفته است. به نقل از اوستا اولين پزشك ايراني تريته پدر گرشاسب پهلوان بوده است كه از كاربرد گياهان دارويي و عصاره آنها اطلاع داشته و مقام او در طب نظير مقام ايمهوتپ (???? ق.م) در مصر باستان، انقلبيوس در يونان و آسكولانيوس در روم(سه رب النوع درمان) بوده است. قديمي ترين گياه دارويي در طول تاريخ " هوم" گياه مقدس آيين زرتشت بوده است. در كتابهاي پهلوي هوم را سرور همه گياهان و استفاده از آن را باعث عمر جاويدان مي داند. تاريخ استفاده دارويي از پياز و ادويه به ???? ق.م و به نقل از هردوت استفاده از گياهان دارويي ميرح (Commiphora)، كاسيا (Cinnamomu) سيناموم (Cinnamimum) آنيز (Pinpimella anisum) مارجورام (Oroganum Zylanica) (margorana در مومياييي كردن اجساد به ???? ق.م مي رسد. قديمي ترين كتاب چيني منسوب به شينون (???? ق.م) ???? گونه دارويي را شرح داده، ماردوكاپاليدين (??? ق.م) ?? گونه دارويي را كشت نموده است، در الواح سومري چگونگي كشت گياهان را شرح داده، بقراط (??? ق.م) كاربرد دارويي ??? گونه دارويي را شرح داده است. ظهور دانشمنداني نظير سقراط، ديوسكوريد، رازي، هروي، ابن سينا، ابوريحان بيروني، جرجاني، خاندان بختيشوع سبب گسترش اين علم در جهان گرديدند

گياهان دارويي رستنيهايي با تاريخچه جالب توجه و ممتاز هستند. علاوه بر قدمت، گستره نفوذ اين گياهان در تاريخ اديان و ملتها بسيار شايان توجه است بطوريكه در جاي جاي حوادث مهم تاريخي، سياسي، اجتماعي و ديني، اين گياهان قرين توجه بوده و يا منجر به بروز حوادث مهمي شده اند. در بوندهشن (دايرةالمعارف زرتشتيها) به اسامي فرشتگان اداره كننده روزهاي يك ماه اشاره شده كه با نام گياهان دارويي انطباق دارد، زعفران و نسترن از آن جمله اند. در سوره دهر، آيات پنجم و ششم مي

خوانيم "نيكوكاران عالم در بهشت شرابي نوشند كه طبعش در لطف رنگ وبوي كافور است. در تاريخ اسلام، نام يهود بني قريظه با حوادث مهم صدر اسلام قرين است. در زبان عربي يكي از نامهاي درخت اقاقيا، قريظه است. بني قريظه نام طايفه اي از يهود بوده كه در ابتدا به شغل دباغي اشتغال داشته اند و از اين گياه در فرآوري پوست استفاده مي كرده اند. امروزه مي دانيم كه تاننها گروهي از مواد موثره هستند كه در رسوب پروتيين نقش دارند و اين اثر باعث خاصيت ميكروب كشي، ضد خونريزي و انقباض بافتهاي مختلف مي شود. بنا براين براي رسوب دادن پروتيين پوست، در دباغي مورد استفاده قرار مي گرفته است. از ديگر گياهان دارويي سس است كه در زبان عطاران و منابع طب سنتي به افتيمون معروف است كه نام اخيراز صفت گونه اي در نام علمي آن گرفته شده است. از خواص درماني اين گياه در درمان بيماريهاي دماغي استفاده مي شود. علاوه بر منابع طبي در متون ادبي هم از اين گياه نام برده شده است. با جستجو و دقت درمنابع ديني، تاريخي و ادبي، اسامي گياهان دارويي، وجوه تسميه و حوادث مرتبط با اين گياهان به وفور به چشم مي خورد. بنابر اين در كنار توجه فزاينده اي كه به خواص درماني اين گياهان مي شود لازم است جهت آشنايي بيشتر نسل جوان با اين وجوه تسميه بررسيهاي جامع تري انجام گيرد و حلقه هاي مجزاي دانش بشري مربوط به گياهان دارويي انسجام و اتصال بيشتري پيدا نمايد

مهندسي ژنتيك در گياهان دارويي

گياهان منبع مهمي از دارو در طي هزارن سال مي باشند. حتي امروزه، مركز سلامت جهاني تخمين زده است كه بالاتر از ??درصد از مردم هنوز بر روي درمانهاي سنتي مثل استفاده از علف ها تكيه دارند. گياهان دارويي منابع خيلي مهمي از داروهاي حفاظت كننده ي زندگي براي اكثريت جمعيت جهان مي باشد. روش هاي بر پايه ي بيوتكنولوژي براي انتخاب, دستورزي و حفظ ژنوتيپ هاي بحراني گياهان دارويي مهم مي باشد. باززايي درون شيشه اي, پتانسيل خيلي قوي را براي توليد گياهان با كيفيت بالا از لحاظ دارويي دارا مي باشد. حفاظت سرمايي يك روش حفاظت در مدت زمان طولاني, در نيتروژن مايع است و فرصتي را براي حفظ گياهان دارويي در معرض خطر مهيا مي كند. توليد درون شيشه اي متابوليت هاي ثانويه با كشت سوسپانسيون سلولي گياه در گياهان دارويي مختلف گزارش شده است. بيوراكتورها يك قدم كليدي در توليد تجاري متابوليت هاي ثانويه به وسيله ي بيوتكنولوژي هستند. انتقال ژنتيكي (انتقال ژن) ممكن است يك راه قوي براي افزايش توليد متابوليت هاي ثانويه ي جديد مي باشد. بخصوص به وسيله ي اگروباكتريوم ريزوژينس كه باعث القاي ريشه هاي مويين مي گردد. روشهاي اصلاحي در گياهان دارويي بطور كلي

به دو دسته سنتي (انتخاب توده اي، دورگ گيري و زراعت متابوليتي) و مدرن (تغيير در ساختار ژنتيكي) طبقه بندي مي شوند. استفاده از مهندسي ژنتيك متابوليتهاي ثانويه شامل ايجاد جهش، انتقال ژن (استفاده از باكتري اگروباكتريوم و تفنگ ژني)، دستكاري تنظيم كننده هاي نسخه برداري ژنها و كشتهاي درون شيشه اي مي باشد كه نتيجه اين تكنيكها، ايجاد گياهي ترانس ژنتيك (تراريخته) و پديده زراعت مولكولي گياهان دارويي خواهد بود

جهش، فرآيندي است قابل توارث كه موجب تغيير دايم مجموع توارثي سلول شده و نهايتا موجودي زنده با ويژگيهاي جديد ژنتيكي را بوجود ميآورد كه به موجود جديد موتان گويند. يكي از عوامل اصلي تكامل در گياهان جهش يا موتاسيون است. همراه با دورگگيري و بيوتكنولوژي، جهش با ايجاد تنوع مواد اوليه براي گزينش را فراهم ميآورد. از جهش در اصلاح نباتات استفاده زيادي شده است و تعداد زيادي واريته جديد از اين طريق اصلاح يافتهاند. به عنوان مثال تا سال ???? تعداد واريتههاي موتان معرفي شده به ??? موتان رسيد كه اين تعداد در حال حاضر چند برابر شده است. براي ايجاد جهش ميتوان از جهشزاهاي فيزيكي مثل پرتوهاي گاما و ايكس و جهشزاهاي شيميايي مثل اتيل متان سولفونات، دي متيل سولفات و غيره استفاده كرد. در سازمان انرژي اتمي ايران تسهيلات استفاده از اشعه گاما براي اهداف اصلاح نباتات فراهم است. اصلاح گياهان دارويي در ايران در آغاز راه است. با استفاده از تكنيكهاي بهنژادي مثل جهش مصنوعي امكان اصلاح گياهان دارويي با عملكرد و ماده موثره بالا عملي است. سرعت اصلاح در اين روش به ويژه براي گياهاني كه با بذر تكثير مييابند بيشتر خواهد بود.

گياهان زينتي

گياهان زينتي بخشي از كل گياهان موجود در دنيا هستند كه بر اساس سليقه انسان و دارا بودن خصوصيات ويژه اي از جمله رنگ، شكل اندازه گل، برگ و ساقه جزء گروه گياهان زينتي قرار داده شده اند. يك گياه را نمي توان به يك گروه خاصي از گياهان محدود و منحصر نمود. با توجه به اين امر مشاهده مي شود كه روز به روز تعدادي از گياهان، از يك گروه به گروه ديگري وارد مي شوند و بر تعداد گياهان مشترك در بين گروه هاي مختلف افزوده مي شود. با افزايش شناخت جنبه هاي مخاطره آميز و مسموميت زا در ارتباط با مصرف بي رويه مصرف داروهاي سنتزي، علاقه به استفاده داروهاي گياهي در تمام دنيا رواج پيدا كرده است. بسياري از گياهان زينتي كه هم اكنون در فضاهاي شهري مورد استفاده قرار مي گيرند، داراي ارزش دارويي مي باشند كه با شناخت اين گياهان زينتي چند منظوره و استخراج مواد موثره آنها از اين گياهان حداكثر استفاده مي

گردد. هم اكنون بالغ از ?????? گونه گياه زينتي وجود دارد كه بيش از ????? گونه به عنوان گياهان دارويي شناخته مي شوند.. از نمونه هاي بارز گياهان مورد نظر مي توان به موارد زير اشاره نمود: زنبق(ريزوم)، گل حسرت(پياز)، سرخس(ريشه) سنبل الطيب(ريشه)، گل صابوني(برگ و ريشه)، عروسك پشت پرده(ميوه)، شاهپسند(برگ)، گل انگشت دانه(برگ)، گل سرخ(ميوه)، هميشه بهار(گل و برگ)، گل برف يا موگه(گل، برگ و ساقه هاي زير زميني)، بنفشه معطر و سه رنگ(تمام قسمتهاي گياه)، شب بوي خيري(برگ، دانه و گل)، گل صد تومانی(ريشه)، لادن(برگ،گل و شيره گياه تازه)، گل ساعت (ريشه، برگ و گل)، سرخار گل(ريه)، مخلصه (سرشاخه هاي گلدار)، گل مغربي (دانه و گل و اعضاي هوايي)، گل محمدي (گلبرگ)، تاج الملوك (دانه وگل)، اسطوخدوس(سرشاخه هاي گلدار و برگدار)، رزماري (برگ و سرشاخه هاي گلدار)، صبر زرد (برگ).لازم به ذكر است كه اين قسمتهاي گياهي در درمان اغلب بيماريهاي كليوي، جلدي،روده اي، تنفسي، قلب و عروق، التيام زخمها و سوختگيها، مواد آرايشي، تسكين اعصاب نقش ايفا مي كنند. اطلاع رساني و ترويج كشت و كار، حمايت صنعت طب سنتي و انجام تحقيقات در جهت افزايش مواد موثره قدم بلندي در استفاده از گياهان دارويي بوده و باعث مي شود، كشاورزان با اطمينان و رضايت خاطر بيشتري به كشت و كار گياهان مورد نظر بپردازند

گلسنگها

گلسنگها تنها گياهان موجود در تبلور گياهي جهان هستند كه آنها را درهيچ يك از رد ه هاي گياهي نمي توان طبقه بندي كرد. گلسنگها از يك بخش قارچي( جذب كننده مواد معدني) و يك بخش توليد كننده غذا (از راه فتوسنتز)، تشكيل مي شوند. روابط بيولوژيكي ايجاد شده در گلسنگها (همزيستي) تكامل بسيار موفقي را در تركيب قارچها و بخش همزيست فتوسنتز كننده آن ايجاد كرده كه در نهايت باعث بوجود آمدن نزديك به ????? گونه از گلسنگها در جهان شده است. گلسنگها در حاصلخيزي خاك، و رشد گياهان روي آن، ايجاد خاك از سطح صخره سنگهاي لخت يا قلوه سنگها تاثير داشته و از طرفي به عنوان منبع غذايي، مصالح لانه سازي، پناهگاه براي حيوانات ، پرندگان و ساير مهره داران مورد استفاده قرار مي گيرند انسان از گلسنگها به عنوان غذا و وسايل تزييني، صنايع رنگرزي به عنوان دارو، سم، و فيبر و الياف استفاده مي كنند. همچنين گلسنگها در تهيه عطر، ادكلن و تهيه آنتي بيوتيك مورد استفاده قرار مي گيرند.با آن كه گلسنگ ها از شگفت انگيز ترين و متداول ترين موجودات روي زمين هستند و صرف نظراز پوشش روي درختان، هشت در صد از سطح كره خاكي را اشغال مي كنند، به نقش مهم اكولوژيكي آنها توجه نمي شود.

گلسنگ ها به دليل زندگي چند موجود زنده در كنار يكديگر بيش از گياهان و جانوران كه بصورت انفرادي زندگي مي كنند داراي زيبايي مي باشند. هر تال گلسنگ نتيجة همزيستي دراز مدت قارچ با جلبك سبز، سبز-آبي و يا تركيبي از آنها مي باشد. گلسنگ ها علاوه بر نقشي كه به طور طبيعي در تشكيل خاك، تداوم شبكة غذايي، تاثير در تراكم پوشش گياهي و كنترل جمعيت نرم تنان دارند، به لحاظ داشتن انواع هيدرات كربن، پروتيين، آنيوتيك و ساير متابوليت هاي ثانويه، از زمان نخستين تمدن چيني و مصري تا به امروز، مصارف خوراكي و دارويي نيز دارند. از ميان ????? گونه گلسنگ شناخته شده از سراسر دنيا، خواص دارويي تعداد محدودي از آن ها شناسايي شده است. بررسي مجموعه انتشارات گلسنگ هاي ايران (????-????) نشان داد كه تاكنون Esculenta Everson Lecanora ساكن زمين هاي نيمه بياباني استپ هاي ناحيه ايرانو-توراني، Peltigera canina (L.) Willd. و Xanthoria parietina از ايران گزارش شده اند، كه به ترتيب داراي مصرف خوراكي، درمان هاري و يرقان مي باشند گلسنگها در طب سنتي به عنوان ضد سرفه، ضد بيماريهاي ششي مورد استفاده قرار مي گيرند. كاربردهاي داروسازي مواد گلسنگي توسط دانشمندي بنام Zopf در سال ???? دركتاب Zopf’s monography مورد استفاده قرار گرفته است.(????). Subramanian داروهايي از گلسنگها را گزارش كرده است. (????) Hanssan و (????)، Schadler Richardsoon و (????) Schindler در باره خواص دارويي گلسنگها اطلاعاتي ارايه كرده اند. مطابق آخرين تحقيقات صورت گرفته روي كاربرد هاي بيولوژيكي گلسنگها و مواد گلسنگي كارهاي صورت گرفته را مي توان به اشكال زير تقسيم بندي كرد. فعاليتهاي آنتي بيوتيكي، فعاليتهاي آنتي توموري و آنتي موتا ژني ،فعاليتهايي عليه ويروس ايدز، فعاليتهاي آلرژنيك ، فعاليتهاي بازدارنده رشد گياهان ، فعاليتهاي بازدارنده آنزيمي.

## تا مي توانيد ميوه و سبزي بخوريد

آيا مي دانيد چرا توصيه به خوردن ميوه و سبزي فراوان است؟ بيشتر حجم ميوه مانند بدن انسان از آب تشكيل شده است . همانطور كه 80 درصد وزن بدن ما از آب تشكيل شده 80 درصد حجم ميوه ها را نيز آب تشكيل مي دهد.
تنها ماده غذايي كه برطرف كننده تمام نيازهاي بدن مي باشد ميوه است هيچ ماده غذايي وجود ندارد كه 80 درصد آب داشته باشد مگر ميوه البته سبزيها نيز حاوي مقادير زيادي آب هستند .
ميوه ها فاقد كلسترول مضر هستند.
ميوه ها برخلاف گوشت و لبنيات كه حاوي كلسترول مضر هستند از آن تهي مي باشند ؛ ميوه موجب تقويت حافظه مي شود . لازم به ذكر است كه ميوه سوخت اساسي مغز است و تاثير مثبتي بر روي مغز مي گذارد ، اگر ميزان مصرف ميوه بالا باشد مغز مي تواند اطلاعات را سريع تر و آسان تر بازخواني كند. رژيم غذايي كه فيبر در آن وجود داشته باشد ضد چاقي ، فشار خون بالا و عوامل ديگري است كه احتمال ابتلا به بيماريهاي قلبي را افزايش مي دهد. ميزان فيبري كه هر فرد روزانه مصرف مي كند بسيار با اهميت است و ميوه تنها ماده غذايي است كه حاوي فيبرهاي سالم و طبيعي مي باشد. البته سبزيها نيز اگرچه به پاي ميوه ها نمي رسند ولي آنها هم سرشار از فيبر هستند. توصيه مي شود كه با خوردن ميوه و سبزي روزانه 30 - 25 گرم فيبر به بدنتان برسانيد.
مصرف ميوه احساس خوبي را در انسان به وجود مي آورد و افسردگي را برطرف مي نمايد. خوردن ميزان زياد ميوه تاثير بسزايي در سلامت انسان دارد ، حتي خورد آب ميوه نيز تاثيريرات فراواني را در بر دارد.
البته بايد صبور باشيد چرا كه تفريبا" 20 روز وقت لازم است تا متوجه تاثير آن شويد.
شايان ذكر است كه آب ميوه را بايد 20 دقيقه قبل از مصرف هر وعده غذايي بنوشيد. با اين روش غلياني در معده به وجود نمي آيد و مواد تغذيه اي ميوه ، به شكل موثري توسط خون جذب مي شود.

# تغذيه و درمان با سبزي هاي صحرايي

نويسنده:دكتر معصومه رفيقي مرند
گياهاني كه طبيعت باسخاوت دراختيار موجودات زنده قرار مي دهد، آنقدر متنوع و گوناگون است كه براي شناسايي بايد آن ها را برحسب كاربرد و ويژگي هاي فصلي و اقليمي به دسته ها و گونه هاي مختلف دسته بندي كرد.بهار فصل رشد و رويش گياهاني است كه بيشترين كاربرد را از نظر دارويي و غذايي در طب سنتي و غذاهاي محلي و سنتي داراست.در ميان گياهاني كه در بهار مي رويند و رشد مي كنند، سبزي هاي صحرايي به لحاظ ويژگي هاي خاص خود در درمان هاي خانگي و آشپزخانه ممتاز هستند.
برخي از سبزي هاي صحرايي در غذاهايي مانند: آش، كوكو، پلو، كوفته و سالاد مورداستفاده قرار مي گيرند و بخشي از آن ها به عنوان درمان دارويي، تقويت كننده، آرام بخش و در مصارف بهداشتي و آرايشي كاربرد دارند.سبزيجات صحرايي طيف گسترده اي از گياهان هستند كه در مناطق مختلف و با نام هاي متفاوت شناخته و مورداستفاده قرار مي گيرند و بومي منطقه خودند. اما گروهي از آن ها كه در بيشتر مناطق وجود و در مصارف غذايي عموميت بيشتري دارند، عبارتند از:
- بابونه
- پونه و پونه كوهي
- شاهي آبي يا علف چشمه (بولاق اوتي)
- چاي كوهي (توكليجه) يا سبزي كوفته
- شنگ
- غازاياقي
- سوسنبر (نعناي فلفلي)
- تره بياباني
- مرزه كوهي
- والك

و به جز اين ها
سبزي هاي صحرايي آشپزخانه ها
اين روزها در اغلب شهرهاي بزرگ و كوچك در فروشگاه ها محصولات سبز و در كنار سبزيجات فرنگي، گونه هاي مختلف سبزي هاي صحرايي را مي بينيم كه يا بومي همان ديار هستند يا به علت استقبال در مصارف آشپزي از نقاط ديگر تهيه و عرضه مي شوند.
بابونه

بابونه طلايه دار سبزي هاي صحرايي است، زيرا در اواخر اسفند و در آستانه بهار به بازار مي آيد.بابونه گياهي است كه گل هايي به رنگ هاي زرد، سفيد و گاه ارغواني دارد و بيشتر در زمين هاي خشن و شني و نزديك به كناره هاي زمين مي رويد. اين گياه سالان زي است و حدود ?? تا ?? سانتي متر قد دارد و يكي از گياهان كلاسيك در مجموعه گياهان طبي است. بابونه گلي است پايا كه تا اواخر تابستان نيز يافت مي شود.بابونه براي مصارف غذايي از اواخر اسفند تا ماه هاي فروردين و ارديبهشت كه گياه تر و تازه و ترد است و ساقه هاي آن چوبي نشده (ساقه ها و برگ ها در اين زمان نرم و لطيف و براق همانند گشنيزند، استفاده مي شود.)
اما براي مصارف طبي، آن را ماه هاي خرداد و تير كه نخستين مرحله گل دادن گياه است (البته در اقليم هاي مختلف به نسبت سرما و گرماي منطقه اي كمي فرق مي كند) برداشت مي كنند. بابونه انواع مختلفي دارد كه نوع معمولي آن «كاموميلا» و نوع ديگر آن بابونه گاوي نام دارد كه به صورت گرد ضدحشره مورد استفاده قرار مي گيرد.
اثر شفابخش بابونه
اين گياه يكي از مؤثرترين داروها در تركيبات گياهان دارويي براي درمان آلرژي و آسم ناشي از آلرژي است و براي دل درد، نفخ شكم و سيستم گوارشي، دردهاي عادت ماهانه، سردردهاي عصبي و ميگرني، گوليت ها، فشردگي عصبي و تب هاي متناوب مفيد است.طب سنتي را اعتقاد بر اين است كه بابونه داراي طبيعتي گرم و خشك است و داراي ماده ضد حساسيت طبيعي بوده، در نوسازي گلبول هاي سفيد خون نقش دارد.اين گياه مقوي، مدر، مسكن، معرق و ضدعفوني كننده شناخته شده است.
به دليل مدر بودن، بابونه در درمان هاي كليوي مانند ورم كليه، سنگ كليه و سخت ادراري كاربرد دارد.بابونه دوست كبد است و از اين رو، به علت صفرا آوري اش براي سوءهاضمه و ترشي معده، چاي آن را توصيه مي كنند.بابونه مزاج را تعادل مي بخشد (با دفع صفرا، سودا و بلغم)، خون را صاف مي كند و انسداد (گرفتگي) مجاري طحال را برطرف مي سازد.
در طب سنتي، بابونه به شكل هاي مختلف مصارف گوناگون دارد.جوشانده آن در درمان ناراحتي هاي دستگاه تنفسي - گوارشي، كليوي، زنان، رفع چاقي، تقويت حافظه و غيره كاربرد دارد.روغن بابونه مسكن خوبي براي نقرس و رماتيسم (به صورت مالشي) است و براي سنگيني گوش (چكاندن چند قطره) در طب سنتي توصيه شده است.بخور بابونه علاوه بر ضدعفوني كردن محيط، براي رفع گوش درد (ناشي از ورود آب به داخل گوش) و براي زيبايي پوست (منافذ پوست را جمع مي كند به صورت خيسانده و تونيك نيز براي مصارف پوستي) كاربرد دارد. همچنين آن را به صورت پودر مي توان به عنوان ادويه ضدنفخ در غذا استفاده كرد.در

مصارف آرايشي از لوسيون هاي بابونه براي زيبايي و تقويت پوست و مو استفاده مي شود و شايع است كه بابونه رنگ مو را روشن مي سازد. چاي بابونه ضدنفخ و ضد تشنج، تب بر و عرق آور است. در شست شوي چشم ها با چاي بابونه، خستگي و قرمزي چشم ها برطرف مي گردد.بابونه داروي خوبي براي عفونت هاي ويژه زنان است.بابونه داراي خواص درماني بي شماري است كه در اين مختصر نمي گنجد. اما افراط و تفريط در هر چيزي ممكن است باعث دردسر شود كه بابونه نيز از اين قاعده مستثنا نيست.

مضرات بابونه

استفاده از اين گياه باارزش دارويي در موارد ويژه اي منع شده است كه عبارت اند از:

- پروستات
- زنان حامله
- فشارخون
- قلب (زياده روي در مصرف بابونه)
- فلج عضلات (زياده روي در مصرف بابونه)
- زياد كننده عرق براي كساني كه زياد عرق مي كنند (مصرف گل بابونه)
- و ناسازگاري با مصرف همزمان با گردو، پسته و موارد داراي تانن (مانند چاي)

مصارف غذايي بابونه

در گذشته هاي نه چندان دور، از اين سبزي معطر در بسياري ازغذاهاي سنتي استفاده مي شده است؛ ازجمله بابونه در تركيب سبزي هاي كوكو و پلو نقش اساسي را به عهده داشته است. در هفته آخر اسفندماه كه اين گياه باارزش به بازار مي آمد، همگان براي تهيه آن و استفاده از آن در سبزي پلو و كوكوي سبزي شب عيد در تكاپو بودند.اين شايد به دليل اثرات ضدنفخ اين سبزي گرانبها بود كه در ايام عيد براي رفع پيامدهاي پرخوري و متنوع خوري از آن استفاده مي شده است. هنوز هم مادربزرگ ها از بابونه در آش، سبزي پلو و كوكوي سبزي استفاده مي كنند.

بولاغ اوتي، شاهي آبي (علف چشمه) (Nasturtium officinale)

شاهي آبي كف پوش و فرش زمردين چشمه سارها است.اين گياه در چشمه سارهاي كوچك و نواحي مرداب ها زياد ديده مي شود. از اين رو به آن شاهي آبي نيز مي گويند.طبع شاهي آبي گرم و تر است. اين گياه داراي ويتامين هاي B، C، E، و به ويژه ويتامين B1 و املاح كلسيم، سديم، گوگرد و پني سيلين طبيعي است. مصرف اين گياه در درمان هاي خانگي (طب سنتي) بيش از همه براي ديابتي ها توصيه شده است. اين گياه علاوه بر درمان قند، در درمان ناراحتي هاي پوستي مانند اگزما و خارش نيز

كاربرد دارد. همچنين مصرف آن از ريزش مو جلوگيري مي كند و دردهاي قاعدگي و مفصلي مزمن را آرام مي سازد. بولاق اوتي داراي اثر آرام كننده در دردهاي عصبي است و در درمان بيماري هاي كليه و كبد نقش ويژه اي دارد.
اين گياه تصفيه كننده خون، مقوي معده، اشتهاآور و مدر شناخته شده است. همچنين دارويي انرژي زا و نيروبخش براي بيماران خسته و افراد ضعيف است.شاهي آبي نفخ و زخم سيستم گوارشي به ويژه روده را بهبود مي بخشد، از سكته مغزي (به دليل داشتن آسپرين طبيعي) جلوگيري مي كند و نيروي جنسي را افزايش مي دهد. همچنين از ريزش مو و شكستن ناخن جلوگيري مي كند. (به دليل داشتن كلسيم، ويتامين ها و املاح مفيد ديگر) در سرطان سينه از بولاق اوتي به عنوان داروي كمكي و پيشگيري كننده ياد شده است. اين گياه در ناراحتي هاي سيستم تنفسي مانند آسم و سل ريوي به ويژه در درمان برونشيت كاربرد درماني دارد.مصرف اين سبزي باارزش باعث طول عمر مي شود (به دليل تقويت عمومي و پيشگيري از بيماري ها و داشتن مواد، املاح و ويتامين هاي ضروري بدن).
در طب سنتي، از شاهي آبي در درمان نقرس و راشيتيسم و رماتيسم استفاده مي شده و هم اكنون نيز گياه درمانگرها به ديده اعجاز به آن مي نگرند.اين سبزي خون را تصفيه مي كند و جلوي خونريزي اعضا را مي گيرد. اين گياه به دليل تصفيه كردن خون، كدورت پوست را برطرف كرده، باعث سرخ شدن پوست صورت مي گردد.علف چشمه به دليل مدر بودن، سنگ هاي كليه را دفع مي كند.به علاوه، دوست خوب كبد است و يرقان را درمان مي كند. همچنين تب هاي عفوني را برطرف مي سازد (همراه با عناب) و طحال را تقويت مي كند.
بخوريد و بنوشيد، اما اسراف نكنيد
زياده روي در مصرف شاهي آبي (اگرچه داراي خواص مفيد بي شماري است.) نيز همانند ساير خوراكي ها عوارض جانبي دارد.
مصرف بيش از حد شاهي آبي سبب ايجاد مضرات زير مي شود:
- بواسير
- مشكلات در زنان حامله
- افزايش سودا
- سوءمزاج
- اسپاسم مثانه و رحم
- ناراحتي حلق
- ورم پروستات (زياده روي در مصرف)
- كليه (زياده روي در مصرف)
مصارف غذايي شاهي آبي

به جز مصارف دارويي، مي توان از آب شاهي آبي به صورت (آب سبزي) به شكل ساده و يا شربت، در رژيم هاي غذايي براي ناراحتي هاي دستگاه هاضمه و چاقي استفاده كرد.چاي بولاغ اوتي اگر جايگزين يك وعده نوشيدني چاي روزانه شود، در پيش گيري و درمان بسياري از ناراحتي ها نقش داشته، به عنوان يك تونيك (تقويت كننده) باعث شادابي و رفع خستگي مي گردد.از شاهي آبي مي توان در سالاد استفاده كرد.همچنين از اين گياه مي توان به صورت تازه و خشك در آش ها (سوپ ها) و كوكوها استفاده كرد.شاهي آبي از تيره شاهي ها و تره تيزك ها است و در سبزيجات مصرفي روزانه مي توان آن را به سبزي خوردن افزود.

داروهاي گياهي را نمي توان به طور كامل جايگزين دارو

منبع:روزنامه جوان
مدير گروه فارموكوگلوزي پژوهشكده گياهان دارويي گفت: داروهاي گياهي صد درصد بدون عوارض نيستند و بايستي در مصرف آنها دقت كرد به خصوص اگر به صورت فرآورده هاي دارويي باشد حتما با دستور پزشك مصرف شود.
دكتر شمس علي رضازاده در گفت وگو در خصوص سابقه گياهان دارويي در كشور گفت: گياهان دارويي از ديرباز در كشور ما بوده و يكي از زادگاه هاي اصلي اين نوع گياهان ايران است و در كنار آن چند كشور ديگر همچون چين و يونان نيز داراي گياهان دارويي بوده اند.
وي ادامه داد: سابقه گياهان دارويي در كشور ما از سال هاي بسيار دور بوده به طوري كه مي توان از آن جمله به كتاب شفا از ابن سينا اشاره كرد كه نشان دهنده وجود اين فرهنگ در بين مردم ما است.
دكتر رضازاده تصريح كرد: با توجه به اين كه داروهاي گياهي در طولاني مدت اثر خود را نشان مي دهند و در كنار آن عوارض ديگري ندارند بنابراين در كشورهاي اروپايي و غربي مورد استقبال زيادي قرار گرفته است.
وي ضمن ابراز تاسف از نحوه پيشرفت داروهاي گياهي دركشور ايران گفت: متاسفانه در كشور ما به رغم ديرينگي اين علم، پيشرفت چنداني نداشته و گياهان دارويي به صورت غير منسجم و غير برنامه ريزي شده مورد استفاده قرار مي گيرند.
مدير گروه فارموكوگلوزي پژوهشكده گياهان دارويي ادامه داد: با توجه به اين كه در كشور ما حدود ??? تا ??? نوع فراورده گياهي وجود دارد ولي كشت گياهان دارويي پيشرفت زيادي نداشته و كار زيادي بر روي آن انجام نشده است.
دكتر رضازاده در خصوص عوارض داروهاي گياهي نسبت به داروهاي شيميايي به ايسنا گفت: عوارض داروهاي گياهي نسبت به داروهاي شيميايي كمتر است ولي مطلق نيست و تمام داروهاي گياهي بي ضرر نيستند ولي عوارض آن به راحتي توسط بيمار قابل كنترل است. وي ادامه داد: با توجه به شرايط موجود نمي توان داروهاي گياهي را در تمام موارد جايگزين داروهاي شيميايي كرد ولي مي توان به عنوان طب مكمل و همراه ساير داروهاي شيميايي استفاده كرد و به اين ترتيب بخشي از مصرف داروهاي شيميايي را كم كرد.
سيستمي براي عرضه صحيح و سالم گياهان دارويي در عطاري ها نداريم

دكتر رضازاده در خصوص مشكلات عطاري ها در زمينه فروش گياهان دارويي گفت: مشكلات عمده بخش عطاري ها مربوط به سيستم آموزش و برنامه ريزي كشور است كه بايستي اين مساله حل شود چون عدم آموزش باعث شده عطاري ها بدون مجوز گياهان دارويي و غير دارويي را به فروش برسانند.
وي ادامه داد: سيستمي لازم است كه گياهان دارويي به صورت منظم و طبق اصول صحيح بسته بندي و توزيع شوند و كنترل هاي لازم بر روي آنها انجام شود چون بسياري از گياهان دارويي در عطاري ها به لحاظ آلودگي هاي ميكروبي سموم كشاورزي فلزات سنگين و تاريخ مصرف و توليد استاندارد نبوده و خواص موثر خود را از دست داده اند.
عدم نظارت صحيح منجر به عدم مصرف فرآورده هاي گياهي مي شود
دكتر رضازاده افزود: وزارت بهداشت بر روي داروهاي گياهي نظارت دارد ولي در مورد عطاري ها هنوز متصدي خاصي براي نظارت وجود ندارد كه بر روي اين بخش نظارت كند.
وي ادامه داد: داروهايي كه در داروخانه ها فروخته مي شود معتبر و قابل استفاده بوده و مردم مي توانند با خيال راحت از آنها استفاده كنند ولي گياهان دارويي كه در عطاري ها توزيع مي شود بعضا قابل اعتماد نيستند.
اين دكتراي عمومي داروسازي تصريح كرد: عدم نظارت وزارت بهداشت مي تواند باعث بدتر شدن فرهنگ مصرف فراورده هاي گياهي شده و مردم را نسبت به استفاده از اين داروها بدبين كند.
استقبال مردم از داروهاي گياهي رو به افزايش است
دكتر رضازاده با اشاره به اين كه ميزان استقبال مردم از داروهاي گياهي در چند سال اخير افزايش يافته به ايسنا گفت: خوشبختانه طي چند سال اخير استقبال مردم از داروهاي گياهي افزايش يافته ولي در حال حاضر آمار دقيقي از ميزان مصرف مردم از داروهاي گياهي وجود ندارد چون توزيع داروهاي گياهي از طريق شبكه دارويي كشور انجام نمي شود. وي ادامه داد: طبق بررسي هاي انجام گرفته گرايش مردم به مصرف گياهان دارويي و داروهاي گياهي افزايش يافته است.

# تهديدهاي دارويي

نويسنده:دكتر فرنوش صفوي فر
منبع:روزنامه جوان
براي استفاده از داروهاي بي نياز به نسخه پزشك هيچ كدام مان احساس گناه نمي كنيم .گمان مي كنيم مي توانيم آنها را به راحتي و به تجويز خودمان مصرف كنيم. اگر خطر اين كار براي ما بزرگترها چندان قابل توجه نباشد، براي كودكان، حتما خطرناك است.
2- محققان هم هر چند وقت يك بار، در اين مورد هشدارهايي مي دهند. 3هفته قبل، پانلي متشكل از متخصصان كودكان و داروسازان و كارشناسان بهداشتي تشكيل شد كه در آن همه شركت كنندگان، به اتفاق، درباره مصرف اين گونه داروها، كه اكثرا شامل داروهاي ضدسرماخوردگي كودكان هستند، هشدار دادند.
محققان شركت كننده در اين پانل، از سازمان غذا و داروي امريكا خواسته اند مجوز مصرف اين داروها را براي كودكان زير 2 سال لغو كند. به گفته يكي از اين متخصصان، كه اپيدميولوژيستي از دانشگاه پنسيلوانياست، اطلاعات موجود نشان مي دهد اين داروها چندان فايده اي در بهبود علائم كودكان نداشته و مصرف آنها هيچ توجيه منطقي ندارد. علاوه بر بي تاثير بودن اين داروها، اكثر متخصصان يك نگراني ديگر هم دارند و آن هم در مورد عوارض جانبي آنهاست. آنها مي گويند نه تنها داروها تاثير مثبتي در درمان سرماخوردگي هاي اكثرا ويروسي كودكان ندارند، بلكه به دليل حساس بودن كودكان در اين سن، احتمال بروز عوارض گوناگون در آنها بيشتر است.
بيشتر كارشناسان در مورد ? تركيب موجود در اين داروها هشدار مي دهند: ضداحتقان ها (دكونژستان ها)، ضدحساسيت ها (آنتي هيستامين ها) و ضدسرفه ها. به گفته اين محققان، اين خطر براي كودكان زير 2 سال، بسيار حياتي تر است و خانواده ها بايد از دادن هر دارويي به كودكان در اين سن، بدون تجويز پزشك خودداري كنند.
عوارض مختلفي براي اين داروها ذكر شده كه همان طور كه اشاره شد، براي كودكان كم سن و سال، جدي تر است. به عنوان مثال در مورد آنتي هيستامين ها عوارضي مانند تحريك پذيري و تشنج در كودكان، افت فشار خون به صورت وضعيتي و واكنش هاي حساسيتي اشاره شده است. البته اكثر داروهايي كه براي درمان علامتي سرماخوردگي در بازار موجودند، تركيبي از چندين ماده شيميايي، با خواص و عوارض گوناگون اند. اين موضوع در مورد ضدسرفه ها از همه بيشتر صدق مي كند.

برخي از اين داروها، مانند دكسترومتورفان، از دسته مرفين هستند و بنابراين عوارضي همچون خواب آلودگي مفرط، كاهش سطح هوشياري، سركوب مركز مغزي تنفس، كاهش ضربان قلب و مانند آن را دارند و به همين علت مصرف آنها در كودكان ممنوع است.
اكسپكتورانت، تركيب ديگري است كه در اكثر شربت هاي ضدسرفه وجود دارد و به نظر مي رسد عوارض چنداني نداشته باشد، اما داروشناسان اعتقاد چنداني به مفيد بودن آن ندارند. نكته ديگر در مورد اين داروها آن است كه بسياري از آنها حاوي مواد مخفي هستند يعني موادي كه براي طعم مناسب يا بالا بردن اثر دارويي، از سوي هر كارخانه داروسازي، ممكن است به آن اضافه شود. اين مواد اضافي هم عوارض خاص خود را دارند. به عنوان مثال، در برخي از داروهاي ضدسرماخوردگي، ممكن است علاوه بر تركيبات معمول، از آسپيرين هم استفاده شود دارويي كه استفاده از آن در بيماري هاي ويروسي كودكان بسيار خطرناك است.
راه كارهاي عملي
يكي از كارشناسان سازمان غذا و داروي امريكا در باره اين اظهارنظر محققان مي گويد: اين سازمان درصورت اعمال نظر اين محققان، احتمالا در مورد نوع برچسب اين داروها تجديدنظر كرده و آن را به اين صورت تغيير مي دهد: در كودكان زير ? سال استفاده نشود. يكي از متخصصان اطفال شركت كننده در اين پانل علمي، در اين باره مي گويد: حذف كامل داروهاي ضدسرماخوردگي كودكان هم شايد چندان به صلاح نباشد به خصوص قبل از آموزش درست و پايه اي والدين. چرا كه ممكن است در نبود داروهاي ويژه كودكان، آنها از داروهاي ضدسرماخوردگي بزرگسالان براي فرزندان خردسال شان استفاده كنند كه اين به مراتب خطرناك تر است.
كارشناسان تخمين مي زنند هر كودك سالم، سالانه بين 5تا8 بار به سرماخوردگي مبتلا مي شود كه به اين ترتيب داروهاي ضدسرماخوردگي اطفال، سالي 3/8 ميليارد بار براي آنها استفاده مي شود. بازار خوب اين داروها، بحث در مورد مزايا و زيان هاي استفاده از آنها را با چالشي جدي در سراسر جهان مواجه مي كند. البته بحث در مورد چند و چون عرضه داروهاي بي نياز از تجويز نسخه، به خصوص براي كودكان، از چندي قبل شروع شده و هنوز هم ادامه دارد به ويژه كه كارشناسان دارويي عقيده دارند تحقيقات درباره عوارض اين داروها، با اين تصور غلط كه اين داروها هيچ گونه عوارضي ندارند، از سال ها و دهه هاي قبل، متوقف شده بود. اما توصيه محققان در اين پانل، به والدين اين است كه مصرف اين داروها را در كودكان زير 6 سال، و به ويژه زير 2 سال خود، حتي الامكان محدود كنند و سعي كنند با درمان هاي حمايتي، مانند استفاده از بخور، مصرف

مايعات بيشتر و تغذيه بهتر، به درمان طبيعي كودك شان كمك كنند و درصورت احساس نياز به مصرف دارو، حتما با پزشك مشورت كنند.
نكته هاي كاربردي
با زير سوال رفتن كارآيي و فايده داروهاي ضدسرماخوردگي براي كودكان، در مطالعات اخير، براي اكثر والدين اين اشكال به وجود مي آيد كه براي كودك سرماخورده مان، كه ناراحتي و دردش را آشكارا حس مي كنيم، چه كاري مي توانيم انجام بدهيم ]چطور سرماخوردگي را درمان كنيم. انجمن متخصصان كودكان امريكا در اين باره توصيه هايي دارد كه درواقع همان درمان هاي خانگي قديمي است كه به نظر مي رسد علم تجربي امروز هم فايده آنها را تاييد كرده است:
مايعات زياد به كودك بخورانيد. مايعات در هر سني به بهبود سريع تر سرماخوردگي كمك مي كند. سوپ جو هم يك توصيه قديمي است كه البته كارآيي اختصاصي آن مشخص نشده، اما مي تواند يك دستور غذايي خوب براي كودك بي اشتهاي شما باشد. راه بيني كودك را تميز نگاه داريد. قطره هاي شستشوي نمكي براي رقيق كردن ترشحات بيني و مجاري تنفسي مفيد است. از بخور سرد براي بالا بردن رطوبت هواي اتاق كودك استفاده كنيد. با مشورت پزشك و با توجه به محدوديت سني درج شده روي برچسب دارو، مي توانيد از كرم هاي موضعي، براي كم كردن ناراحتي سينه كودك استفاده كنيد. اين كرم ها حاوي منتول هستند. داروهاي مسكن، مانند استامينوفن و ايبوپروفن، مي توانند بي قراري و احساس ناراحتي و درد احتمالي را در كودك كاهش دهند. اما بهتر است با نظر پزشك و طبق دستورالعمل آن، براي كودك استفاده كنيد.

# سبزيجات و ميوه ها؛ ضامن سلامتي

نويسنده:دكتر رضا آمري نيا
امروزه در مقالات مختلف مي خوانيد كه مصرف سبزيجات و ميوه ها سبب كاهش بيماري هاي قلبي، فشار خون بالا، چاقي، ديابت و سرطان مي شود اما كمتر در مورد نحوه اثر اين مواد غذايي و اينكه به چه طريق سبب كاهش اين همه بيماري مي شوند اطلاعاتي دريافت مي كنيد. ما در اين مقاله سعي خواهيم كرد درخصوص مكانيسم اثر اين گروه از مواد غذايي كه اصطلاحاً غذاهاي پرفيبر خوانده مي شوند مطالبي را حضورتان ارائه دهيم.سبزيجات و ميوه ها با توجه به تركيب پرفيبري كه دارند، ساير مواد غذايي خورده شده را احاطه كرده و با كم كردن اثر آنزيم هاي گوارشي از جذب سريع مواد غذايي جلوگيري مي كنند. در بدن انسان پديده اي به نام توفان انسولين وجود دارد. در اين حالت مصرف بيش از حد مواد قندي سبب افزايش ناگهاني هورمون انسولين كه وظيفه پائين آوردن قند خون را دارد، شده و در حقيقت قند مصرف شده بلافاصله سوخته شده و سريعاً سطح خوني قند پائين مي آيد. بالا بودن سطح انسولين خون در دراز مدت سبب حالتي به نام مقاومت به انسولين مي شود و اين همان چيزي است كه در بيماران ديابتي چاق وجود دارد. اين وضعيت در صورت مصرف مواد غذايي پرفيبر همراه با قند ديده نمي شود چرا كه سبزيجات و ميوه ها اولاً با احاطه مواد غذايي جلوي اثر آنزيم هاي گوارش را گرفته و قند موجود در مواد غذايي به آهستگي هضم و جذب مي شود و ثانياً با توجه به اينكه قند ميوه ها از نوع مركب است نسبت به قند هاي ساده ديرتر هضم و جذب شده و در نهايت جلوي احساس زود هنگام سيري گرفته مي شود.سبزيجات و ميوه ها حاوي ويتامين هاي A و C هستند. سبزيجات برگي و ساير انواع سبزيجات مثل گوجه فرنگي، فلفل دلمه اي و ميوه هاي گروه مركبات و توت حاوي ويتامين C هستند و همچنين گروه ديگري از سبزيجات و ميوه ها چون اسفناج، هويج، گوجه فرنگي، طالبي، زرد آلو، شليل و هلو منابع سرشار از ويتامين A هستند. تحقيقات اخير ارتباط اثرات ضد سرطاني اين دو ويتامين را قوياً ثابت كرده است.
توصيه مي شود كه سبزيجات به صورت خام مصرف شود چرا كه حرارت باعث مي شود بسياري از مواد مغذي اين گروه از مواد غذايي مثل ويتامين ها از بين برود. بسياري از ويتامين ها در صورت حرارت دادن تجزيه شده و خواص اصلي خود را از دست مي دهند. سعي كنيد قبل از مصرف سبزي ها و ميوه ها حتماً آنها را شسته و با محلول هاي مخصوص، ضد عفوني كنيد چرا كه ممكن است سبزيجات و ميوه هاي نشسته منشاء بيماري هاي

مختلف انگلي و ميكروبي باشند. اگر محلول هاي ضد عفوني در دسترس نبود مي توانيد براي شست وشوي اين گروه از مواد غذايي از محلول آب نمك (به نسبت 3 قاشق مربا خوري نمك در يك ليوان آب) به مدت 20 دقيقه استفاده كنيد.با توجه به اينكه بسياري از ميوه ها در پوستشان داراي تركيبات مفيدي براي بدن هستند سعي كنيد حتي المقدور ميوه ها را با پوست بخوريد. به عنوان مثال ماده اي به نام پكتين در پوست سيب وجود دارد كه خاصيت ضد سرطاني دارد. در اينجا بهتر است يادآور شوم كه در پوست برخي از ميوه ها و گروهي از سبزيجات نارس، مواد حساسيت زايي مثل سالیسلات ها وجود دارد كه در درازمدت ممكن است سبب بيماري هاي مختلفي ازجمله افسردگي شود. اين مواد به طور طبيعي در پوست سيب نارس يا گوجه فرنگي نارس و برخي دانه ها و به طور مصنوعي در داروي آسپرين وجود دارد و توصيه مي شود اين قبيل از ميوه ها و سبزيجات را كه نام برده شد يا به صورت نارس مصرف نكرد يا اينكه پوست اين گروه را ضخيم تر برداشته و مصرف كرد.براي پختن سبزيجات از آب كمتري مصرف كنيد چرا كه ممكن است مواد مغذي آنها رقيق شده و در حين روند پخت و پز از دست برود. نگهداري سبزيجات به صورت خشك شده و يا فريز كردن آن نيز ممكن است باعث كاهش خواص مفيد آنها شود و بالاخره اينكه سبزيجات و ميوه ها با توجه به فيبري كه دارند در آب به صورت نامحلول و چسبناك درمي آيد، گوارش غذا را آهسته تر مي كند و به شكم احساس پري بيشتري داده و در نهايت سرعت رد شدن غذا از روده ها را افزايش مي دهد و به همين علت در جلوگيري از يبوست بسيار موثر است. لازم به ذكر است طبق آخرين تحقيقات به عمل آمده سبزيجات با رقابت در جذب استروژن، باعث جلوگيري از سرطان سينه در خانم ها مي شود. پس سبزي و ميوه بخوريم تا سلامت خود را تضمين كنيم .

# كمكهاي اوليه با گياهان دارويي

نويسنده:محسن داداشي
منبع:روزنامه كيهان
در يك فوريت پزشكي در خانه بيشتر از آنكه به داروهاي گياهي فكر كنيم به سراغ ضدعفوني كننده ها و مسكن هاي رايج مي رويم. اما گياهان را هنوز هم مي توان جانشيني موثر براي بسياري از داروهاي بدون نسخه موجود دانست و در مواردي شايد دسترسي به آنها بسيار ساده تر از دسترسي به جعبه كمكهاي اوليه استاندارد باشد. مثلا در يك منطقه روستايي براي استفاده در منزل، فرآورده هاي تجارتي را مي توان جانشين گياه تازه نمود.
داروي خريدني:
داروهاي گياهي را مي توان در اشكال گوناگون، شامل كرم، عصاره روغني و كپسول، بصورت آماده خريداري كرد. در ادامه تعدادي از مفيدترين گياهان دارويي براي نگهداري در جعبه كمكهاي اوليه در منزل معرفي شده اند.
داروهاي نجات بخش:
داروهاي حاصل از گل گندم يا قنطوريون اثر زيادي بر احساسات و عواطف دارند. اين دارو كه به شكل كرم هم موجود است ، براي شوك ها و ناراحتي هاي عصبي مفيد است.
كرم گل داوودي:
اغلب آنرا بعنوان هميشه بهار مي فروشند، يك ضدعفوني كننده و ضدقارچ است. براي انواع خراشيدگي ها و بريدگي ها مفيد است.
پماد گوش خر:
اين پماد با افزايش دادن رشد سلولها سرعت ترميم زخم را بيشتر مي كند. تنها در زخمهاي تميز بكار ببريد چون سرعت ترميم پوست ممكن است باعث باقي ماندن كثافات در زخم شود.
كرم حشيشه القزاز:
يك داروي باارزش كه براي بيرون كشيدن تراشه چوب و نيش حشرات و كورك يا براي سوختگي و تاول بكار مي رود.
كرم آرنيكا:
موثر براي كوفتگي و كشيدگي عضلات، در پوست مجروح به كار نبريد چون ممكن است تحريك كننده باشد.
قرصهاي آرنيكا:
براي شوكها يا حوادث خانگي لازم است، يكي از اين فرصتهاي همئوپاتيك

را مي توان تا هنگام ايجاد احساس آرامش، هر 03 دقيقه يك بار مصرف كرد.
روغن اسطوخودوس:
دو تا سه قطره آن را به يك قاشق چايخوري روغن حامل اضافه كنيد و انتهاي گردن و شقيقه ها را، با بروز اولين نشانه هاي سردرد يا ميگرن ماساژ دهيد. از همين مخلوط براي درمان سوختگي، تاول و آفتاب سوختگي استفاده كنيد.
روغن درخت چاي:
فوق العاده ضدعفوني كننده و ضد قارچ براي بريدگيها و خراشها و نيز زگيل و تبخال.
كپسول مغربي:
درمان كننده مناسب حالت خماري است با مقدار دوز بالا (دوتاسه گرم) در صبح مصرف شود تا به آرامش و نشاط لازم برسيد.
عصاره نارون كوهي:
مناسب براي درمان سوختگي سطحي و سوختگي بر اثر آفتاب. خيسانده ريشه هاي طنابي نارون كوهي جريان خون را در محل زخمها و نيش حشرات تسهيل مي كند و آنرا تسكين مي دهد براي كوفتگي و در رفتگي عصاره منجمد نارون كوهي كه قبلا آماده و با مشخصات در فريزر قرار داشته استفاده كنيد.
داروهاي خانگي:
از مواد خام موجود در قفسه آشپزخانه مانند سير، زنجبيل، چاي هاي گياهي، برخي از مفيدترين داروها بعنوان كمكهاي اوليه، به دست مي آيد. علاوه براين، روغن دمكرده گياهان تازه را مي توان با استفاده روشهاي سرد و داغ تهيه دمكرده فراهم آورد.
سير:
حبه هاي سير را كه فوق العاده ضدعفوني كننده اند، روي جوشهاي آكنه يا نقاط عفوني ديگر پوست بماليد و براي درمان ميخچه از سير له شده استفاده كنيد.
صبر زرد:
براي تسكين سوختگي خفيف، تاول يا آفتاب سوختگي برگي از يك گياه صبر زرد (aloe vera) بكنيد، آن را بشكافيد و ژل غليظ درون آن را به ناحيه آسيب ديده بماليد.
پياز:
برش هاي تازه پياز را روي محل گزش حشرات قراردهيد تا فورا تسكين يابد. همچنين براي از بين بردن كهيرهاي ناشي از مواد غذايي ميتوانيد از آب استفاده نمائيد.

زنجبيل:
يك قطعه از زنجبيل را كه حالت بلوري يافته است براي رفع تهوع و پيشگيري از استفراغ بجويد.در مزرعه (طبيعت بكر): در يك مورد فوري در منطقه اي روستايي مي توانيد از بومادران براي جلوگيري از خونريزي و زخم و بيني، از مينا چمني (daisies) له شده، براي كوفتگي و كشيدگي عضلات از بارهنگ(plantain - platago) تازه يا بادرنجبويه (lemon balm) براي گزيدگي حشرات، و البته از dack leaves براي رفع خارشهاي ناشي از تماس با گزنه، استفاده كرد.
گياهان خشك شده:
مجموعه اي از گياهان خشك شده به صورت باز يا كيسه اي را براي تهيه دمكرده هاي گياهي در دسترس داشته باشيد. دمكرده بابونه را براي ناراحتي ها و شوكهاي عصبي، رازيانه را(fennel) يا نعناع را براي سوءهاضمه و اسطوخودوس را براي سردرد و ميگرن مصرف كنيد.
روغنهاي دمكرده:
از روغن هوفاريقون براي سوختگي، از روغن گل قاصدك (marigold) براي كوفتگي از روغن بادرنجبويه (lemon balm)براي نيش حشرات و بعنوان دافع حشرات استفاده كنيد.

# استفاده سالمندان از داروهاي گياهي

دبير انجمن داروسازان ايران اظهار كرد: با توجه به اين كه مصرف اشتباه دارو در دوران سالمندي عوارض خطرناكي را به دنبال دارد لذا سالمندان بايد دقت كنند كه از داروهاي خود با دقت، سر وقت و تنها با تجويز پزشك استفاده و از مصرف بيش از حد داروهاي گياهي نيز به شدت پرهيز كنند.
دكتر سيد جواد سعيد واقفي با تاكيد بر اينكه مصرف دارو در سالمندان هم از نظر نوع و هم از نظر مقدار بايد تنها تحت نظر پزشك انجام شود، گفت: افراد سالمند بايد توجه زيادي به مصرف دقيق داروها در زمان‌هاي تعيين شده داشته باشند.
لذا مي‌بايست داروهاي اين افراد را در ظروف مخصوص و معمولا با رنگ‌هاي مختلف كه نشان دهنده نوع و تعداد داروي مصرفي آنهاست، نگهداري كرد و در دسترس آنها قرار داد تامصرف دقيق دارو توسط اين افراد فراموش نشود.
وي رعايت شيوه‌هاي درست مصرف دارو در سالمندان را بسيار مهم تلقي كرد و افزود: بسياري از داروها در مورد سالمندان بايد با حجم بيشتري از آب مصرف شوند و يا براي مثال داروهاي پوكي استخوان بايد حتما سر وقت مصرف شوند لذا افراد مسن بايد توجه كنند كه رعايت نحوه درست مصرف داروهاي مختلف در سلامت آنها تاثير بسزايي دارد.
دكتر واقفي با بيان اين كه نياز مصرف افراد سالمند به دارو بيشتر از جوانان و ميانسالان است، تصريح كرد: اين امر تنوع دارويي بيشتر را براي سالمندان به دنبال دارد لذا مراقبت دارويي در اين افراد بسيار اهميت دارد، زيرا بايد دقت شود كه اين افراد حتما از داروهاي تجويز شده توسط پزشك مصرف كنند و از اين طريق از خوردن داروهاي اشتباه و در نتيجه مسموميت دارويي در اين افراد پيشگيري شود.
دبير انجمن داروسازان در ادامه بر عدم مصرف دارو توسط سالمندان از روي چشم و هم چشمي و يا به توصيه نزديكان تاكيد كرد و گفت: مصرف دارو در افراد سالمند بدون مجوز پزشك بسيار خطرناك است و اين امر در مورد داروهاي سنتي و گياهي نيز مورد تاكيد است. زيرا علاوه بر اينكه امروزه داروهاي گياهي در كشور با استاندارد بين‌المللي به شكل قرص، كپسول و شربت ساخته مي‌شوند و از روش‌هاي سنتي براي تهيه داروهاي گياهي استفاده نمي‌شود اما بايد توجه داشت اين داروها هرگز بيش از حد طبيعي و نياز بدن نبايد مصرف شوند.
دكتر واقفي در پايان عدم مصرف داروهاي گياهي بدون تجويز پزشك را براي سلامت سالمندان بسيار مضر دانست و خاطرنشان كرد: داروهاي

سنتي معمولا تاثير مطلوبي در درمان دارند اما بايد دقت شود كه اين داروها نيز نبايد براي مثال به صورت چاي معمولي و بيش از حد نياز مصرف شوند زيرا عوارض جانبي آنها از اين طريق افزايش مي‌يابد. بنابراين اندازه و نوع دارو در سالمندان تنها بايد توسط پزشك معالج تعيين شود.

# مصرف اشتباه داروهاي گياهي

اكثر مواقع مصرف اشتباه داروهاي گياهي منجر به بي‌اعتقاد شدن به اثرات درماني آنها مي‌شود. به منظور جلوگيري از اين امر و مصرف صحيح آنها لازم است به افرادي كه در زمينه داروهاي گياهي تخصصي دارند مراجعه كرد.
دكتر امير سياهپوش، داروساز گياهي و عضو هيات علمي دانشگاه علوم پزشكي جندي شاپور اهواز در
گفت‌وگو با خبرنگار «بهداشت و درمان» خبرگزاري دانشجويان ايران - منطقه خوزستان - اظهاركرد:
« گل ساعتي، سنبلتيو علف‌گربه) بابونه، استخدوس، بادرنجبويه و گل گاوزبان از جمله داروهاي گياهي هستند كه به عنوان كاهنده استرس و ضد اضطراب استفاده مي‌شوند.»
وي با اشاره به اين كه به منظور مصرف داروهاي گياهي و بهره‌مندي از اثرات آنها لازم است كه اصل دارو مصرف شود، تصريح كرد:« براي شناسايي اين كه يك داروي گياهي اصل است يا خير، بايد به متخصص اين امر مراجعه شود كه اين امر خود در كم شدن اعتقاد افراد به اثرات درماني گياهان نقش مؤثري خواهد داشت.»
سياهپوش با بيان اين كه اين داروها بايد مقدار دو تا سه گرم به صورت دم كرده و سه بار در روز مصرف شوند، يادآور شد:« اشكال دارويي گياهان دارويي (قرص، عرقيات و....) در داروخانه‌ها موجود هستند كه افراد مي‌توانند با مصرف آنها به اثرات درماني دست يابند.»
اين گياه شناس دارويي متذكر شد:« به افراد توصيه مي‌شود كه در درجه اول براي درمان از داروهاي گياهي استفاده كنند چرا كه اين داروها در صورت استفاده مداوم خاصيت اعتياد آور و عارضه جانبي خاص دارند. اگر فرد از درمان با اين نوع داروها نتيجه نگرفت، به داروهاي شيميايي رجوع كند.»

## طرز تهيه داروهاي گياهي

اصول كلي در استفاده از داروهاي گياهي ؛ اندازه ها و مقادير و طرز تهيه و آماده كردن داروهاي گياهي و گياهان دارويي براي استفاده
طرز تهيه داروهاي گياهي :

- شيرابه
- پودر
- ضماد (بانداژ و كمپرس)
- كمپرس مرطوب
- كمپرس گرم و خشك
- داروهاي مخصوص شستشو
- استفاده از داروهاي گياهي در وان حمام
- اندازه ها و مقادير داروهاي گياهي
- دم كرده
- جوشانده
- جوشانده ملايم
- جوشانده معمولي
- جوشانده قوي
- خيسانده
- خيسانده با آب سرد
- خيسانده الكلي

اندازه ها و مقادير :
از آنجائيكه ممكن است در هنگام تهيه داروهاي گياهي ترازوي مناسب در دسترس نباشد مي‌توان از وسايل زير بعنوان واحد وزن استفاده نمود كه تقريباً برابر با اوزان مورد نظر مي‌باشد.
0/25 گرم = يك چهارم قاشق مرباخوري
5/0 گرم = نيم قاشق مرباخوري گرم = يك قاشق مرباخوري
2 گرم = يك قاشق مرباخوري سرپر
3 گرم = يك قاشق غذاخوري پر 4 گرم = يك قاشق غذاخوري لب‌پر
5 گرم = يك قاشق غذاخوري سرپر
1فنجان = در حدود ليتر آب و حدود 200 ميلي‌ليتر مقدار مصرف يك بار = يك فنجان متذكر مي‌گردد كه در مورد اوزان كمتر از 0/25 گرم حتماً مي‌بايستي از ترازوهاي دقيق استفاده گردد و در مواردي كه تنطورها و يا عصاره‌هاي خاصي مورد نظر باشد بايستي داروهاي مورد نظر را از داروخانه تهيه نمود.

طرز تهيه داروهاي گياهي
الف ـ دم كرده
دم كرده بهترين و با ارزشترين روش تهيه داروهاي گياهي است، زيرا اكثراً مهمترين مواد مؤثر گياهان داروئي در اثر جوشيدن از بين مي‌روند.
عصاره دم كرده بدين ترتيب تهيه مي‌شود كه مقدار تعيين شده از گياه خرد شده را با يك فنجان آب جوش (حداكثر يك ليتر) مخلوط كرده و به هم مي‌زنند سپس روي ظرف را پوشانده و مي‌گذارند كه 30-15 دقيقه دم بكشد، سپس آنرا صاف مي‌كنند. در صورتيكه بعضي از بيماران نسبت به داروي خاصي عدم تحمل نشان دهند، شايسته است كه در دفعات اول مصرف، دارو فقط 6 تا 8 دقيقه دم كشيده شود، در اين صورت مطمئناً بخوبي قابل مصرف بوده و مؤثر مي‌باشد.
ب ـ جوشانده
اصولاً بايد توجه داشت كه روش جوشاندن، اغلب براي داروهائي بكار برده مي‌شود كه از ريشه، ريزم، پوست، رزين يا دانه‌ها تهيه مي‌گردند و يا هنگامي آنرا بكار مي‌برند كه اطمينان داشته باشند موادمتشكله مؤثر آنها در اثر حرارت از بين نمي‌روند و يا اين مواد بوسيلة آب سرد يا جوشيده از سلول گياهي حل و خارج نمي‌شوند. ضمناً توجه شود كه از ظروف آهني جهت جوشاندن گياهاي استفاده نگردد.
1- جوشاندن ملايم:
براي تهيه اين فرم از دارو مقدار معيني از گياه خرد شده را با ليتر آب جوش مخلوط كرده و مي‌گذارند كه كمي قل بزند، سپس آنرا از اجاق دور كرده و مي‌گذارند كه چند دقيقه دم بكشد و در خاتمه آنرا صاف مي‌كنند.
2- جوشانده معمولي:
براي تهيه اين نوع دارو مقدار مورد نظر از گياه خرد شده را با ليتر آب سرد مخلوط كرده و مي‌گذارند كه بجوش آيد سپس آنرا صاف مي‌كنند.
3- جوشانده قوي:
براي تهيه اين نوع دارو ابتدا مانند روش جوشانده معمولي مقدار معين گياه خرد شده را با ليتر آب سرد مخلوط كرده و مي‌گذاند كه بجوش آيد. سپس آنرا از شعله دور كرده و روي ظرف را پوشانده و مي‌گذارند كه 10 دقيقه دم بكشد. و در خاتمه آنرا صاف مي‌كنند.
ج ـ خيسانده
1- خيسانده با آب سرد:
اصولاً روش خيساندن را اغلب براي گياهاني بكار مي‌برند كه مواد مؤثر آنها در اثر حرارت زود خراب يا تبخير مي‌شوند. براي انجام اين منظور بر روي مقدار مورد نظر از گياه خرد شده مقدار ليتر آب سرد ريخته، درب ظرف را پوشانده و مي‌گذارند كه 6 تا 12 ساعت باقي بماند. هر چه

ميزان اين زمان طولاني‌تر شود عصاره قوي‌تر خواهد بود.
2- خيسانده‌هاي الكلي:
اين روش اغلب براي گياهاني بكار مي‌رود كه مواد مؤثر آنها در آب حل نمي‌شوند. براي تهيه اين نوع دارو بر روي مقدار لازم از گياه خرد شده آن مقداري از الكل اتيليك 60 درصد را مي‌ريزند كه تمام قسمتهاي گياهي پوشيده شود، سپس در ظرف را بسته و چند روزي نگاه مي‌دارند (براي تهيه عصاره‌هاي قوي‌تر از الكل خالص يا 90 درصد استفاده مي‌شود).
توجه: تراي تهيه عصاره‌هايي به منظور خوراكي يا معالجه و ضد عفوني زخمها، غرغره‌ها و دهان شويي‌ها مي‌بايستي عصاره‌هاي تهيه شده پيوسته با آب رقيق گردد.
د ـ شيرابه
براي تهيه شيرابه گياهان داروئي، گياه تازه را در هاوم (خرد كننده‌هاي الكتريكي) خوب له كرده و سپس داخل يك پارچه تميز نموده و فشار مي‌دهند. براي بكار بدن اين نوع دارو در مصرف خوراكي اغلب يك قاشق مرباخوري از شيرابه را در شير يا آب حل و ميل مي‌كنند.
هـ ـ پودر
براي تهيه پودر، گياه خشك شده را در هاون به صورت پودر درآورده و سپس با الك ريز الك مي‌كنند.
جهت كاربرد در مصرف خوراكي مقدار مورد نظر از پودر را در يك قاشق غذاخوري شير يا آب حل كرده و ميل مي‌كنند. جهت مصرف خارجي مثل ساير پودرها، به قسمت مورد نظر پاشيده مي‌شود.
و ـ ضماد (بانداژ)، كمپرس
اصولاً ضمادها را جهت رفع كبودي و كوبيدگي، احتقان، التهاب، كشيدن چرك از دمل‌ها، آرام كردن خراش‌ها و كشيدن سموم از بدن مورد استفاده قرار مي‌دهند و معمولاً گياهان داروئي موردنظر را بصورت خمير درآورده و بطور مستقيم روي بدن قرار مي‌دهند و يا آنرا ابتدا بر روي پارچه تميز كشيده و سپس مورد استفاده قرار مي‌دهند.
1-1- بانداژ يا كمپرس مرطوب نوع اول :
براي تهيه اين نوع دارو در صورتيكه دستور ديگري موجود نباشد بدين ترتيب عمل مي‌شود كه 10 گرم از گياه خرد شده را در ليتر آب به صورت چاي دم مي‌كنند. سپس آنرا صاف كرده، چلانده و گرم گرم (نه داغ) به صورت كمپرس بكار مي‌برند.
البته بايد بر روي اين كمپرس گرم و مرطوب يك تكه پارچه غير قابل نفوذ و بروي ان دستمال گرم قرار داده شود.
2-1-بانداژ يا كمپرس مرطوب نوع دوم :
گياه خرد شده داروئي را در يك كيسه پارچه‌اي كوچك قرار داده و در داخل

آب جوش قرار مي‌دهند سپس آنرا صاف كرده و مطابق روش 1 عمل مي‌كنند.
2- كمپرس‌هاي گرم و خشك:
براي تهيه اين نوع دارو، گياه خرد شده را در يك كيسه تميز سفيد قرار داده و خشك خشك حرارت داده و بصورت كمپرس روي عضو قرار مي‌دهند.
ز ـ داروهاي مخصوص شستشو
براي اين منظور گياه دارويي خرد شده را بطوري كه چاي را درست مي‌كنند آماده كرده و با آن زخمها را شستشو مي‌دهند.
ح ـ استفاده از داروهاي گياهي در حمامها
براي اين منظور 100 گرم از گياه خرد شده را در يك ليتر آب جوشانده و صاف مي‌كنند، سپس آنرا به مايع وان اضافه مي‌كنند. براي تهيه مايع جهت حمام پا كافي است كه 40 گرم از گياه در ليتر آب جوشانده و بكار برد.
زماني كه گياهان به راحتي در دسترس باشند، كافي است كه از دم‌كرده گياه به مدت 15 دقيقه و يا خيسانده سرد 13 ساعته استفاده گردد.
توجه: بار ديگر نظر علاقمندان به گياه‌درماني را كاملاً به اين نكته جلب مي‌نماييم كه گياهان مورد نظر مي‌بايستي حتماً از عرضه كنندگان مظمئن تهيه و مصرف شوند. زيرا در غير اينصورت ممكن است گياهان تهيه شده به طور صحيح محصول برداري، خشك، انبار و نگهداري نشده باشد. از مصرف اين نوع گياهان به هيچ‌وجه اثر درماني مطلوب حاصل نخواهد شد.
از طرف ديگر مي‌بايستي به دستور تهيه دارو كه در نسخه ذكر شده كاملاً توجه شود (دم كرده، جوشانده، خيسانده) زيرا اين روشهاي تهيه با توجه به مواد مؤثر موجود در گياه، كه بايد از گياه خارج شده و پس از مصرف اثر درماني خود را ظاهر سازد در نظر گرفته شده است. بدين سبب توصيه مي‌شود در صورتيكه دستور تهيه دارو در دسترس نباشد بخصوص در مورد داروئهائي كه از برگ و گلهاي گياهان تهيه مي‌گردد، آنرا بصورت دم‌كرده تهيه و استعمال نمايند

دسته بندي داروهاي گياهي بر اساس ( مزاج - مزه - ك

نويسنده: فرشته كريمي
مزاج داروها :
مزاج بر دو نوع است :مزاج اول ، مزاج دوم .
مزاج اول :اولين مزاجي است كه از عناصر چهارگانه حاصل مي شود .
مزاج دوم :مزاجي است كه از عواملي كه خود آنها داراي مزاج ويژه اي هستند پديد مي آيد مانند مزاج داروهاي مركب يا مزاج پادزهرها (تريا‌ق )
مزاج دوم بر دو گونه است :1 ـ تركيبات نيرومند و پايدار 2 ـ تركيبات سست و ناتوان .
مزاج نيرومند :
اگر دو ماده ي ساده با هم تركيب شوند و اجزاي هر دو چنان به هم جوش خورده باشند كه گرماي غريزي اندام ما در جدا ساختن آنها با دشواري روبرو شود ،آن مزاج پايدار است .
مزاج سست و جدايي ناپذير :
اگرمزاج ،آن مزاج مستحكم نباشند و حالت امتزاج اجزاي ساده چنان باشد كه مزاج ما ياراي از هم جدا ساختن آنها را داشته باشد ، آنگاه قواي آنها مخالف يكديگر است ، هريك بكار خود مي پردازد و بر ضد جزء جدا شده از آن قد علم مي كند .
داروهاي سست آميز نيز به چند قسم هستند :
1 ـ برخي از آنها بيشتر از بقيه با هم در آميخته اند و نمي توان بوسيله ي پختن يا شستن ، قوايي را كه در آنهاست از هم جدا سازيم .مثلاً بابونه داراي دو نيروي تحليل برنده و قابض است . هر گاه بابونه را آب پز كنيم و آن را ضماد سازيم هيچ يك از قوايش از يكديگر جدا نمي شوند .
2 ـ در برخي از اين داروها قوه هاي موجود ،در حالت پختن از هم جدا مي شوند مانند :كلم .
گوهري كه كلم دارد از دو ماده تركيب يافته است :يكي ماده خاكي كه گيرنده ( قابض )است و ديگري ماده ي لطيف و زداينده بورقي .براثر پختن كلم ، ماده ي لطيف و زداينده ي بورقي مي گذارد و گوهر قابض خاكي بر جاي مي ماند و از آن روست كه آب كلم پخته مسهل است و نپخته آن بند آورنده .
جزء هاي ساده گروهي از اين داروها را مي توان به وسيله ي شستن آنها از هم جدا نمود مانند كاسني و بسياري از سبزي ها .
3 ـ در برخي از داروهاي مفرده به نظر مي رسد كه دو گوهر مختلف المزاج در آنها وجود داشته باشد كه با هم نياميخته باشند . اين اختلاف در

برخي از آنها مثل ترنج آشكار است و با حس مي توان درك كرد و در برخي مثل اسفرزه نامحسوس است .
شناسايي قواي مزاج داروها :
قوت دارو را مي توان از دو راه شناخت :الف ـ مقايسه ب ـ آزمايش
الف ـ مقايسه
درشناخت قواي داروهاي مفرده ازراه قياس قوانيني به شرح زير وجود دارد :
1-زود گرم شدن و تبديل سريع به آتش
2 ـ دير گرم شدن و گرمي پذيرفتن
3 ـ سرعت انجماد
4 ـ تأخير در انجماد
5 ـ بو ، مزه ، رنگ
6 ـ اثرات دارويي و قوه اي كه از آن پديد مي آيد .از اين راه مي توان دليل هاي آشكار بروجود قواي مجهول بدست آورد .
شناختن گرمي و سردي :
از دو جسم يكسان از نظر قوام بنيادي يعني تخلخل ،آنكه زودتر گرمي پذير باشد ، آن را گرمتر مي گوييم و هر كدام زودتر سردي پذير باشد آن را سردتر مي ناميم .
يعني آنكه زودتر گرم مي شود دليل بر اين است كه در گوهر ذاتي گرمتر بوده است و آنكه سردي را زودتر پذيرا مي شود سردتر است .
ممكن است دو شيء تحت تأثير يك عامل يكي زودترو ديگري ديرتر گرم شود .آنكه زودتر گرم مي شود در ذات خود گرمتر از ديگري است و اين سرماي عارضي است كه آن را سرد مي كند .
از دو جسم يكسان در قوام ذاتي ، اگر يكي بر اثر سرما زودتر از ديگري منعقد شود سردتر است .
اجسامي نيز وجود دارند كه بر اثر گرما منعقد مي شوند و هرآنچه بر اثر گرما منعقد شود بر اثر سرما تحليل مي رود و همچنين اشيايي هستند كه بر اثر سرما منعقد مي شوند و هر آنچه بر اثر سرما منعقد شود گرما آن را ذوب مي نمايد .
جالينوس عقيده دارد كه گرما به وسيله ي خشكانيدن ،اشياء را منعقد مي كند و سرما به وسيله ي رطوبت بخشيدن آن را مايع مي سازد .
از دو دارو كه يكي گرمتر ولي غليظ تر باشد ممكن است در انعقاد پذيري با آنكه سردتر است يكسان باشد و اين به دليل غلظت آن است .
اگر آنچه زودتر يخ مي بندد در شكل با آنچه ديرتر يخ مي بندد متساوي باشد ، آن از ديگري سردتر است .
براي شناسايي قوه ي دارو به ترتيب از :

1 ـ مزه
2 ـ بو
3-رنگ
استفاده مي كنيم .
اقسام مزه :
منظور اطباء از واژه ي «مزه »آن چيزي است كه حس ذائقه ي آن را درك مي نمايد بدون اينكه از آن چيز تأثير پذير باشد .بدون مزه در اين توصيف مي گنجد .بدون مزه در واقع دو نوع است :
1 ـ يا اصلاً بدون مزه است مثل آب .
2 ـ يا اينكه مزه دارد ولي حس آن را درك نمي كند .
ممكن است چيزي در خود مزه اي داشته باشد ولي آنقدر غليظ و متراكم است كه چيزي از آن تحليل نمي شود كه با زبان در آميزد و زبان آن را حس نمايد .
مزه ها عبارتند از :شيرين ، تلخ ، تند ، شور ، ترش ، گس ، قابض و چرب.
اطباء براي گوهري كه مزه را در بردارد تقسيماتي قائلند و گويند :
آن گوهر يا متراكم و خاكي است ، يا لطيف است يا معتدل و قوه ي آن يا گرم يا سرد يا حد وسط بين گرم و سرد است . اگر متراكم و خاكي گرم باشد مزه آن تلخ است .اگر متراكم و خاكي سرد باشد مزه ي آن گس است . اگر متراكم و خاكي معتدل باشد مزه ي آن شيرين است .
چنانچه گوهر جسم در بردارنده ي لطيف باشد در حالت گرمي تند مزه ، در حالت سردي ترش و در حالت اعتدال چرب است . اگر گوهر در بردارنده ي مزه ي معتدل باشد يعني حد وسط بين تراكم و لطافت باشد در حالت گرمي شور ، درحالت سردي گيرنده (قابض ) و در حالت اعتدال گويند بي مزه است .
مزه هاي گرم :
مزه هايي كه دلالت بر گرمي دارند به ترتيب عبارتند از : مزه هاي تند ، تلخ ، شور.
تند بيشتر از تلخ و شور دلالت بر گرمي دارد ، زيرا در تحليل بردن مواد و تقطيع و زدودن فعال تر از تلخ و شور است . مزه ي تلخ گرمتر از شور است ، زيرا شور تلخي بوده است كه به وسيله ي رطوبتي سرد كه بر او روي آورده است از مزه ي اصلي اش كاسته است و در اين تحويل و تحول قسمتي از گرمي را نيز از دست داده است .
مزه هاي سرد :
مزه هاي سرد مزاج به ترتيب اولويت عبارتند از :مزه هاي گس ، قابض و ترش .
اين سه مرحله ي گسي و قبضي و ترشي را مي توان در ميوه اي يافت كه

در سرانجام مزه ي شيرين مي دهد و در نخستين مرحله ي تكوين بسيار سردي بخش است و اين سردي از گسي مزه ي آن ناشي مي شود .
هر گاه جريان هوا و ماده ي آبكي در آن حاصل شد و از هوا و گرمي آفتاب اعتدالي يافت و به نوعي از پختگي رسيد به ترش مزگي مي زند ،مثل غوره .
تأثير شيرين و چرب بر زبان :
هر آنچه كه بر زبان سردي گردآورده و بند كرده و مايه ي غلظت اين عضو شده است به وسيله ي شيرين يا چرب سيلان مي يابد اما تحليل نمي رود . از اين رو شيرين و چرب، زبان را منبسط مي كند و زبري زبان را از بين مي برد و آن را نرم مي سازد .
چربي بدون اينكه از آن گرمي احساس شود كار خود را انجام مي دهد ، اما شيرين همراه گرمي است و به همين علت است كه رسانندگي شيرين بيشتر است .
لذت بخشي مزه شيرين به اين دليل است كه اين مزه غلظت را به كلي از بين مي برد و سبب سيلان و نرمي مي شود و آزار ناشي از انجماد را از بين مي برد .
ماده ي غليظي كه در اثر گرما به سيلان مي افتد براي تبديل شدن به شيريني و چربي آمادگي دارد .
كنش هاي مزه شيرين عبارتند از :پخته گردانيدن ، نرم كردن و تكثير غذا . مزاج آن را دوست دارد ، نيروي جاذبه آن را جذب مي كند .
كنش تلخ و شور :
تلخ و شور هر دو زبان را مي تراشند و فرق آن دو در اين است كه زدودن در مزه ي شور سبك است و زبان را شستشو مي دهد و زبري همراه ندارد . لطيف است و به كليه ي اجزاي اندام مي رسد و در همه يكنواخت پراكنده مي شود و ليكن دهانه معده را آزار مي دهد . ليكن مزه تلخ در تراشيدن به حدي شديد است كه زبان را زبر مي نمايد و به اين دليل زبر است كه به تمام سطح زبان نمي رسد.كار مزه ي تلخ زدودن و زبر نمودن است .
كنش مزه ي تند و ترش :
تندو ترش هر دو زبان را مي گزند ولي تند بسيار گزندگي بيشتري دارد و گرمي ببار مي آورد .
مزه ترش زبان را مي گزد و ليكن گزندگي آن زياد نيست و مي توان آن را حد وسط ناميد و گرمي همراه او نيست .هرگاه جسم تلخ مزه در مايعي بي مزه حل شود و سپس محلول منعقد گردد مانند آب خاكستر شور مي شود .
هرگاه مزه گس بر اثر افزايش رطوبت و حرارت پخته شود و حرارت كمتر

از آن باشد که عمل پختن را به طور كامل انجام دهد، ترشي به وجود مي آيد در صورتي که گوهر ترش عموماً تري است و همچنين گوهر شيرين گرايش به تري دارد اما گوهر تلخي و گسي به خشکي نزديك تر است .
مزه ي گس اگر ضعيف باشد قابض است و اگر شديد باشد فشرنده است .
کار مزه تند تحليل و تقطيع و تعفن است .کنش مزه شور زدودن ، شستن و خشك گردانيدن و ممانعت از تعفن مي باشد .کنش مزه ترش سرگردانيدن و بريدن است .
کنش قابض :
کار قبض غلظت بخشيدن و سخت گردانيدن و باز داشتن است .
کنش چرب:
نرم کردن ،ليزي دادن ، کمي پختن و رسانيدن است .
آميختگي مزه ها :
گاهي دو مزه در يك جسم گرد هم آمده اند ، مثلاً :1 ـ تلخي و قبضي در افشره گياه فيل زهره و چنين مزه اي را بشاعت مي گويند . 2 ـ تلخي و شوري در دارچين ختايي که اين مزه را زعوقت ناميده اند . 3 ـ تندي و شيريني در انگبين پخته .4 ـ تلخي و تندي قبض در بادمجان . 5 ـ تلخي و بي مزگي در کاسني .گاهي اتفاق مي افتد که گرد آمدن دو مزه در يك جسم سبب مي شود که کنش يکي از مزه ها تقويت گردد .گاهي گرد آمدن دو مزه موجب خنثي شدن هر دو مزه مي شود . مثلاً در گردآمدگي ترشي و گسي در غوره ، گسي نمي گذارد ترشي زياد نفوذ کند و سردي برساند . گاهي قوام ضد کيفيت است مثلاً غلظتي که در ماست چکيده (کسيه اي ) حاصل مي شود و سردي آن را به کمترين حد مي رساند .
گاهي برخي از مزه ها که با مزه ديگري آميزش دارند به مرور زمان خالص مي شوند مانند آب غوره که اگر مدت زيادي بماند مزه گس و مشابه آن که در آن هست به تدريج ته نشين مي شود و تنها ترش مزگي خالص مي ماند .
گاهي مزه اي که خالص است (با مزه ها آميخته نيست ) به مرور زمان با مزه ديگري مي آميزد و ناخالص مي شود . مانند عسل که اگر زياد بماند تلخ و تند مزه مي شود يا مانند افشره ي انگور که به مرور زمان سخت تلخ و تند مي شود و سپس تمايل به تند مزگي پيدا مي کند .
کنش هاي مزه هاي به هم آميخته :
اگر گس و تلخ را به هم آميزند ، کنش آن زدودن همراه با قبض است .
اگر گس و تلخ با هم باشند در چند حالت مفيد هستند :
1 ـ براي شفا بخشيدن زخم هايي که کمي فروهشتگي دارند . 2 ـ براي باز نمودن انسداد عمومي. 3 ـ براي طحال به شرطي که تلخي در اين ترکيب

زياد ضعيف نباشد مفيد است .
بطور كلي هرگاه مزه هاي گس وتلخ با هم باشند براي معده وكبد مفيد هستند. مزه تلخ مطلق يا تند مزه خالص هر دو براي احشاء زيان آورند ، اما اگر تلخ همراه قبض باشد براي آن مفيد است ،زيرا تلخي را مي زدايد و قبض قوت درون را نگهداري مي كند .
بطور عموم مزه شيرين كه همراه قابض باشد مطلوب احشاء است ، زيرا شيرين قابض هم لذيذ است و هم مقوي و از آنجا كه شيرين همراه قبض به حالت اعتدالي مي ماند زبري مري را نافع است .
هر چيزي كه مزه گسي خشك كننده يا قبضي خشكي دهنده در آن است اگر همراه آن گسي يا قبضي ، چربي يا بي مزگي يا شيريني يا هر چه مانع گزش است باشد باعث رويش گوشت مي شود .
شناخت دارو به وسيله ي بو :
منشاء هر بويي گرمي ، يا سردي است . ولي در اكثر حالات بوهايي كه شايستگي بوييدن يا استنشاق دارند از حرارت بوجود مي آيند .زيرا در اكثر موارد ، علت نزديك شدن بو به قوه ي بويايي گوهري است لطيف و بخاري هرچند ، گاه ممكن است كه از طريق استحاله هوا باشد بي آنكه چيزي از شيء بودار تحليل رود ،ولي آنچه كه در اكثر موارد صادق است همان صورت اول است .
تمام بوهايي كه از آنها احساس سوزش مي شود و يا گرايش به طرف شيريني دارند از گرما منشاء گرفته اند و هر نوع بويي كه ترش احساس مي شود يا بوي نا(كفك )مي دهد سرد است .
بوهاي خوش (عطري )اكثراً گرم مزاجند مگر آنهايي كه رطوبتي همراه دارند و آرامشي براي روح و نفس در بر دارند مانند :كافور و نيلوفر . در جسم اين گونه از مواد بوييدني ، گوهر سردي بخش موجود است كه همراه بو به مغز راه مي يابد .هر چه خوش بو است گرم است و همچنين هر نوع از افاويه گرم مزاجند و اين گرم مزاجي است كه مايه ي سردرد مي شود .
شناخت مزاج دارو به وسيله ي رنگ :
در زمينه ي رنگها قاعده اي هست كه در اكثر حالات مي توان از آن استفاده كرد و مزاج دارو را حدس زد .در نوعي از داروي معيني كه داراي رنگ هاي مختلفي است ابتدا بايد مزاج آن را در نظر گرفت .اگر مزاج آن سرد است هر آنچه از آن نوع دارو ،رنگش به سفيدي مي زند ، سردترين است و
هرآنچه به سرخي يا سياهي تمايل دارد كمتر سرد است ، اما اگر مزاج نوع دارو گرم است بايد بر عكس قياس كرد .
شناسايي اعمال داروهاي ساده :

كنش و اثربخشي داروها بر سه وجه مي باشد كه عبارتند از:اثرات عمومي ، اثرات جزيي و كنش هايي كه جزيي هستند و به كنش هاي عمومي شباهت دارند .
اثرات عمومي از قبيل گرمي دادن ،سرد كردن،جذب ،دفع ، بهم آوردن دهانه هاي زخم ،بوجود آوردن زخم و از اين قبيل .
اثرات جزيي مانند اثرات درماني داروهايي كه در معالجه سرطان و بواسير و يرقان و اين قبيل بيماري ها مفيد هستند .
اثرهايي كه جزيي به حساب مي آيند و شباهت به كنش هاي (اثرات ) عمومي دارند از اين قبيل است :اسهال آوردن ، جاري كردن ادرار و حالاتي كه شبيه به آنهاست .
دارو در چنين مواقعي با اينكه بر اندام و يا دستگاه ويژه اي اثر مي گذارد و مربوط به كل تن آدمي نيست ، باز بايد شبيه تأثيرات كلي تلقي شود .زيرا نفع و زيان آن مربوط به همه اندام هاست و سراسر بدن از آنها تأثير پذير است و تأثير از خود آنهاست و عرضي در كار نيست .
اثرات عمومي و اثرات شبه عمومي :
اثرات عمومي به دو درجه اوليه و ثانويه تقسيم مي شوند .
اثرات عمومي اوليه اثرات چهارگانه اصلي هستند كه عبارتند از سرد كردن ، گرمي دادن ، تر نمودن و خشكانيدن .
اثرهايي كه ثانوي هستند به دو گروه تقسيم مي شوند :
گروه اول همان اثرات چهارگانه نامبرده و ليكن برآورد و مقايسه در زيادي و كمي آنها است .از قبيل سوختن ، گنديدن ، يخ بستن و ميان تهي شدن كه اين حالات نيز از گرمي دادن و سرد گردانيدن سر مي زنند ، ولي گرمي و سردي آنها از راه برآورد و قياس كمي و بيشي است .
گروه دوم ، اثراتي كه با اين كنش ها مغايرت دارند ،وليكن از اين كنش ها پديد مي آيند مانند :ختم ، خدر ، الزاق ، تفتيح ، تغريه و از اين قبيل .
اثرات شبه عمومي از قبيل اسهال ، ادرار و پيدايش عرق اندام و نظير آنها هستند .
صفات داروها :
داروها خود به خود داراي صفاتي هستند كه برخي از اين صفات همان كيفيات چهارگانه شناخته شده (گرمي ، سردي ، تري ، خشكي ) است .
برخي از اين صفات نيز عبارت از بو ورنگ است و عده اي نيز صفت هاي مغايرند كه مي توان در بين آنها از لطافت ، غلظت ، لزج بودن(چسبندگي )،شكنندگي ،جمود،سيلان ،لعابي بودن ،چرب بودن، خشكي دهنده ، سبكي و سنگيني نام برد.
1 ـ داروي لطيف عبارت از دارويي است كه هرگاه به وسيله ي نيروي طبيعي جسم ما تأثير پذيرفت ،به اجزاي بسيار ريز تقسيم مي شود و در

بدن پخش مي گردد .مانند زعفران و دارچين .چنين دارويي در همه حالات بسيار مفيد است ،حتي خشكانيدن بوسيله ي آن حتي اگر هيچ گزندگي از آن حس نشود با اثر داروي بسيار سوزناك و قوي برابر است .
2 ـ منظور از داروي غليظ آن نوع دارو است كه نمي تواند كار داروي لطيف را انجام بدهد ، مانند كدو و گچ .
3 ـ منظور از داروي لزج (چسبنده )دارويي است كه هرگاه گرماي غريزي جسم بر آن دارو تأثير بگذارد و كنش يا نيروي آن را بكار گيرد براي هرنوع كش آمدن آمادگي دارد و هر قدر كش داده شود از هم نمي گسلد . چنين دارويي اگر از دو طرف به دو جسم كه به حركت در آمده اند و در حال دور شدن از هم هستند بچسبد ،حركت آنها را به تعويق نمي اندازد و هر دو جسم با او حركت مي كنند و گسستگي در ميان رخ نخواهد داد مانند عسل
4 ـ مقصود از داروي شكننده دارويي است جامد و خشك و به كمترين فشاري كه بر او وارد مي آيد ريز ريز مي شود مانند الواي خوب (صبر )
5 ـ منظور از داروي جامد دارويي است كه مي توان اجزاي آن را به حركت در آورد و وضع آن را تغيير داد ، ليكن در حال حاضر به واسطه ي عامل بسيار سرد بر وضع خود باقي مانده است ، مانند شمع .چنين دارويي مي تواند به شكل روان در آيد ولي جامد به نظر مي آيد .
6 ـ مراد از داروي مايع (سائل )دارويي است كه اگر آن را در چيزي سخت قرار دهيم شكل و وضع خود را از دست مي دهد و قسمت هاي بالايي آن از هر طرف كه راه داشته باشند پايين گرا مي شوند .داروهاي مايع از نوع داروهاي سائل هستند .
7 ـ دارويي را لعابي مي ناميم كه اگر آن را در آب فرو بريم يا در مايعي قرار دهيم اجزايي از آن جدا مي شود و با رطوبت همجوارش مي آميزد و بر اثر اين آميزش نوعي چسبندگي به بار مي آيد مانند :اسفرزه و ختمي .
دانه هاي لعاب دار به وسيله ي ليز دادن اسهال ايجاد مي كنند ، اگر اين دانه ها برشته شوند خاصيت لعاب دهندگي آنها پوشيده مي شود و شكم رابند مي آورد. 8 ـ ماده روغني دارويي است كه در گوهرش مقداري روغن موجود است مانند حبوب (دانه ).
9 ـ منظور ازخشك شدن آن نوع دارو است كه اثر مزاج خاكي در آن فراوان و به خشكي انجاميده است .
هرگاه آب يا رطوبت هاي جاري به وي برسند آنها را در خود فرو مي برد و رطوبت از سوراخ هاي بسيار ريز و پنهاني آن مي گذرد ولي ديده نمي شود مانند آهك زنده .
10 و 11 ـ سبك و سنگين بودن كه نيازي به تعريف ندارد و برهركس آشكار است.
داروها از نظر كنش چهارده تا هستند كه عبارتند از :

گروه اول :شامل گرم كننده ،لطيف كننده ، گدازنده ، جنباننده ، زبري دهنده ، بازكننده ،سستي آور ، پزنده (رساننده )، كشنده (جاذب )، برنده يا تكه تكه كننده (مقطع )، بادشكن سرخ كننده (محمر )،خارنده (محكك )، قرحه آور ،خورنده ،سوزنده ، سوزش دهنده (لاذع )، خرد كننده ، متعفن كننده ، داغ گذار (كاوي )و پوست كن .
گروه دوم :سرد كننده ،توان بخش ، بازدارنده ، غليظ كننده ، فاصله دهنده و مخدر را شامل است .
گروه سوم :مرطوب كننده ،شوينده ،رساننده زخم ، لغزش دهنده و هموار كننده (مملس ).
گروه چهارم :خشكاننده ، فشرنده ، گيرنده ، بندآورنده ، پوشنده ، دمل آور ، رويانندە گوشت و مهرگذار (خاتم ).
برخي ديگر از داروها هستند كه ضعف آنها بر حسب اثرات آنهاست . اين قسم داروها عبارتند از :داروهاي كشنده ، زهر ، پادزهر ، مسهل ، داروهاي ادرار دهنده ، عرق آور .
1 ـ داروي لطافت بخش (ملطف ):دارويي است كه بوسيله حرارتي معتدل خلط را رقيق تر از آنچه هست مي نمايد .مثل :زوفا ، پونه كوهي (حاشا )و بابونه .
2 ـ داروي تحليل برنده (محلل ):دارويي است كه خلط را تبخير مي نمايد و آن را از جاي خود بر مي كند و اجزاء آن را جدا مي سازد و بيرون مي اندازد و در اثر تداوم اثر با نيروي گرم خويش خلط را به كلي نابود مي سازد مثل :خايه سگ آبي .
3 ـ داروي زداينده (جالي ):دارويي را گويند كه رطوبت هاي چسبنده بند آمده را از دهانه سوراخ ريز سطح اندام به حركت در مي آورد و دور مي كند مثل :عسل آب (ماء العسل ) .
هرداروي جنباننده بواسطه ي خاصيتي كه دارد ملين مزاج است ،هرچند كه قوت اسهال دادن در آن نباشد .
هر تلخ مزه اي حتماً زداينده است .
4 ـ داروي زبري بخش (مخشن ):دارويي را گويند كه سطح اندام را ناهموار مي نمايد .برخي را بلندتر و بعضي را پست تر مي كند .چنين دارويي از سه حالت خارج نيست(به سه شكل اين كار را انجام مي دهد):
الف ـ يا گوهرش متراكم است و بسيار قابض .
ب ـ يا گوهرش لطيف است ولي بسيار تند مزه كه برندگي دارد و هموارى را از بين مي برد .
ج ـ يا اينكه اندامي كه بر اثر دارو زبر مي شود سطح آن در اصل زبر بوده ، رطوبتي چسبنده بر آن روي آورده و به طور عرضي هموار گشته است ، داروي زبر كننده آن رطوبت چسبنده را كه بيگانه عرضي است از بين مي

برد و اندام به حالت اصلي خويش باز مي گردد كه حالت اصلي زبري و ناهمواري اجزاء بوده است .
از داروي زبري بخش اسپرك (اكليل الملك )را نام مي بريم . اين دارو بيشتر به استخوان و غضروف زبري مي دهد و تأثير آن در زبر كنندگي پوست كم است .
5 ـ داروي باز كننده (مفتح ):دارويي است كه ماده داخل تجويف منفذها را به بيرون دفع مي نمايد و كاري مي كند كه مجراها باز باشند و بند نيايند .
داروي باز كننده قوي تر از داروي زداينده (جالي )است .يكي از داروهاي باز كننده كرفس است .دارويي كه اين كار را انجام مي دهد يكي از سه حالت را دارد :يا لطيف و محلل است .يا لطيف و شستشو دهنده است (غسال ).يا لطيف و برنده است (مقطع ).
هرچند تند مزه است ، هر چه تلخ است و هر آنچه لطيف و سيال مي باشد به شرطي كه گرايش به گرمي داشته باشد و يا معتدل باشد ، همه بازكننده هستند و هرچه لطيف و ترش مزه است نيز بازكننده است .
6 ـ داروي سست كننده (مرخي ):دارويي را سست كننده نامند كه بوسيله ي حرارت و رطوبتي كه دارد قوام اندام هايي را كه داراي سوراخ هاي زير و متراكم هستند نرم تر بنمايد و در نتيجه اين نرم شدن سوراخ ها وسعت بيشتر پيدا كنند و مواد قابل دفع آسان تر دفع شوند .از داروهاي سست كننده ضماد شبت و تخم كتان را نام مي بريم .
7 ـ داروي رساننده (منضج ):دارويي را رساننده نامند كه گرمي معتدل دارد همراه با قوه قبض كه خلط را حبس مي كند تا پخته شود . گرمي اش به حدي زياد نيست كه خلط را به شدت تحليل
برد و در نتيجه ترش از خشك جدا شود :اگر به آن حد گرم گردد پخته شدن به سوختن تبديل مي گردد .
8 ـ داروي هاضم :دارويي است كه در هضم غذا كمك مي نمايد .
9 ـ داروي بادشكن :دارويي است كه بوسيله ي گرمي و خشكانيدن بادي را كه در جايي از اندام ها جمع آمده است رقيق و هوايي گرداند تا بر اثر اين تغيير به خارج راه يابد مانند :تخم اسپند .
10 ـ داروي پاره كننده (مقطع ):دارويي را گويند كه بر اثر لطافت خود به ميان سطح اندام و خلط چسبنده مي خزد و اندام را از خلط مي رهاند .خلط بواسطه ي اثر دارو تكه تكه مي شود و به اجزاي مختلف الحجم در مي آيد و آنگاه از جاي خويش بركنده مي شود و خارج مي گردد .مانند :خردل و سكنجبين .
11 ـ داروي كشنده (جاذب ):دارويي كه بر اثر لطافت و حرارت رطوبت ها را به طرف خود مي كشد مانند :خايه سگ آبي ،آن را جاذب مي نامند .
دارويي كه نيروي كشش آن زياد باشد ،اگر آن را پس از پالايش ضماد كنند

براي عرق النساء و درد مفاصل داخلي بسيار خوب است و همچنين بوسيله ي ضماد چنين دارويي مي توان خار و پيكان هاي ريز استخواني را از قرارگاه آن بيرون آورد .
12-داروي سوزش دهنده (لادغ ):دارويي را گويند كه لطيف و بسيار نفوذ كننده است وبوسيله ي تفرق ،پيوسته را به قطعات بسياركوچك در مي آورد .
اين قطعات جدا شده به حدي نزديك به هم مي مانند كه نمي توان يكي را جدا از ديگران حس كرد و مثل اين است كه همه با هم در يك جاي جمعند ،ضماد خردل با سركه و سركه به تنهايي نمونه داروهاي سوزنده هستند .
13 ـ داروي سرخ كننده (محمر):دارويي است كه هر وقت به يكي از اين اندام ها مي رسد آن را گرمي زياد مي بخشد .
بر اثر گرم شدن خون به سوي آن جذب مي شود و به سطح آن روي مي آورد و اندام سرخ رنگ مي گردد .خردل ،انجير، پونه ، كرويا (قردحانا )از اين گروه هستند .كنش داروهاي سرخ كننده به كنش داغ كنندگي نزديك است .
14 ـ داروي خارنده (محكك ):دارويي است كه خلط هاي سوزناك و خارش دهنده را بوسيله ي كشش و گرمي به سوي مسامات مي كشاند .چنين دارويي تا اين اندازه فعال نيست كه قرحه بوجود بياورد .شايد خارشي كه بوجود مي آيد از خارهاي كركي سخت و ريز باشند كه محسوس نيستند مثل گياه كبيكه .
15 ـ داروي قرحه آور(مقرح ):دارويي است كه رطوبت هاي واقع در ميان اجزاي پوست را تحليل مي برد و ماده ناپسند را كه مايه قرحه (دمل چركين )مي شود به سوي پوست مي آورد.داروي قرحه آوررا مقرح مي نامند مثل گياه بلادر (آكاژو ).
16 ـ داروي سوزنده (محرق):دارويي را گويند كه قسمت لطيف خلط ها را از بين مي برد و تنها خاكستر آنها را باقي مي گذارد مثل:شبرم .
17ـ داروي خورنده (اكال ):دارويي است كه با عمل تحليل بردن و ايجاد قرحه از گوهر گوشت مي كاهد.مثل زنجار .
18 ـ داروي خرد كننده (مفتت ):دارويي است كه در برخورد با خلط سفت و سخت آن را به چندين پارچه ريز در مي آورد مثل :حجر اليهود كه سنگ مثانه يا كليه را خرد و له مي كند .
19 ـ داروي معفن (گندانندە ):دارويي است كه بتواند مزاج اندام يا مزاج روحي را كه به سوي اندام مي آيد فاسد نمايد و بوسيله ي تحليل رطوبت مزاج اندام را چنان به تباهي بكشاند كه براي تبديل شدن به جزيي از اندام بكارنيايد .
داروي معفن نه مي سوزاند و نه مي خورد بلكه رطوبتي تباه كه حرارتي

بيگانه در آن است در اندام باقي مي گذارد، درنتيجه عفونت روي مي دهد .زرنيخ و تافسيا (صمغ سداب كوهي )و نظاير آنها از اين گروه هستند .
20 ـ داروي داغ گذار (كاوي ):دارويي را گويند كه پوست را مي سوزاند و خشك مي گرداند .پوست از اثر آن چنان سفت مي شود كه گويي سوختگي ناشي از آتش است .آنگاه گوهر پوست راه را بر خلط سيال مي بندد تا نتواند بيرون بيايد .اين جاي داغ و سوختگي بر پوست را خشك ريشه مي نامند .
چنين دارويي را براي بند آمدن نزيف شرايين (خونريزي شرايين )و حالات مشابه آن بكار مي برند مثل زاج و زاج زرد (قلقطار ).
21ـداروي پوست كن (قاشر ):دارويي است كه اجزاي فاسد پوست را مي زدايد و در معالجه بهق و كلف و غيره بكار مي رود .مثل :قسط و راوند ( ريواس )
22 ـ داروهاي سرد كننده (مبرد ):داروهاي سرد كننده كه معروف است .
23 ـ داروهاي توان بخش (مقوي ):داروهايي هستند كه شكل و مزاج اندام را از آسيب نگهداري مي كنند و نمي گذارند مواد زائد بر آن اثر بگذارند .
چنين داروهايي يا خاصيتي در خودشان دارند .مثل :گل مختوم و تريا‌ق و يا اين اثر بخشي از اعتدال مزاج آن دارو است كه گرم تر را سرد و سردتر را گرم مي نمايند .جالينوس اين اعتدال را در روغن گل محمدي مي بيند .
24 ـ داروي بازدارنده (رادع ):بازدارنده ضد جذب كننده است و عبارت از دارويي سرد است كه اندام را سردي مي بخشد و درنتيجه ي اين سردي تراكم در اندام بوجود مي آيد و سوراخ هاي ريز اندام تنگ مي شوند و حرارت جذب كننده اش كاهش مي يابد و مايعي كه به سوي آن در جريان است بند مي آيد يا منعقد مي شود و به اندام نمي رسد و اندام آن را نمي پذيرد مثل تاجريزي كه در معالجه دمل ها استعمال مي شود .
25 ـ داروهاي غليظ كننده (مغلظ ):مقابل رقيق كننده است و داروهايي هستند كه قوام رطوبت را از آنچه هست غليظ تر مي گرداند و اين يا بوسيله ي خاصيت منجمد كنندگي يا منعقد كنندگي يا مخلوط شدن صورت مي گيرد .
26 ـ داروي مفجج (فاصله انداز ):داروهايي هستند كه ضد هاضم و رساننده (پزنده )باشند ، بوسيله ي سرد مزاجي كه دارند گرماي غريزي و حرارت بيگانه را در غذا خنثي مي سازند .غذا نه هضم مي شود و نه به پختگي مي رسد .
27 ـ داروي تخدير كننده (مخدر ):دارويي است كه بسيار سرد مزاج است و به حدي اندام را سرد مي كند كه گوهر روح حامل نيرو ،حس و حركت در مزاج آن اندام سرد مي گردد ،گوهرش غليظ مي شود و قواي نفساني تأثير پذير نخواهد ماند ،مثل افيون و بنگ .

28 ـ داروهاي مرطوب كننده :معروف است .
29 ـ داروهاي بادزا (منفج ):دارويي است كه در گوهرش رطوبتي بيگانه و غليظ موجود است و هرگاه گرماي غريزي در آن بكار بيفتد آن رطوبت به زودي از بين نمي رود و به گاز تبديل مي شود .مانند :لوبيا .هر آنچه بادزا است سردرد مي آورد و براي چشم زيان دارد .ليكن برخي از داروهاي بادزا اعم از دارو يا غذا رطوبتشان در مرحله هضم اول باد مي شود و در معده و روده ها جاي مي گيرد .
30 ـ داروي شوينده (غسال ):دارويي است كه مي زدايد ، اما اين زدودن از نيروي مؤثري نيست كه در او موجود است بلكه از نيرويي است كه از نيروي مؤثر ديگر تأثيرپذير است و حركت آن را ياري مي كند .مثل :ماء الشعير و آب زلال .
31 ـ داروي چرك آور :دارويي است مرطوب كه با رطوبت قرحه مي آميزد و چرك و رطوبت قرحه را فزوني مي دهد و مانع خشكيدن و بهم آمدن زخم مي شود .
32 ـ داروي لغزنده (مزلق ):وقتي جسمي در مجرايي گير كرده است و نمي تواند بيرون بيايد ، دارويي است مرطوب كه مي تواند جسمي را كه در مجرا گير كرده است بركند .اين دارو با اجزاي آن مي آميزد و بر اثر اين آميزش اجزاي آن نرم مي شود و براي جريان يافتن در مجرا آمادگي پيدا مي كند و با سنگيني طبيعي كه دارد يا بوسيله ي نيروي دافعه به حركت مي افتد . گويند آلو كه اسهال مي آورد از لغزاننده هاست .
33 ـ داروي هموار كننده (مملس ):دارويي را هموار كننده گويند كه بر سطح اندامي زبر مي گسترد و زبري را مي پوشاند ، يا رطوبتي به سوي سطح زبر روان مي سازد و زبري را مي پوشاند .
34 ـ داروي خشكاننده :دارويي را كه لطيف و گدازنده است و رطوبت ها را از بين مي برد خشكاننده مي گويند .
35 ـ داروي گيرنده (قابض ):دارويي است كه حركات اجزاي اندام را به گرد هم آيي وا مي دارد تا در جاي خود متراكم شوند و مجراها بند آيند .
36 ـ داروي فشرنده (عاصر ):دارويي است كه اجزاي اندام را چنان جمع مي آورد و مي گيرد كه رطوبت هاي رقيق آن تحت فشار قرار مي گيرند و ناگزير مي شوند .
37 ـ داروي بندآورنده (مسدد ):دارويي است خشك و از خشكي و تراكمي كه دارد يا از آنجا كه پوشنده است در مجراها (منفذها )متوقف مي شود و موجب بند آمدن مي گردد . 38 ـ داروي پوشاننده (مغزي ):دارويي را گويند كه خشك است و كمي رطوبت لزج در آن هست و به دهانه مي چسبد و بند مي آورد و در نتيجه سيلان باز مي ايستد .
هر چه لزج و سيال و لغزاننده باشد و به گرمي نزديك شود پوشاننده و بند

آورده و متوقف كننده مي شود .
39 ـ داروي به هم آورنده (مدمل ):دارويي است كه رطوبت ميان هر دو طرف زخم را غلظت بخشد و آن را خشك نمايد تا به حالتي درآيد كه براي پوشيدن و به هم چسبيدن آماده شود و به اين ترتيب هر دو طرف زخم را به هم آورد .مثل خون سياوشان و صبر زرد .
40 ـ داروي رويانندە گوشت :اين نوع دارو مزاج خوني را تعديل مي كند كه بر زخم وارد مي آيد و خون را منعقد مي كند و سرانجام آن را تبديل به گوشت مي سازد .
41 ـ داروي مهر گذار (خاتم ):مهرگذار يا پايان بخش دارويي است كه سطح زخم را مي خشكاند و موجب بوجود آمدن خشك ريشه مي شود كه زخم را تا رويش پوست طبيعي از آسيب نگه مي دارد .
هر دارويي كه به اعتدال بخشكاند و پوست را به اعتدال برويانند و سوزش نداشته باشد از داروهاي مهرگذار به شمار مي آيد .
42 ـ داروي كشنده (قاتل ):عبارت از دارويي است كه مزاج را به افراطي تباه سازد .مانند :شبرم و افيون .
43 ـ سم :دارويي را سم (زهر )مي ناميم كه نه تنها بواسطه ي ضديت كشنده است بلكه با خاصيتي كه در خود آن موجود است سبب مرگ مي شود مانند بيش .
44 ـ تریاق و پادزهر:دارويي است كه تندرستي و نيروي روح را نگه مي دارند تا بتواند زيان سم را از خود دفع نمايد گو اينكه پادزهر مصنوعي را تریاق مي نامند و واژه پادزهر به داروهاي پادزهري ساده اطلاق مي شود كه طبيعي و غيرصنعتي هستند و شايد نباتات شايستگي اسم تریاق را بيش از مصنوعات داشته باشند و احتمال اين هم هست كه بسيار تفاوت ميان اين دو اسم نباشد .
45 ـ داروهاي اسهال آور ، عرق آور ، ادرار آور (مسهل ،معرق ، مدر) :اين داروها را همه مي شناسند .
تأثير عوامل خارجي بر دارو :
در بعضي از حالات كه به وسيله ي صفت بر داروها عارض مي شود حكم داروها نيز تغيير مي يابد و ويژگي هاي اوليه آنها دگرگون مي شود ، مثلاً پختن ، كوبيدن ، آتش زدن ، شستن ، يخ بستن از سرما و
مجاورت دارويي با داروي ديگر شايد دارو را ازحالي به حالي دگرگون سازد. گاهي آميختن دارويي با دارويي ديگر خصايص اوليه دارو را تغيير مي دهد. ـ پختن دارو :
دارويي كه جرم آن متراكم و غليظ است و تا بسيار جوشانده نشود اثر نمي بخشد مثل :ريشه كبر ، زراوند ، زرنباد و شبيه آنها .
دارويي كه در حالت اعتدال (ميان غليظ و رقيق )است بايد به حالت

اعتدال جوشيده شود چه اگر بسيار بجوشد از تأثير مي افتد مانند داروهاي مدر ، استخودوس و مانند آنها .
دارويي كه رقيق تر از حالت اعتدال است و كمترين جوشيدن براي آن كافي است اگر بيشتر از يك غل بجوشد تأثير دارويي را از دست مي دهد .مانند افتيمون (سس صغير ).
كوبيدن دارو :
برخي از داروها بعد از كوبيده شدن اثري ندارند مانند گياه محموده (سقمونيا )،پس بايد با كمال نرمش و آهستگي و تأني كوبيد و نبايد بر آن فشار زياد آورد تا بر اثر كوبيدن چنان گرمايي حاصل شود كه نيروي آنها را تباه گرداند .
انگم (صمغ ها )غالباً اين حالت را دارند و بر اثر كوبيده شدن تأثير خود را از دست مي دهند ،اگر آنها را در آب حل كنند بهتر از آن است كه بكوبند .
هر دارويي اگر زياد كوبيده شود بي اثر مي شود .
سوزاندن دارو :
برخي از داروها را بايد سوزاند تا از تأثيرش كاسته شود و برخي را به اين منظور بايد سوزاند تا تأثيرش بيشتر گردد .
كليه ي داروهاي تندي (حاد )كه داراي گوهر لطيف يا معتدل هستند بر اثر سوختن گوهر آتشي كه در بردارند تحليل مي رود و مي كاهد و از اين رو گرمي و تندي آنها هم رو به كاهش مي رود مانند زاج ها و زاج زرد .
داروهايي كه داراي گوهر متراكم و نه تند هستند و نه گرم بر اثر سوختن نيروي تند مي يابند مانند :آهك .
آهك سنگي بوده است كه حدتي (تندي )نداشته است و بعد از آن كه به آتش كشيده شده است تندي را كسب كرده است .
بطور كلي هدف از سوزاندن دارو يكي از حالات پنج گانه زير است :
الف ـ از حدت دارو بكاهيم مانند زاج و زاج زرد .
ب ـ دارو حدت يابد مانند حالت آهك .
ج ـ دارويي كه گوهرش متراكم است و مي خواهيم لطيف شود مانند :خرچنگ و شاخ گوزن كه مي سوزانند .
د ـ براي كوبيده شدن (خرد شدن )آمادگي پيدا كند مانند :ابريشم . ابريشم را براي تقويت قلب مي سوزانند ،ليكن اگر آن را با قيچي ريزريز كنند بهتر و تأثيرش از سوخته آن بيشتر است .اما با قيچي بريدن به اندازه اي كه لازم است ريزريز شود دشوار است و ناگزير آن را به آتش مي كشند .
هـ براي اينكه از تباهي گوهرش اثري نماند مانند :كژدم كه آن را براي معالجه سنگ مثانه مي سوزانند .
شستن دارو :
هر دارويي كه مقداري از گوهر تند لطيف با آن آميخته باشد مي توان

بوسيله ي شستن آن تندي را از آن پاك كرد و گوهرش را تعديل نمود .تعديل دارو بوسيله ي شستن در سه حالت بكار مي آيد :
1 ـ وقتي دارو بيش از حد لازم گرم است ، بوسيله ي شستن رو به سردي مي آورد و اعتدال مي يابد .آن بخش دارو كه مزاج خاكي دارد وقتي به آتش كشيده مي شود گرمي را از آتش دريافت مي دارد .عمل شستن آن را از گرمي اكتسابي مي رهاند .آهك شسته همين حال را دارد كه اثر سوختن آن از بين مي رود و معتدل مي گردد .
منجمد كردن دارو :
هرداورويي كه داراي گوهر سرد است در حالت انجماد نيروي لطيف را از دست مي دهد و سردي آن افزايش مي يابد .
= مجاورت دارو با داروي ديگر :
داروها گاهي بر اثر همنشيني و مجاورت كنش ويژه خود را تغيير مي دهند .
داروي سرد از همسايه گرم ،گرمي كسب مي كند و داروي گرم از همنشيني سرد به سردي مي گرايد .
بسياري از داروهاي سرد مزاج را كه در كنار انكثره (حلتيت )، شبرم ، جندبيدستر و مشك قرار دهند به گرمي مزاجي روي مي آورند و گرمي مي بخشند .
بسياري از داروهاي گرم را اگر در مجاورت كافور و صندل كه سرد هستند بگذارند به سردي مي گرايند و سردي رسان مي شوند .
پس بايد دانسته شود كه همنشيني اثر مي بخشد و نبايد داروهاي مختلف در كنار هم نهاده شوند و از يكديگر تأثير بپذيرند .
آميزش داروها :
در آميزش داروها با هم ممكن است يكي از حالات زير ايجاد شود :
1 ـ اثرات دارويي با آميختن بيشتر گردد .
2 ـ داروها بر اثر آميزش اثر خود را از دست بدهند .
3 ـ براثر اين آميخته شدن ، خطرات دارو از بين برود و مفيد واقع شود .
مثال :
حالت اول :برخي از داروها داراي نيروي اسهالي هستند و ليكن بدون كمك از غير نمي توانند كار را يكسره كنند . سپس به كمكي نيازمند هستند تا قوت لازم را بيابند .مثال :
گياه تربُد مسهل است ولي به آن اندازه كه براي اسهال شديد بكار آيد .اگر فلفل و داروهاي لطيف همراه تربد باشند در عمل تحليل بردن به آن كمك مي كنند و اسهال سريع تر صورت مي گيرد .
حالت دوم :دو نوع از دارو كه هر دو يك اثر مي بخشند ، ليكن اثر آنها بوسيله ي دو نيروي متضاد يا شبيه متضاد است و اگر اين دو نوع دارو با

هم باشند چنانچه يكي از آن دو زودتر برسد اثر خود را نشان مي دهد و اگر هيچ كدام از ديگري پيشي نگيرد و با هم به مقصد برسند مانع كار يكديگر مي شوند و هيچ كاري انجام نمي دهند .مثال :
هليله و بنفشه اين حالت را دارند .
بنفشه نرمي بخش است و هليله از راه فشردن و متراكم كردن اثر مسهلي دارد ، اگر هر دو با هم در يك آن بر ماده وارد آيند اثري نخواهند بخشيد و اگر هليله قبلاً بيايد و بعد از آن بنفشه سر برسد يكي از آنها بي كار مي ماند و چنانچه بنفشه اول بيايد و نرمش دهد و بعد هليله سر برسد و فشار آورد اثر قوي تر مي گردد .
حالت سوم :صبر و كتيرا و مقل را براي اين حالت مثال مي آوريم :
صبر مسهل است و معده را مي پالايد ولي خراشنده است و دهانه رگ ها را باز مي نمايد .كتيرا پوشاننده (چسبنده ) است .مقل قابض است .
هرگاه صبر را به روان كردن كار دفع استعمال مي كنيم آن را با كتيرا و مقل مي آميزيم .
در اين صورت صبر اسهال مي دهد .كتيرا آنچه را كه صبر تراشيد ، پر مي نمايد (مي پوشاند )و مقل دهانه رگ ها را تقويت مي كند و كار به سلامت به انجام مي رسد .
چيدن داروها و نگهداري آنها :
گروهي از داروها معدني و برخي گياهي هستند . دسته اي نيز از جانوران بدست مي آيند .
داروهاي معدني :
در گزينش داروهاي معدني شرط هايي مورد نظر هستند به قرار زير :
1 ـ داروها از معدني استخراج شده باشند كه فراورده هايش به خوبي مشهور باشند مانند زاج سبز (قبرسي )زاج كرماني و مشابه آنها .
2 ـ داروي معدني بايد صاف و بي آلايش و دور از هر آميزه بيگانه اي باشد .
3 ـ بايد مواد برچيده به عنوان دارو ،گوهر تمام عيار باشد و رنگ و مزه ويژه آن بدون كاستي و درست باشد .
داروهاي گياهي :
داروهاي گياهي به چند نوع هستند به قرار زير :
برگ ،گياه ،تخم گياه ،ريشه و ساقه و شاخه گياه ، گل و شكوفه گياه ، ميوه گياه و گاهي نيز تمام گياه مورد استفاده قرار مي گيرد .
ـ چيدن و نگهداري برگ ها :گياه بايد به حجم نهايي خود رسيده باشد تا برگ نيز به مرحله ي نهايي نمو رسيده باشد و بايد قبل از آن كه برگ تغيير رنگ بدهد يا بشكند و يا پژمرده شود و به زمين بيفتد آن را چيد .
ـ چيدن تخم دارويي گياهان :تخم گياه را بايد هنگامي چيد كه كاملاً سفت

شده باشد و اثري از رطوبت و نارسيدگي در آن نمانده باشد .
ـ چيدن ريشه گياهان :ريشه گياه را هنگامي به منظور دارويي بايد بچينند كه گياه در شرف برگ ريزي است .
ـ چيدن شاخه و ساقه :زمان چيدن شاخه و ساقه گياه دارويي وقتي است كه گياه كاملاً نمو يافته و رسيده است و هنوز پژمردگي به آن راه نيافته است .
ـ چيدن شكوفه ها :شكوفه را بايد بعد از باز شدن كامل و قبل از پژمردن و افتادن چيد .
ـ چيدن ميوه گياهان :ميوه گياه را بايد تمام رسيده از درخت يا گياه چيد و چيدن آن قبل از هنگامي باشد كه آماده ريختن و افتادن است .
ـ چيدن گياه كامل :گياه بايد هنوز شاداب باشد ، تخم آن رسيده باشد ، ساقه ي آن كمتر ترنجيده و شاخه آن كمتر پژمرده باشد . تخم آن پرمغزتر و چاق تر و ميوه اش پرمايه و سنگين تر باشد . ميوه
حجيم و بي مايه و پژمرده چندان ارزشي ندارد ، اما اگر بزرگ و پرمايه باشد از كوچكترش مفيدتر است .
چيدن گياه داروي در هواي صاف و آفتابي بهتر از آن است كه در هواي مرطوب و باراني و بعد از باران بچينند .گياهان بياباني (وحشي )هر چند غالباً از گياهان كاشته شده (زراعتي )كم حجم تر هستند ليكن بهتر از آنها مي باشند .در اين مورد گياهان كوهستاني با ارزش تر از گياهان جلگه اي هستند .هرگياهي كه در وقت و موقع خود چيده شود بهتر از آن است كه قبل يا بعد از وقت چيده اند .
شرايطي كه ذكر شد در اكثر حالات مطابقت دارد و بايد مراعات شود .
هرقدر رنگ گياه سيرتر و مزه اي آشكارتر و بوي آن قوي تر باشد نشانه خوبي آن است .
از تأثير گياه خشك شده بعد از سه سال كاسته مي شود به استثناء چند گياه از قبيل دو نوع خربق سياه و سفيد .
ـ انگم و شيره ها :شيره و انگم (صمغ )گياهان را به منظور استفاده دارويي بايد بعد از منعقد شدن و قبل از آن كه آنقدر خشك شود كه به آساني خرد شود چيد .اكثر انگم ها به ويژه افربيون بيشتر از سه سال تأثير نمي بخشد .
بهترين نوع انگم ها آن است كه مدت بيشتري پايدار و اثر بخش بماند .اگر انگم تازه و نيرومند در دسترس باشد بهتر است ،اما اگر چنين انگمي پيدا نشود مي توان كهنه آن را كه در اثر بخشي تا حدي ناتوان شده است به جاي آن بكار برد و مقدار آن را بيشتر كرد .
داروهاي حيواني :
تهيه عناصر درماني از حيوانات شرط هايي دارد به قرار زير :

حيوان بايد جوان باشد ،در فصل بهار مورد استفاده قرار گيرد و صحيح و سالم و تمام اعضايش كامل باشد .
بايد ماده دارويي را بعد از سر بريدن حيوان از آن جدا كرد و حيواني كه بر اثر بيماري مرده است نبايد مورد استفاده قرار گيرد .
منبع:كتاب گياه درماني

1- الحشائش (ماتريامديكا)
پدانيوس ديسقوريدوس در ميانه نخستين نيمه قرن نخست ميلادي در شهر آنازارب كه از بخش هاي سيسيل سرزمين تركيه بوده ، ز اده شد. وي علاقه زيادي به فراگيري دانش پزشكي ، گياه شناسي و داروسازي داشته و حدود 40 سال از عمر خود را همراه با لشكريان رومي به شهرها و مناطق مختلف سرزمين يونان و كشورهاي مجاور سفر كرده و همه جا ، ضمن انجام وظيفه بعنوان پزشك، به شناسايي و آزمايش گياهان و مواد دارويي مختلف مي پرداخته، پس از سپري شدن مدت ياد شده ، نتايج دقيق ارزيابي هايش را همراه با تصاوير مشاهدات خود ، پس از گردآوري و بمنظور ارائه آنها بعنوان كتاب آموزشي، براي دانشجويان و ديگر علاقمندان ، در پنج يا هفت مقاله به نام « بنياد پزشكي materia medical » نگاشته و به جاي گذاشته است . اين كتاب گرانمايه، در طي بيست قرن كه از نگارش آن مي گذرد براي برجسته ترين پزشكان و مكاتب پزشكي ، همواره بعنوان يكي از گرانبهاترين ميراث فرهنگ بشري بشمار مي آمده است.
حدود يك هزار موضوعي كه در اين كتاب مورد بحث قرار گرفته اند، شامل گياهان خوراكي و دارويي جانوران ، كاني ها ، فرآورده هاي هر كدام از آنها ، چگونگي شناسايي زهرها و زهرآلودگي هاي گوناگون و پيشگيري و درمان آنها و موارد ارزشمند ديگري مي باشد . براي طبقه بندي گياهان، به جاي استفاده از شيوه الفبايي ، ويژگي و كاربرد آنها منظور گرديده و اين ، يكي از امتيازات كتاب بشمار مي آيد زيرا شيوه علمي نوين، براي فصل بندي كتاب هاي داروشناسي به همين گونه مي باشد. اين كتاب، خيلي زود به مراكز علمي راه يافت و هر چه دانشمندان و پژوهشگران در هر مقطع زماني يا مكاني به محتويات آن آگاهي بيشتري پيدا مي كردند، بيشتر شيفته آن و نگارنده اش مي شدند.
كتاب ديسقوريدوس به زبان هاي مختلف از جمله فرانسه ، اسپانيولي ، آلماني ، ايتاليايي ، سرياني، عربي و احياناً زبانهاي ديگر ترجمه شده است.
در دوره تمدن اسلامي كتاب ديسقوريدوس توسط دانشمندان مختلف مورد مطالعه و تحقيق قرار گرفته است . كامل ترين شرح و تفسير كتاب ديسقوريدوس در قرن گذشته توسط ابن ابيطار صورت گرفته است و خوشبختانه در زمان حاضر دانشمند گرامي و استاد ارجمند آقاي دكتر سيد محمود طباطبايي با بيش از بيست سال تحقيق و پژوهش در زمينه تصحيح ، بازنويسي و ترجمه متون طب سنتي اين كتاب ارزشمند را در در 10 جلد

(حدود پنج هزار صفحه ) به عنوان دقيق ترين متن و جامع ترين شرح و ترجمه كتاب ديسقوريدوس، تهيه نموده اند.
2- الحاوي الكبير في الطب
نام كتاب معروف محمد زكرياي رازي «الحاوي الكبير في الطب» مي باشد. كه آنرا « الجامع الحاصر لصناعه الطب » و « الجامعالكبير » و « الجامع» نيز نامند . كتاب الحاوي از بزرگترين و مشهورترين تاليفات محمد بن زكرياي رازي است كه به قول خودش پانزده سال شب و روز ، وقت خود را صرف نوشتن آن كرده است .
اين كتاب يك دوره كامل علم طب تا دوران رازي است كه در آن علاوه بر استفاده از نظريه ها تجارب و تاليفات پزشكان قبل از خود بخصوص بقراط ، ديسقوريدوس و جالينوس كليه تجارب شخصي و باليني خود را كه در مدت طبابت در بغداد و ري كسب كرده بود به نگارش درآورده و همراه با شرح بيماري ها در باره آنها اظهار نظر كرده است . اين كتاب دايره المعارف طبي است كه در آن از كليه شاخه هاي طب و اصول تداوي و بهداشت و بيماري شناسي و داروشناسي و اخلاق پزشكي بحث شده است كتاب الحاوي شامل بيست و شش جلد مي باشد و اكنون نسخ خطي متعدد آن در كتابخانه هاي معتبر عالم مانند كتابخانه ترجمه آكسفورد و كمبريج انگلستان و كتابخانه اسكوريال و كتابخانه موزه بريتانيا ، كتابخانه مونيخ( استانبول) و كتابخانه سليمانيه( اسپانيا) و كتابخانه سليم آقا وكتابخانه شهيد علي پاشا (استانبول) و كتابخانه موصل، و كتابخانه هندوستان و كتابخانه آستان قدس رضوي و كتابخانه مدرس و كتابخانه ملك در تهران موجود است.
3- قانون
شيخ الرئيس ابوعلي حسين بن عبدالله بن سينا ( تولد 370 هـ. ق – وقات 427 هـ . ق ) شخصيت استثنايي فلسفه و حكمت اسلامي و دانشمند نامدار ايراني كه از قرن چهارم هجري تا امروز بيشترين اثر را در آموزش و ارائه خدمات پزشكي بر اساس طب سنتي داشته است بي نياز از هرگونه معرفي است.
كتاب قانون او تا قرن ها از مهمترين كتب پزشكي به شمار مي رفت – شامل مطالبي درباره قوانين كلي طب، داروهاي تركيبي و غير تركيبي و امراض مختلف مي باشد. اين كتاب در قرن دوازدهم ميلادي همراه با آغاز نهضت ترجمه به زبانهاي لاتين ترجمه شد و تا امروز به زبان هاي انگليسي ، فرانسه و آلماني نيز برگردانده شده است . قانون – كه مجموعه مدوني از كل دانش طبي باستاني و سنتي اسلامي است به عنوان متن درسي پزشكي در دانشگاههاي اروپايي مورد استفاده قرار مي گرفت چاپ كتاب قانون در پنج جلد تا قرن 18 و اوايل قرن 19 مرتب ادامه داشت. كتاب

قانون بوعلي سينا از پنج قسمت زيرتشكيل شده است:
- مسائل كلي پزشكي ، مانند : وضع اعضاء بدن و اعصاب، كالبد شناسي ، وظايف اندامهاي مختلف بدن، بيماريها و علت آنها ، مسائل بهداشتي و قواعد كلي درمانها
- اقسام دواها كه با بيان خاصيت آنها ، طبق حروف الفباء تنظيم شده است.
- انواع بيماريها و بيماريهايي كه براي هر يك از اعضاء بدن به وجود مي آيد.
- بيماريهايي مثل تب، غده ها ، جوشها و مراقبت هايي كه سبب حفظ زيبايي انسان مي گردد.
- در قمست پنجم هم مسائل داروسازي به طور مفصل مطرح گرديده است .
كتاب قانون يك دايره المعارف پزشكي است كه در آن تمامي مباني اصلي طب سنتي مورد بحث قرار گرفته است مانند : مباني تشريح(اناتومي ) مباني علامت شناسي(سميولوژي) داروشناسي و داروسازي ، فارماكولوژي و غيره كتاب قانون در سال 1360 توسط مرحوم شرفكندي هژار از زبان عربي به زبان فارسي امروزي ترجمه شد.
4- ذخيره خوارزمشاهي
زين الدين اسماعيل بن حسن جرجاني پزشك معروف ايران قرن پنجم هجري قمري در سال 434 هـ . ق در جرجان متولد شد.
حكيم جرجاني پايه گذار مكتب ايراني در دوره اسلامي بود و اولين طبيب ايراني بود كه كتاب ارزشمند خود ذخيره خوارزمشاهي را به زبان فارسي تأليف كرد . اين كتاب ، دايره المعارف پزشكي بزرگي به زبان فارسي بشمار مي رود.
وي در علوم مختلف استاد بود و پس از ابوعلي سينا نخستين دانشمندي بود كه در آثار خود همه مباحث علم طب را (چنانكه قدما مي انديشيده اند) با تحقيقات مورد مطالعه قرار داد و كليه مباحث پزشكي را در كتب خود جمع آوري و تدوين نمود.
در كتاب ذخيره خوارزمشاهي مباحث گوناگون پزشكي و امراض گوناگون مورد بررسي قرار گرفته و داروهاي مختلفي براي تخفيف درد و معالجه بيماريهاي گوناگون معرفي شده است. جرجاني با تأليف اين كتاب علاوه بر خلق يك اثر علمي برجسته ، مكتب ملي فارسي نويسي را بنيان گذارد و مهم ترين مطالب پزشكي را بطور جامع و در عين حال موجز و قابل فهم به رشته تحرير درآورد ، به طوري كه بسياري از جملات و اصطلاحات حكيم جرجاني بعدها در علم پزشكي كاربرد وسيعي يافتند . كتاب ذخيره خوارزمشاهي پس از كتب رازي و ابن سينا از كتب مهم پزشكي قرون اوليه اسلامي بشمار مي رود و در سده هاي بعد مورد استفاده دانشجويان

طب قرار گرفت . نظامي عروضي سمرقندي اين كتاب را هم پايه شانزده روش درماني جالينوس، حاوي رازي و قانون ابن سينا دانسته است . حكيم جرجاني علاوه بر كتاب ذخيره خوارزمشاهي چند كتاب ديگر نيز در علم طب تأليف نموده است كه مهم ترين اين آثار عبارتند از : الطب الملوكي ، زبده الطب، يادگار، اغراض الطبيه و المباحث العلائيه ، خفي علائي . اين پزشك برجسته در سال 521 هـ ق در گذشت.
منبع: http://itme.behdasht.gov.ir

# نگاهي به عوارض داروهاي گياهي بر پوست

## مقدمه

استفاده از داروهاي گياهي به لحاظ ارزاني، در دسترس بودن و آساني مصرف، در جهان و خصوصاً كشورهاي در حال توسعه رو به افزوني يافته‌اند. همگام با افزايش مصرف و عرضه آنها، عوارض جانبي سويي خصوصاً در موارد مصرف بي‌رويه و بدون نظارت پزشكان به سراغ بيماران خواهد آمد، بنابراين اين باور و نگرش كه داروي گياهي كاملاً بي‌خطر و بي‌عارضه بوده و بدون نظر پزشك در هر شرايط قابل استفاده مي‌باشد، زير سؤال مي‌رود.

بيماريهاي پوستي از آنجاييكه اغلب به درمان‌هاي طولاني نيازمندند و بيماران را دچار اضطراب و تنش ناشي از قابل رؤيت بودن آنها، مي‌نمايند، بيشتر از ساير بيماري‌ها در معرض مواجهه با گياهان دارويي قرار دارند. رايج‌ترين طرز مصرف گياهان در بيماري‌هاي پوست، به شكل موضعي (Topical) مي‌باشد و مالش مواد و عصاره گياهي در سطح پوست گاهاً منجر به حساسيت‌هاي تماسي و تحريكات موضعي و حساس شدن در برابر آفتاب و اشعه ماوراي بنفش مي‌گردد.

به عنوان مثال مركبات و آويشن كه داراي مواد روغني به نام Essential Oils هستند مي‌توانند ايجاد اگزماي تماسي آلرژيك در مناطق تحت درمان بويژه صورت، پلك‌ها و اطراف دهان نمايند. صمغ گياه آلويه‌ورا كه در اگزماها و جراحات سطحي و التهابات پوستي كاربرد درماني داشته، مي‌تواند ايجاد درماتيت تماسي آلرژيك نمايد و در زخم‌هاي عمقي نيز اگر مصرف گردد، التيام آنها را به تأخير مي‌اندازد و مي‌تواند مضر باشد.

در ساقه و برگ برخي از گياهان كه با كودهاي حاوي آرسنيك تغذيه شده‌اند، عنصر آرسنيك تجمع مي‌يابد و مي‌تواند در دراز مدت براي مصرف كنندگان آنها، ايجاد مسموميت و حتي سرطان پوست يا ريه نمايد.

موردي ديگر از عوارض سو جانبي ناشي از گياهان، مصرف مقادير زياد شاه‌بلوط هندي (Horse Chestnut) بدليل دارا بودن موادي كه محرك سيستم ايمني هستند، ايجاد لوپوس مي‌نمايد و يا مصرف افدرا (Ephedra) كه در قرص‌هاي لاغري از آن استفاده مي‌گردد، ايجاد عوارض قلبي و حتي مرگ مي‌نمايد.برخي از گل‌ها و فرآورده‌هاي گياهي خواص هورموني دارند به عنوان مثال جينسنگ (Ginseng) خواص استروژني دارد و در خانم‌ها مي‌تواند اختلالات قاعدگي و حساسيت پستان‌ها و اضطراب روحي ايجاد كند.

اينها اشاراتي مختصر به عوارض عديده ناشي از مصارف بي‌رويه و كنترل

نشده پاره‌اي از گياهان دارويي بوده است.
پروتكل پيشنهادي :
داروهاي گياهي حتماً با نسخه پزشك مجرب در اين زمينه ارايه شوند. در زنان باردار، شيرده و اطفال زير ? سال با نهايت احتياط و دقت تجويز شوند. (بهتر است مصرف نگردد)
فقط گياهاني كه بسته‌بندي بهداشتي و داراي پروانه و مجوز ساخت معتبر هستند در بازار دارويي مورد استفاده قرار گيرند. از مصرف قرص‌ها و شربت‌هايي كه عنوان گياهي داشته ولي فاقد بروشور و كاتالوگ راهنما هستند (و براي مصارفي همچون لاغري، تنظيم اشتها، بارور شدن، زيبايي پوست و محرك قواي جنسي تعبيه و تهيه شده‌اند) جداً خودداري گردد.
منبع:http://www.academist.ir

مرجع کامل داروها

در مورد اين دارو آتنولول به علل گوناگوني مثل افزايش فشار خون تسكين درد قلبي پيشگيري از سردردهاي ميگرني و درمان بي‌نظمي ضربان قلب تجويز مي‌شود. همچنين براي جلوگيري از دومين حمله قلبي در افرادي كه يك بار دچار حمله قلبي شده‌اند، كاربرد دارد. ممكن است در شرايط ديگري نيز پزشكتان اين دارو را برايتان تجويز كند. آتنولول با مسدود كردن برخي تكانه‌هاي عصبي به بخش‌هاي خاصي از بدن عمل مي‌كند؛ به همين علت آن را يك مسدودكننده بتا مي‌شناسند. با مسدود كردن اين تكانه‌ها، آتنولول به قلب كمك مي‌كند تا منظم‌تر و مؤثرتر بزند و در نتيجه بار كاري قلب كاهش يابد. چگونگي مصرف آتنولول معمولاً روزي يك بار مصرف مي‌شود. مهم است كه دارو را هر روز سر ساعت معيني بخوريد. معمولاً بهتر است دارو را صبح پيش از صبحانه مصرف كنيد تا فراموشش نكنيد. آتنولول را مي‌توان با يا بدون غذا مصرف كرد. هر روز پيش از خوردن آتنولول نبضتان را بشماريد. اگر زير 50 در دقيقه بود پيش از خوردن داروي آن روز، با پزشكتان مشورت كنيد. هيچگاه بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه آن را به ياد آورديد مصرفش كنيد. البته اگر كمتر از 8 ساعت تا نوبت بعدي مصرف دارو رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه منظم دارويي‌تان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد و دارو را بدون هماهنگي با پزشكتان قطع نكنيد. با قطع مصرف آتنولول ممكن است در معرض خطر يك حمله قلبي باشيد. در اكثر مواردي كه آتنولول تجويز مي‌شود، بيماري مهار مي شود ولي درمان نمي شود. و اين بدين معناست كه ممكن است لازم باشد چندين سال يا تا پايان زندگي آن را مصرف كنيد. هشدارها و عوارض جانبيدر صورت بروز هريك از علايم نادر ولي جدي زير، مصرف آتنولول را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: - اشكال در تنفس تنگي نفس يا خس‌خس سينه - سرد شدن كف دست و پا؛ - ضربان قلب زير 50 در دقيقه - سرگيجه يا سياهي رفتن چشم در هنگام بلند شدن از حالت خوابيده يا نشسته - تورم دست‌ها و پاها يا افزايش وزن ناگهاني (5/1 كيلو در 48-24 ساعت ؛- افسردگي گيجي يا توهم (شنيدن ديدن يا احساس چيزهايي كه وجود ندارند)؛ - درد قفسه سينه مفاصل يا كمر؛ - تب گلودرد؛ - بثورات جلدي - يا هرگونه كبودي يا خونريزي غيرعادي نشانه‌هاي زير تا هنگام عادت كردن بدنتان با دارو ممكن است مشاهده شوند:خواب‌آلودگي خستگي مشكل در خوابيدن اضطراب يبوست يا اسهال كابوس يا كاهش

توانايي جنسي اگر اين علايم ادامه يافتند يا مشكل‌ساز شدند، وضعيت را با پزشكتان در ميان بگذاريد.موارد احتياطدر صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف آتنولول پزشكتان را مطلع سازيد: - حساسيت به آتنولول يا ديگر داروهاي مسدودكننده بتا بارداري يا شيردهي - در حال مصرف داروهاي ديگر، به ويژه تزريقات حساسيت‌زدايي كافئين داروهاي آسم (آمينوفيلين ديفيلين اكستريفيلين تئوفيلين ، داروهاي ديابت (انسولين داروهاي خوراكي پايين‌آورنده قند)، ديگر داروهاي كاهنده فشار خون (مسدودكننده‌هاي كانال‌هاي كلسيمي كلونيدين گوانابنز)، كوكائين يا مهاركننده‌هاي مونوآمين‌اكسيداز. - سابقه يا ابتلا به حساسيت آسم يا آمفي‌زم مشكلات احتقاني قلب بيماري قند؛ پركاري تيرويید؛ افسردگي يا بيماري‌هاي كليوي يا كبدي اگر بيماري قند داريد، آتنولول ممكن است قند خون شما را افزايش دهد و نيز ممكن است علايم افت قند خون را مخفي كند. اگر دچار حساسيت باشيد با مصرف آتنولول واكنش‌هاي حساسيتي‌تان ممكن است تشديد شود.هنگام مصرف آتنولول توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودي‌تان را زير نظر داشته باشد.-در مورد ميزان فعاليت قابل قبول بر اساس وضعيت بدني‌تان با پزشكتان مشورت كنيد. آتنولول ممكن است درد قفسه سينه را كاهش دهد يا از آن جلوگيري كند و در نتيجه باعث شود تا از آن حد كه برايتان بي‌خطر است فعال‌تر باشيد. كه اين خود موجب درد قفسه سينه و علايم جدي ديگر مي‌شود. - وزن‌تان را نسبت به قد و استخوانبندي‌تان در يك محدوده مناسب نگاه داريد. در صورت نياز براي كاهش وزن از پزشكتان كمك بگيريد.-اگر براي كاهش فشار خون آتنولول مصرف مي‌كنيد، مصرف سديم (نمك خود را محدود كنيد. از پزشكتان درخواست كنيد دستوارات تغذيه‌اي در اختيارتان بگذارد يا شما را به يك متخصص تغذيه معرفي كند. -اگر سيگاري هستيد، سيگار را ترك كنيد، از پزشكتان بخواهيد شما را به يك مشاور يا گروه ترك سيگار معرفي كنيد.الكل ننوشيد. - از وضعيت خوابيده به نشسته يا ايستاده و يا از حالت نشسته به ايستاده آرام تغيير وضعيت دهيد تا دچار سرگيجه سياهي رفتن چشم يا غش نشويد. در هواي سرد لباس گرم‌تر بپوشيد، چرا كه آتنولول ممكن است شما را به سرما حساس‌تر كند.

براي روزهاي تعطيل مقدار كافي دارو در دسترس داشته باشيد. يك برگه شناسايي پزشكي كه نشان دهد آتنولول مصرف مي‌كنيد به همراه داشته باشيد.

پزشكان ديگر را از اينكه آتنولول مصرف مي‌كنيد مطلع سازيد؛ زيرا آتنولول ممكن است بر روي برخي آزمون‌هاي آزمايشگاهي اثر بگذارد. آتنولول را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت

مرطوب نگه داريد (در اين شرايط آتنولول فاسد مي‌شود). آتنولول تاريخ گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد.هنگام مصرف آتنولول نبايد تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگي كنيد يا با وسايل خطرناك كار كنيد. اگر خواب‌آلودگي يا سرگيجه مشكل‌ساز شد، با پزشكتان مشورت كنيد.
بدون مشورت با پزشكتان دارويي مصرف كنيد؛ به ويژه داروهاي محرك و داروهاي سرفه يا سرماخوردگي كه بدون تجويز پزشك قابل تهيه هستند.

در مورد اين دارو آزيترومايسين يك آنتي‌بيوتيك است كه براي گلودرد استرپتوكوكي برونشيت برخي انواع سينه‌پهلو (پنوموني ، و عفونت‌هاي كلاميديايي تجويز مي‌شود. چگونگي مصرف آزيترومايسين بايد با شكم خالي خورده شود، حداقل 1 ساعت قبل يا 2ساعت بعد از غذا. اين دارو براي بعضي از عفونت‌ها به صورت تك‌نوبتي تجويز مي‌شود يا در ساير موارد به شكل روزي يك نوبت براي 5 روز. مهم است كه دارو سر وقت و به‌طور كامل مصرف شود، حتي در صورت احساس بهبودي چنانچه پيش از مصرف تمام دارو آن را قطع كنيد علايمتان ممكن است برگشت كنند. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه آن را به ياد آورديد مصرفش كنيد. البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است اين نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه منظم دارويي‌تان بازگرديد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير، مصرف آزيترومايسين را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: اسهال دردهاي شكمي تهوع و استفراغ زخم‌هاي دهاني يا زبان خارش يا ترشح واژن پلاك‌هاي سفيد در دهان يا روي زبان تب درد مفصلي يا بثورات جلدي يك پاسخ حساسيتي نادر به آنتي‌بيوتيك‌ها آنافيلاكس است كه نيازمند توجه و مراقبت فوري پزشكي مي‌باشد. از آنجايي كه آنافيلاكس به سرعت پيشرفت مي‌كند، در صورت بروز تورم لب‌ها و دور چشم كهير يا تورم‌هاي پوستي غش ناگهاني ضربان قلب تند يا خس‌خس سينه يا مشكل در تنفس مصرف دارو را قطع كرده بلافاصله با يك مركز خدمات اضطراري پزشكي تماس بگيريد. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف آزيترومايسين پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به آزيترومايسين اريترومايسين يا آنتي‌بيوتيك‌هاي ديگر. بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه كاربامازپين سيكلوسپورين ضدانعقادها (رقيق كننده‌هاي خون مثل وارفارين ، تئوفيلين و آنتي‌اسيدهاي حاوي آلومينيم منيزيم سابقه يا ابتلا به بيماري كبدي هنگام مصرف آزيترومايسين توصيه مي‌شود حتي در صورت احساس بهبود دوره كامل دارويتان را مصرف كنيد تا عفونت در بدنتان درمان شده از عود بيماري جلوگيري شود. اگر ظرف 3 روز از آغاز درمان با آزيترومايسين احساس بهبودي نكرديد با پزشكتان مشورت كنيد.
آزيترومايسين را دور از دسترس كودكان دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگه داريد (در اين شرايط آزيترومايسين فاسد مي‌شود).
هنگام مصرف آزيترومايسين نبايد از داروهاي تاريخ مصرف گذشته استفاده كنيد. پيش از اتمام دارويتان آن را قطع كنيد، مگر به دستور پزشكتان

ASPIRIN

در مورد اين دارو آسپيرين يك داروي رايج است كه بدون نسخه پزشك قابل تهيه مي‌باشد. اين دارو يك مسكن غيرمخدر براي تسكين دردهاي خفيف تا متوسط نظير سردرد، دندان‌درد، و دردهاي هنگام عادت ماهانه است آسپيرين تب را كاهش مي‌دهد و التهاب را در موارد درماتيسمي كاهش مي‌دهد. آسپيرين خشكي تورم و درد مفاصل را درد آرتريت مي‌كاهد ولي بيماران را درمان نمي‌كند. از اين دارو همچنين در پيشگيري از لخته شدن خون كاهش خطر حمله قلبي و مغزي و موارد ديگر استفاده مي‌شود. البته اين خاصيت آسپيرين ممكن است موجب افزايش احتمال خطر خونريزي شود. استيل ساليسيليك اسيد يك نام ديگر آسپيرين است چگونگي مصرف براي جلوگيري از اثرات مضر آسپيرين بر روي معده اين دارو را با غذا، شير، داروهاي ضداسيد، يا يك ليوان پر از آب مصرف كنيد (اين در مورد قرص‌هاي پوشش‌دار يا شياف صدق نمي‌كند).همچنين براي پيشگيري از دل بهم خوردگي بهتر است از30-15 دقيقه پس از خوردن آسپيرين دراز نكشيد. بجز در مورد قرص‌هاي پوشش‌دار و قرص‌هاي طولاني‌اثر، ساير قرص‌هاي آسپيرين را مي‌توان براي سهولت بلع خرد يا در يك مايع حل كرد. به‌منظور استعمال راحت‌تر شياف آسپيرين آن را براي 30 دقيقه قبل از استفاده داخل يخچال بگذاريد. براي استعمال شياف پوشش شياف را باز كرده شياف را با آب سرد مرطوب كنيد، به يك پهلو دراز كشيده شياف را با كمك انگشتتان داخل مقعد فرو كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه آن را به ياد آورديد، البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي مصرف دارو رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده و به برنامه منظم دارويي‌تان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير، مصرف آسپيرين را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: سوزش سر دل بثورات جلدي تورم دست‌ها، پاها و پلك‌ها؛ افزايش وزن خس‌خس سينه مدفوع سياهرنگ خونريزي از لثه‌ها در هنگام مسواك زدن موارد احتياطدر صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف آسپيرين پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به هر چيز، به ويژه آسپيرين يا داروهاي شبه آسپيرين بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه داروهاي ضدالتهابي غيراستروييدي (مثل ايبوپروفن ، داروهاي ضدانعقادي (رقيق‌كننده‌هاي خون مثل وارفارين ، داروهاي خوراكي ضددیابت آنتي‌بيوتيك‌ها (سفالوسپورين‌ها، وانكومايسين ، داروهاي ضدسرطان (متوتركسات ، والپروئيك اسيد، پروبنسيد و سولفين پيرازون (داروهاي

نقرس ، و زيدووودين سابقه يا ابتلا به مشكلات خونريزي‌دهنده (مثل زخم معده هموفيلي و كمبود پلاكتي ، پوليپ‌هاي بيني ناشي از آسپيرين نقرس كمبود آنزيم G6PD ، پرفشاري خون و بيماري‌هاي كبدي كليوي و قلبي هنگام مصرف آسپيرين توصيه مي‌شود برچسب روي دارو را خوانده و از دستوراتش پيروي كنيد. برچسب روي ساير داروهاي بدون نياز به تجويز پزشك را بخوانيد تا مبادا در حال مصرف داروهايي باشيد كه حاوي آسپيرين هستند يا حاوي داروهايي باشند كه با آسپيرين تداخل ايجاد مي‌كنند.آسپيرين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگاه داريد (در اين شرايط آسپيرين فاسد مي‌شود). شياف آسپيرين را در يك جاي خنك نگاه داريد، ولي آن را و شكل‌هاي مايع آسپيرين را منجمد نكنيد. آسپيرين تاريخ گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. در صورتي كه آسپرين را براي درد، تب يا گلودرد مي‌خوريد، در موارد زير با پزشكتان مشورت كنيد:
درد بيش از 10 روز طول بكشد يا علامت جديدي اضافه شود.تب بيش از 3 روز طول بكشد، تشديد شود يا علامت جديد اضافه شود. گلودرد دردناكتر شود، بيش از 2 روز به طول انجامد، يا تب تهوع استفراغ بثورات جلدي يا سردرد رخ دهد. آسپيرين را فقط به مقدار تجويز شده براي جلوگيري از حمله قلبي مغزي و ديگر مشكلات ناشي از لخته شدن خون مصرف كنيد هنگام مصرف آسپيرين نبايد آسپيريني را كه بوي سركه مي‌دهد استفاده كرد. اين به معناي فاسد شدن آسپيرين است در صورتي كه در عرض 7 روز گذشته عمل جراحي لوزه كشيدن دندان يا جراحي دندان يا دهان داشته‌ايد، آسپيرين را بجويد. آسپيرين را به همان صورت ببلعيد. آسپيرين را مستقيماً روي دندان يا لثه گذاشت در اين صورت ممكن است موجب سوزش شود. بدون مشورت با پزشكتان آسپيرين را قطع كنيد، اگر آن را براي پيشگيري از لخته شدن خون مصرف مي‌كنيد. تا 5 روز پيش از هر جراحي آسپيرين مصرف كنيد مگر به دستور پزشك اين كار موجب خونريزي خواهد شد. به كودكي كه تب يا ديگر علايم شبه آنفلوآنزايي كه ممكن است ناشي از يك ويروس مثل ويروس آبله‌مرغان يا آنفلوآنزا باشد آسپيرين بدهيد. آسپيرين در برخي از موارد با نشانگان "راي كه يك بيماري وخيم است ارتباط داشته است در اين موارد در مورد داروي مناسب با پزشكتان مشورت كنيد. مسموميت در صورت شك به مصرف بيش از حد آسپيرين بلافاصله درخواست كمك پزشكي كنيد. علايم مصرف بيش از حد عبارتند از: صداي زنگ داخل گوش‌ها، خواب‌آلودگي گيجي افت شنوايي اضطراب هيجان شديد، تنفس تند و عمقي براي پيشگيري از عوارض جدي نظير تشنج يا حتي مرگ بلافاصله به دنبال مراقبت‌هاي پزشكي باشيد. اطلاعات ديگر انواع ژنريك آسپيرين از انواع داراي نام

تجاري ارزانترند و در اكثر موارد به همان اندازه مؤثرند. انواع طولاني‌اثر گرانترند ولي ممكن است مصرف آنها راحت‌تر باشد.

در مورد اين داروآسيكلوير يك داروي ضدويروسي رايج است از اين دارو براي جلوگيري و درمان عفونت‌هاي ويروسي نظير هرپس سيمپلكس و هرپس ژينتاليس و درمان آبله‌مرغان استفاده مي‌شود. اگر براي جلوگيري از تبخال راجعه استفاده شود، آسيكلوير بايد به مجردي كه احساس گزگز يا سوزش (كه اولين علامت عود مجدد است آغاز شد مورد استفاده قرار گيرد. در مورد آبله‌مرغان اگر درمان ظرف 24 ساعت اول از شروع پيدايش بثورات جلدي آغاز شود بيشترين تأثير را خواهد داشت زويراكس نام تجاري آسيكلوير است چگونه مصرف كپسول قرص و سوسپانسيون خوراكي آسيكلوير را مي‌توان با غذا مصرف كرد. دارو در هر نوبت بايد با يك ليوان پر از آب مصرف شود. بهتر است براي حفظ يك سطح ثابت دارو در خون آسيكلوير در فواصل يكسان در طي 24 ساعت مصرف شود. آسيكلوير معمولاً هر 4 ساعت 5 بار در روز تجويز مي‌شود. برنامه زماني مصرف دارو مي‌تواند 6 صبح 10 صبح 2 بعدازظهر و 6 عصر و 10 شب باشد. اگر اين برنامه با برنامه كاري يا خواب شما تداخل مي‌كند از پزشكتان بخواهيد در تعيين يك برنامه دارويي كه براي شما مناسب‌تر بوده و در عين حال اهداف درماني را برآورده سازد، به شما كمك كند. بسيار مهم است كه دارو سر وقت و به مقدار تجويز شده كامل مصرف شود، حتي اگر احساس مي‌كنيد حالتان بهتر شده است اگر پيش از مصرف كامل داروياتان آن را قطع كنيد، علايمتان ممكن است مجدداً ظهور كنند. پيش از مصرف سوسپانسيون خوراكي شيشه را به خوبي تكان دهيد و از وسيله‌اي اندازه‌گيري همراه دارو براي تعيين مقدار مصرفي در هر نوبت استفاده كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، آن را به مجردي كه به ياد آورديد مصرف كنيد. البته اگر تقريباً زمان مصرف نوبت بعدي رسيده است نوبت قبلي را رها كرده به برنامه دارويي خود برگرديد، مقدار دارو را دو برابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير با پزشكتان تماس بگيريد: اسهال دردهاي شكمي تهوع و استفراغ سردرد، يا سياهي رفتن چشم موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف آسيكلوير پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت نسبت به آسيكلوير يا گان‌سيكلوير [cytovene، vitrasert]. بارداري يا شيردهي در حال مصرف ديگر داروها، به ويژه آنهايي كه ممكن است براي كليه‌هايتان مضر باشند، مثل مقادير بالاي استامينوفن تيلنول داروهاي ضدالتهابي غيراستروييدي (NSAID) مثل ايبوپروفن سيكلوسپورين فوسكارنت ليتيم ريفامپين سولفوناميدها و تتراسايكلين‌ها.داراي سابقه يا

دچار دهيدارتاسيون (كاهش آب بدن يا بيماري كليوي در هنگام مصرف آسيكلوويز توصيه مي‌شود دوره درمان با آسيكلوويز را به‌طور كامل طي كنيد تا عفونت در بدنتان درمان شده از عود بيماري جلوگيري شود؛ حتي اگر احساس بهبود مي‌كنيد.اگر خانمي هستيد كه به علت هرپس ژينتاليس (تبخال در ناحيه تناسلي آسيكلوويز مصرف مي‌كنيد، هر ساله يك آزمون گستره پاپانيكولا (پاپ انجام دهيد؛ زيرا اين عفونت با افزايش احتمال ابتلا به سرطان گردن رحم همراه است منطقه مبتلا را تا آنجا كه مي‌توانيد تميز و خشك نگاه داريد. لباس زير گشادتري بپوشيد تا ضايعات آزرده نشوند. آسيكلوويز را دور از دسترس كودكان و دور از حرارت نور مستقيم و حرارت مرطوب نگاه داريد (در اين شرايط آسيكلوويز فاسد مي‌شود). اگر آسيكلوويز مصرف مي‌كنيد و در عرض چند روز بهتر نشده‌ايد با پزشكتان مشورت كنيد.در هنگام مصرف آسيكلوويز، نبايد با همسرتان اگر دچار تبخال ناحيه تناسلي است نزديكي داشته باشيد. كاندوم مي‌تواند به جلوگيري از سرايت هرپس كمك كند، ولي ژل‌هاي اسپرم‌كش يا ديافراگم در پيشگيري از سرايت اين بيماري نقشي ندارند. از آسيكلوويز تاريخ گذشته استفاده كنيد. تا وقتي كه دارو تمام نشده است مصرف آن را قطع كنيد مگر اينكه پزشكتان چنين دستور دهد.

در مورد اين دارو آلبوترول تجويز مي‌شود تا لوله‌هاي برونش (مجاري هوايي را در ريه‌ها باز كند تا راحت‌تر نفس بكشيد؛ به آن گشادكننده برونش مي‌گويند. آلبوترول اسامي تجاري متفاوتي دارد. اين دارو تحت عنوان سالبوتامول هم شناخته مي‌شود. چگونگي مصرف آلبوترول را مي‌توان به صورت استنشاقي يا خوراكي به شكل قرص محلول يا شربت مصرف كرد. هيچگاه بيش از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر طبق يك برنامه منظم از اين دارو مصرف مي‌كنيد و يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه به ياد آورديد آن نوبت را مصرف كنيد. نوبت‌هاي باقيمانده در روز را با فواصل زماني منظم مصرف كنيد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد. آئروسل استنشاقي آلبوترول براي درمان و جلوگيري از انقباض برونشي (تنگ شدن مجاري هوايي ريه استفاده مي‌شود. دارو را 15 دقيقه پيش از شروع ورزش مصرف كنيد تا از انقباض برونشي ناشي از ورزش پيشگيري شود. پيش از استفاده ظرف حاوي دارو را به خوبي تكان دهيد. يك پُف از دارو را استنشاق كنيد، نفستان را 5 شماره نگاه داريد و سپس نفستان را بيرون دهيد. بيش از دو بار در يك زمان با 2-1 دقيقه فاصله استنشاق نكنيد. از اسپري كردن به سمت چشم‌ها خودداري كنيد. هر كپسول دارو حاوي 200 بار اسپري است اگرچه يك نوع كانادايي 80 بار اسپري دارد.محلول استنشاقي آلبوترول سولفات از طريق دستگاه تنفس با فشار مثبت متناوب (IPPB) يا يك نبولايزر با استفاده از يك ماسك صورت يا قطعه دهاني مصرف مي‌شود. اطمينان حاصل كنيد كه در مراقبت و نحوه استفاده از اين وسايل به خوبي توجيه شده باشيد. پزشكتان يك دستورالعمل براي دستگاه IPPB تجويز مي‌كند و درمان در هر نوبت 5 تا 20 دقيقه به طول مي‌انجامد. معمولاً نبولايزر از 10-6 ليتر هوا يا اكسيژن فشرده در دقيقه استفاده مي‌كند، و درمان معمولاً در حدود 10 دقيقه طول مي‌كشد. دو محلول وجود دارد. يكي حاوي 83/0 ميلي‌گرم دارو در هر ميلي‌ليتر است و به همين صورت قابل استفاده مي‌باشد. محلول ديگر حاوي 5 ميلي‌گرم در هر ميلي‌ليتر است و لازم است كه قبل از استفاده رقيق شود. مطمئن شويد كه دستورات خاص را از پزشكتان گرفته باشيد. محلول رقيق شده را مي‌توان تا 24 ساعت در دماي اتاق يا 48 ساعت در يخچال نگهداري كرد. آلبوترول سولفات براي استنشاق نيز براي درمان و جلوگيري از انقباض برونشي (تنگ شدن مجاري تنفسي استفاده مي‌شود. براي پيشگيري از انقباض برونشي ناشي از ورزش 15 دقيقه پيش از

ورزش از دارو استفاده كنيد. اين دارو به شكل يك كپسول است و به وسيله خاصي نياز دارد تا بتوان از آن استفاده كرد. اين وسيله كپسول را به دو نيم مي‌كند و دارو را آزاد مي‌سازد. اطمينان حاصل كنيد كه روش استفاده از اين وسيله را مي‌دانيد. هر پرسشي داشتيد از پزشك يا داروسازتان بپرسيد. شكل‌هاي خوراكي آلبوترول [محلول شربت قرص و قرص‌هاي طولاني‌اثر] بايد در زمان‌هاي تجويز شده مصرف شوند. قرص‌هاي طولاني‌اثر بايد به همان شكل خورده شوند و نبايد آنها را شكست خرد كرد يا جويد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از نشانه‌هاي زير آلبوترول را قطع كرده و با پزشكتان تماس بگيريد: آبي شدن پوست گيجي شديد؛ احساس غش افزايش خس‌خس سينه يا تنگي نفس بثورات جلدي يا كهير؛ تورم صورت لب‌ها، يا پلك‌ها. ساير علايم نادر كه ممكن است رخ دهند و بايد بلافاصله گزارش شوند عبارتند از: درد قفسه سينه ضربان قلب نامنظم گزگز يا احساس خواب رفتگي انگشتان دست يا پا؛ خونريزي يا كبود شدگي غيرعادي اثرات معمول اين دارو عبارتند از برآشفتگي و لرزش كه معمولاً با مصرف دارو به تدريج بهبود مي‌يابند. سرفه خواب‌آلودگي خشكي دهان نبض تند، سردرد، دردهاي عضلاني تهوع يا بي‌خوابي گاهي ممكن است رخ دهند. شستن دهان با آب گرم پس از استفاده از اسپري ممكن است خشكي دهان را كاهش دهد. در صورت بروز سردرد در مصرف اين دارو، از استامينوفن استفاده كنيد. در صورتي كه اين علامت‌ها مشكل‌ساز شدند يا اگر پس از دريافت مقدار معمول آلبوترول هنوز مشكلات تنفسي داشتيد با پزشكتان مشورت كنيد. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف آلبوترول پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به هر نوع ماده غذايي نگهدارنده رنگ‌هاي خوراكي يا دارو. بارداري يا شيردهي مصرف ديگر داروها، به ويژه داروهاي ضدافسردگي داروهاي فشارخون محرك‌ها، كوكائين داروهاي قلبي (ديگوكسين ، يا داروهاي ميگرن سابقه يا ابتلا به مشكلات قلبي بيماري قند، پركاري تيرويید، يا فئوكروموسيتوما. در هنگام مصرف آلبوترول توصيه مي‌شود مراجعات منظمي به پزشكتان داشته باشيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد.برگه‌اي همراه داشته باشيد كه نشان دهد دچار مشكل تنفسي هستيد و آلبوترول و داروهاي ديگر مصرف مي‌كنيد. آلبوترول را دور از دسترس كودكان و دور از حرارت نور مستقيم و حرارت مرطوب نگاه داريد. (در اين شرايط آلبوترول فاسد مي‌شود). محلول آلبوترول از انجماد حفظ كنيد.آلبوترول تاريخ گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد (به‌جز ظرف حاوي آئروسل را). هيچگاه ظرف آئروسل را حتي در صورت خالي بودن سوراخ نكنيد، به آتش نياندازيد و نشكنيد. در هنگام مصرف آلبوترول نبايدهيچ دارويي (حتي

فراورده‌هاي گياهي و داروهايي كه نياز به نسخه ندارند) را بدون مشورت با پزشكتان مصرف كنيد. اطلاعات ديگر شكل‌هاي ژنريك آلبوترول ارزان‌تر هستند و عموماً به همان اندازه انواع با اسامي تجاري مؤثر مي‌باشند.

ALPRAZOLAM

در مورد اين دارو آلپرازولام براي تسكين اضطراب اختلالات خواب و اختلالات هراس تجويز مي‌شود. آلپرازولام داراي چندين نام تجاري متفاوت است چگونگي مصرف آلپرازولام در مقادير متفاوت براي مشكلات متفاوت تجويز مي‌شود. هيچگاه بيشتر يا كمتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. به دقت از دستورات پزشكتان پيروي كنيد. شكل مايع آلپرازولام را مي‌توان با مايعات يا غذاهاي نيمه‌جامد مثل مارمالاد پودينگ مخلوط كرد. اجازه ندهيد آلپرازولام مايع يخ بزند. اگر يك نوبت دارو را فراموش كرديد، به مجردي كه به ياد آورديد آن را مصرف كنيد. اگر نزديك نوبع بعدي بود، نوبت بعدي را حذف كنيد و سپس به برنامه دارويي منظم‌تان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم نادر ولي جدي زير، آلپرازولام را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: گيجي كند شدن قواي ذهني خواب‌آلودگي شديد، تكلم كند، كاهش ضربان قلب تنگي نفس عدم تعادل بثورات جلدي گلودرد، تب لرز، كبود شدگي يا خونريزي غيرعادي زخم‌هاي دهاني زردي پوست يا چشم كاهش حافظه بي‌خوابي آشفتگي يا تحريك‌پذيري آلپرازولام مي‌تواند اعتيادآور باشد و اگر دارو به‌طور ناگهاني قطع شود علايم قطع ممكن است مشاهده شوند كه عبارتند از: گيجي كند شدن قواي ذهني معده‌درد، افزايش تعريق تهوع استفراغ حساسيت به نور و صدا، يا احساس گزگز يا سوزن سوزن شدن در صورتي كه بخواهيد آلپرازولام را قطع كنيد با پزشكتان مشورت كنيد، تا احتمالاً اين كار به شكل تدريجي انجام شود. علايم زير ممكن است رخ دهند ولي فقط در صورتي كه مشكل‌ساز شوند بايد گزارش شوند: سرگيجه خواب‌آلودگي خشكي دهان سردرد، تهوع يبوست اسهال ضربان قلب تند يا شديد، يا لرزش
موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف آلپرازولام پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به آلپرازولام يا ديگر بنزوديازپين‌ها، يا به هر نوع ماده غذايي رنگ‌هاي خوراكي يا نگه‌دارنده‌ها. بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه الكل آرامبخش‌ها، ضدافسردگي‌ها، و داروهاي ضدصرع و تشنج سابقه يا ابتلا به گلوكوم (افزايش فشار داخل چشم ، سوءمصرف الكل يا مواد مخدر، مياستني گراو، بيماري انسدادي ريوي مزمن شديد، يا آمفيزم هنگام مصرف آلپرازولام توصيه مي‌شودمراجعات مقطعي به پزشكتان داشته باشيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد.تا هنگامي كه پاسخ بدنتان به آلپرازولام مشخص نشده است در رانندگي و كار با وسايل خطرناك احتياط كنيد.

برخي افراد در طي مصرف اين دارو دچار خواب‌آلودگي و كاهش سطح هوشياري مي‌شوند. اگر به مسموميت ناشي از مصرف بيش از حد اين دارو مشكوك هستيد، بلافاصله تقاضاي كمك پزشكي كنيد. اگر در طي درمان با آلپرازولام دچار افكار يا احساسات عجيب شديد، حتماً موضوع را با پزشكتان در ميان بگذاريد. هميشه برگه‌اي همراه داشته باشيد كه نشان دهد تحت درمان با آلپرازولام قرار داريد.آلپرازولام را دور از دسترس كودكان و دور از حرارت نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد. (در اين شرايط آلپرازولام فاسد مي‌شود). آلپرازولام تاريخ گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد.هنگام مصرف آلپرازولام نبايدنوشيدني‌هاي الكلي يا ديگر داروهاي خواب‌آور استفاده كنيد؛ اين خواب‌آلودگي را افزايش و هوشياري را كاهش مي‌دهد. آلپرازولام را به‌عنوان يك قرص خواب‌آور استفاده كنيد، مگر آنكه برنامه درماني شما اجازه دهد تا 8-7 ساعت خواب داشته باشيد؛ در غير اين صورت تا زمان خروج دارو از بدنتان ممكن است خواب‌آلوده بوده اختلال حافظه داشته باشيد.

ALENDRONATE

در مورد اين داروآلندرونات براي درمان پوكي استخوان بيماري استخوان كه در زنان يائسه معمول است تجويز مي‌شود. همچنين از اين دارو در درمان بيماري پاژه كه ضعيف شدن دردناك استخوان‌ها است استفاده مي‌كنند. آلندرونات تحت نام تجاري فوساماكس شناخته مي‌شود.چگونگي مصرف آلندرونات معمولاً روزي يك بار مصرف مي‌شود. اين دارو بايد با يك ليوان پر از آب حداقل 30 دقيقه پيش از اولين وعده غذايي نوشيدني يا ديگر داروهاي روز خورده شود. با عقب انداختن بيشتر اولين وعده غذايي يا نوشيدني جذب دارو بهتر نيز مي‌شود. قرص آلندرونات را يكجا ببلعيد؛ اين قرص‌ها را نبايد مكيد، شكست خرد كرد يا جويد. براي جلوگيري از سوزش سر دل بهتر است حداقل تا 30 دقيقه پس از خوردن آلندرونات دراز نكشيد. مهم است كه دارو هر روز در زمان معيني استفاده شود. هيچگاه مقدار بيشتري از آنچه برايتان تجويز شده مصرف نكنيد. به دقت از دستورات پزشكتان پيروي كنيد. اگر يك نوبت دارو را فراموش كرديد، به مجردي كه به ياد آورديد آن را مصرف كنيد. اگر تقريباً موقع نوبت بعدي فرا رسيده است نوبت فراموش شده را حذف كنيد و به برنامه منظم دارويي‌تان برگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير، آلندرونات را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: سوزش سر دل شديد، مشكل در بلع يا بثورات جلدي علايمي كه ممكن است رخ دهند ولي فقط در صورتي كه مشكل‌ساز شدند بايد گزارش شوند عبارتند از: سردرد، تهوع يا استفراغ اسهال يبوست نفخ شكمي درد شكمي يا درد ماهيچه‌اي و استخواني موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف آلندرونات پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به آلندرونات يا ديگر داروها.بارداري يا شيردهي در حال مصرف داروهاي ديگر، به ويژه آسپيرين و آنتي‌اسيدها.سابقه يا ابتلا به مشكل در بلع بيماري مروي گاستريت (التهاب معده ، زخم معده يا بيماري كليوي در هنگام مصرف آلندرونات توصيه مي‌شود مراجعات منظمي به پزشكتان داشته باشيد تا بهبود شما را زير نظر داشته باشد. هيچ دارويي حتي فراورده‌هاي گياهي ويتامين‌ها و داروهايي كه نياز به نسخه ندارند را بدون مشورت با پزشكتان مصرف نكنيد.اگر مقادير كافي كلسيم و ويتامين D در برنامه غذايي‌تان وجود ندارد از مكمل‌هاي حاوي آنها استفاده كنيد. در صورت تأييد پزشكتان يك برنامه پياده‌روي را آغاز كنيد. ورزش‌هايي كه در آنها بدن وزن خود را تحمل مي‌كند، به تقويت استخوان‌ها كمك مي‌كند. آلندرونات را دور از دسترس كودكان و دور از حرارت نور مستقيم و

حرارت مرطوب نگاه داريد (اين شرايط موجب فاسد شدن آلندرونات مي‌شود).آلندرونات تاريخ گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد.در هنگام مصرف آلندرونات نبايدبيش از حد سيگار بكشيد يا الكل بنوشيد. سيگار كشيدن و نوشيدن الكل تشكيل استخوان‌ها را كاهش مي‌دهد.

در مورد اين دارو آمپي‌سيلين يك آنتي‌بيوتيك رايج است از اين آنتي‌بيوتيك در درمان عفونت‌هاي گوناگون باكتريايي نظير عفونت گوش مياني سينوزيت و پوست بافت نرم دستگاه تنفس و دستگاه ادراري استفاده مي‌شود. چگونگي مصرفبه‌منظور جذب بهتر آمپي‌سيلين بايد با شكم خالي حدوداً 1 ساعت قبل يا 2 ساعت بعد از غذا خورده شود. بهتر است آمپي‌سيلين در نوبت‌هايي با فواصل مساوي در طي شبانه‌روز مصرف شود تا سطح خوني و ادراري ثابتي داشته باشد. براي مثال اگر لازم است روزي 4 نوبت آمپي‌سيلين مصرف كنيد، بايد بين هر نوبت 6 ساعت فاصله‌گذاري كنيد (مثلاً 12 ظهر، 6 عصر، 12 شب 6 صبح . اگر اين برنامه با برنامه كاري يا خواب شما مغايرت دارد، براي تعيين يك برنامه مناسب‌تر از پزشكتان كمك بخواهيد. مهم است كه دارو سر وقت و به مقدار كامل مصرف شود؛ حتي اگر احساس بهبودي مي‌كنيد. اگر پيش از اتمام دارويتان آن را قطع كنيد ممكن است دچار عود علايم شويد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه به ياد آورديد مصرفش كنيد. البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي مصرف دارو رسيده است به برنامه منظم دارويي‌تان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز علايم زير آمپي‌سيلين خود را قطع كرده بلافاصله با پزشكتان تماس بگيريد: اسهال شديد يا اسهال خفيف ولي پايدار، سردرد، تهوع و استفراغ بثورات جلدي زخم دهاني يا زبان خارش يا ترشح واژن پلاك‌هاي سفيد در دهان يا روي زبان اختلالات ذهني يا زردي چشم‌ها و پوست يك پاسخ حساسيتي نادر نسبت به آمپي‌سيلين آنافيلاكسي است كه به مراقبت پزشكي فوري نياز دارد. از آنجايي كه آنافيلاكسي به سرعت پيشرفت مي‌كند، در صورت بروز تورم لب‌ها و دور چشم‌ها، بثورات جلدي كهير، يا تورم‌هاي پوستي تب غش ناگهاني ضربان قلب تند، يا خس‌خس سينه يا مشكل در تنفس بلافاصله دارو را قطع كرده با يك مركز خدمات اورژانس پزشكي تماس بگيريد. موارد احتياطدر صورت وجود يكي از موارد زير پيش از مصرف آمپي‌سيلين پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به هر نوع ماده غذايي نگهدارنده‌ها، رنگ‌هاي خوراكي يا ساير داروها، به ويژه آنتي‌بيوتيك‌ها (پني‌سيلين‌ها).بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه داروهاي ضدالتهابي غيراستروييدي (مثل ايبوپروفن آسپيرين ، داروهاي ضدانعقادي (رقيق‌كننده‌هاي خون نظير وارفارين ، قرص‌هاي ضدبارداري حاوي استروژن (آمپي‌سيلين ممكن است اثرات اين قرص‌ها را كاهش دهد)، داروهاي نقرس (پروبنسيد، آلوپورينول ، متوتركسات يا ديگر

آنتي‌بيوتيك‌ها (آمينوگليكوزيدها، اريترومايسين تتراسايكلين . سابقه يا ابتلا به مشكلات خونريزي‌دهنده (مثل زخم معده هموفيلي كمبود پلاكتي ، ونونوكلئوز عفوني كوليت (التهاب روده بزرگ مرتبط با آنتي‌بيوتيك يا بيماري كليوي هنگام مصرف آمپي‌سيلين توصيه مي‌شود حتي در صورت احساس بهبودي تمام داروي تجويز شده را براي درمان عفونتتان و جلوگيري از عود بيماري مصرف كنيد. در صورتي كه از قرص ضدبارداري استفاده مي‌كنيد تا يك دوره درمان با آمپي‌سيلين از يك روش جلوگيري از بارداري ديگر نظير كاندوم يا ژل اسپرم‌كش هم استفاده كنيد.با خوردن ماست از اسهال ناشي از اين آنتي‌بيوتيك پيشگيري كنيد. آمپي‌سيلين را دور از دسترس كودكان و دور از حرارت نور مستقيم و حرارت مرطوب نگه داريد (در اين شرايط آمپي‌سيلين فاسد مي‌شود). پس از تهيه سوسپانسيون آمپي‌سيلين دارو را در يخچال نگهداري كنيد؛ پيش از مصرف سوسپانسيون شيشه دارو را به خوبي تكان دهيد. از پيمانه‌اي كه در داخل جعبه دارو فراهم شده است جهت اندازه‌گيري مقدار دارو استفاده كنيد.
اگر در ظرف 3 روز از مصرف آمپي‌سيلين احساس بهبودي نداريد با پزشكتان مشورت كنيد.هنگام مصرف آمپي‌سيلين نبايد ديگران را در مصرف دارو سهيم كنيد؛ چرا كه ممكن است نسبت به آن حساسيت داشته باشند.
داروي تاريخ گذشته را مصرف نكنيد. پيش از اتمام دارو، درمان را قطع كنيد، مگر با صلاحديد پزشكتان

در مورد اين داروآملوديپين براي پايين آوردن فشار خون در پرفشاري خون و تسكين درد قلبي تجويز مي‌شود. پزشك شما به دلايل ديگري نيز ممكن است اين دارو را برايتان تجويز كند. اين دارو در بدن از طريق ممانعت از ورود كلسيم به داخل سلول‌ها از غشاي سلولي عمل مي‌كند؛ به همين علت است كه اين دارو را يك داروي مسدودكننده كانال‌هاي كلسيمي مي‌دانند. اين عمل مسدودكنندگي كانال‌هاي كلسيمي موجب كاهش مقدار كلسيم در سلول‌هاي قلب و رگ‌هاي خوني مي‌شود، كه به كاهش ضربان قلب و گشادشدن رگ‌هاي خوني منجر مي‌گردد. بنابراين فشار خون پايين مي‌آيد، جريان خون افزايش مي‌يابد، و بار كاري قلب كاهش پيدا مي‌كند. چگونگي مصرف مقادير متفاوتي از آملوديپين براي علل متفاوتي تجويز مي‌شود. مهم است كه دارويتان را هر روز سر ساعتي معين مصرف كنيد. آملوديپين معمولاً روزي يكبار مصرف مي‌شود. معمولاً راحت‌تر است كه صبح‌ها پيش از صبحانه مصرف شود تا فراموش نشود. اين دارو را مي‌توان با يا بدون غذا مصرف كرد. هيچگاه بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر روزي يكبار آملوديپين مصرف مي‌كنيد و يك نوبت را فراموش كرده‌ايد ، به مجردي كه آن را به ياد آورديد مصرفش كنيد. البته اگر كمتر از 8 ساعت به نوبت بعدي مانده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه منظم دارويي‌تان بازگرديد. هيچگاه مقدار دارو را دوبرابر نكنيد و نيز پيش از مشورت با پزشكتان آن را قطع نكنيد. در صورت نياز به قطع آملوديپين اين كار بايد به صورت تدريجي صورت گيرد. در اكثر مواردي كه آملوديپين به خاطرشان تجويز مي‌شود، دارو به مهار بيماري كمك مي‌كند نه آنكه آن را درمان كند. اين بدان معنا است كه حتي اگر احساس بهبودي داريد ممكن است لازم باشد آملوديپين را سال‌ها يا تا پايان زندگي مصرف كنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز علايم نادر ولي جدي زير آملوديپين را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: درد قفسه سينه مشكل در تنفس تنگي نفس يا خس‌خس سينه ضربان قلب كمتر از 50 در دقيقه يا فشار خون سيستولي (عدد بزرگتر فشار خون كمتر از 90 ميلي‌متر جيوه سرگيجه يا سياهي رفتن چشم هنگام برخاستن از حالت خوابيده يا نشسته تورم دست و پا يا افزايش وزن ناگهاني (بيش از 1/5 كيلو گرم در 48-24 ساعت ؛ التهاب لثه‌ها؛ لرزش دست‌ها و انگشتان سفتي عضلات دست و پا؛ مشكل در صحبت كردن يا بلع از دست رفتن تعادل بثورات جلدي افسردگي تپش قلب (احساس ضربان قلب در سينه . علايم زير ممكن است تا تنظيم شدن

بدنتان به دارو رخ دهند: سردرد، خواب‌آلودگي خستگي خشكي دهان برافروختگي و احساس گرما، تهوع يا يبوست يا اسهال اگر اين علايم ادامه يافته يا مشكل‌ساز شدند، وضعيت را با پزشكتان در ميان بگذاريد. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف آملوديپين پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به آملوديپين يا ديگر داروهاي مسدودكننده كانال‌هاي كلسيمي شيردهي يا بارداري در حال مصرف داروهاي ديگر، به ويژه كاربامازپين سيكلوسپورين استروييدها، ساير داروهاي فشار خون يا قلبي (داروهاي مُدِر، داروهاي مسدودكننده بتا، كينيدين ديجوكسين ديزوپيراميد، فلكاينيد، پروكايناميد). سابقه يا ابتلا به حساسيت فشار خون پايين حمله قلبي يا بيماري كليوي و كبدي
هنگام مصرف آملوديپين توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد.در مورد ميزان فعاليت قابل قبول بر اساس وضعيت بدني‌تان با پزشكتان مشورت كنيد. آملوديپين ممكن است با كاستن يا رفع درد قفسه سينه موجب شود تا بيش از اندازه فعاليت كرده و به خود فشار آوريد. وزن‌تان را نسبت به قدتان در يك محدوده مناسب نگاه داريد. در صورت نياز براي كاهش وزن از پزشكتان كمك بگيريد. در صورتي كه براي كاهش فشار خون آملوديپين مصرف مي‌كنيد مصرف سديم (نمك خود را محدود كنيد. از پزشكتان درخواست كنيد دستورات تغذيه‌اي در اختيارتان بگذارد يا شما را به يك متخصص تغذيه معرفي كند.اگر سيگاري هستيد، سيگار را ترك كنيد. از پزشكتان بخواهيد تا شما را به يك مشاور يا گروه ترك سيگار معرفي كنند.الكل مصرف نكنيد. به آرامي از حالت خوابيده به نشسته يا نشسته به ايستاده تغيير وضعيت دهيد تا دچار سرگيجه و سياهي رفتن چشم يا غش نشويد. بهداشت دهان و دندان‌تان را به خوبي حفظ كنيد؛ مسواك بزنيد، دندان‌هايتان را نخ بكشيد و مرتب به دندانپزشك مراجعه كنيد تا از مشكلات دنداني و لثه‌اي ناشي از اين دارو پيشگيري شود. مقدار كافي دارو براي روزهاي تعطيل در دسترس داشته باشيد. يك برگه شناسايي پزشكي كه نشان دهد آملوديپين مصرف مي‌كنيد به همراه داشته باشيد.پزشكان ديگر را از اينكه آملوديپين مصرف مي‌كنيد مطلع سازيد، چرا كه اين دارو ممكن است روي برخي آزمون‌هاي آزمايشگاهي تأثير بگذارد. آملوديپين را دور از دسترس كودكان و دور از حرارت نور مستقيم و حرارت مرطوب نگاه داريد (در اين شرايط آملوديپين فاسد مي‌شود). آملوديپين تاريخ گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف آملوديپين نبايد تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگي كنيد يا با وسايل خطرناك كار كنيد. در صورتي كه خواب‌آلودگي يا سرگيجه مشكل‌ساز شدند با پزشكتان مشورت كنيد.پيش از تأييد پزشكتان

داروهايي ديگر به ويژه محرك‌هاي بدون نياز به نسخه و داروهاي ضدسرفه يا سرماخوردگي را مصرف كنيد.

در مورد اين داروآموكسي‌سيلين يك آنتي‌بيوتيك رايج است كه براي درمان انواع گوناگوني از عفونت‌هاي باكتريايي نظير عفونت گوش مياني گلودرد، ذات‌الريه (يا پنوموني ، سينوزيت و عفونت‌هاي دستگاه ادراري تجويز مي‌شود. اين دارو با تضعيف ديواره سلولي باكتري‌ها موجب پاره شدن اين ديواره و مرگ باكتري‌ها مي‌شود. چگونگي مصرف آموكسي‌سيلين را مي‌توان با شكم پر يا خالي مصرف كرد. سوسپانسيون آموكسي‌سيلين را مي‌توان به همان شكل يا همراه با مقدار اندكي شير، شيرخشك آب ميوه آب گازدار، يا نوشيدني‌هاي خنك ديگر مصرف كرد. در صورتي كه آن را با چيزي مخلوط كرديد بايد بلافاصله مصرف شود؛ مقدار كامل تجويز شده را بخوريد. بهتر است كه آموكسي‌سيلين در فواصل مساوي در طول شبانه‌روز مصرف شود تا مقدار مشخصي از آن به‌طور ثابت در خون و ادرار وجود داشته باشد. براي مثال اگر لازم است 4 بار در روز آموكسي‌سيلين بخوريد، بايد هر 6 ساعت يكبار باشد (مثلاً 12 ظهر، 6 عصر، 12 شب و 6 صبح . اگر اين برنامه با برنامه كاري يا خواب شما مغايرت دارد، از پزشكتان خواهيد در تعيين يك برنامه دارويي مناسب‌تر به شما كمك كند. مهم است كه دارو سر وقت و با مقدار كامل مصرف شود، حتي اگر احساس بهبودي داريد. اگر پيش از اتمام كل داروي تجويز شده آموكسي‌سيلين را قطع كنيد، نشانه‌هايتان ممكن است عود كنند. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه به ياد آورديد آن را مصرف كنيد. البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده باشد، به برنامه دارويي‌تان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير در حين مصرف آموكسي‌سيلين با پزشكتان تماس بگيريد: اسهال سردرد، تهوع و استفراغ زخم‌هاي دهاني و زبان خارش و ترشح از واژن يا پلاك‌هاي سفيد در دهان يا روي زبان يك پاسخ نادر حساسيتي به آموكسي‌سيلين آنافيلاكسي است كه به مراقبت فوري پزشكي نياز دارد. از آنجايي كه آنافيلاكسي به سرعت پيشرفت مي‌كند، در صورت تورم لب‌ها يا اطراف چشم‌ها؛ بثورات جلدي كهير، يا تورم‌هايي بر روي پوست تب غش ناگهاني ضربان قلب سريع يا خس‌خس سينه يا مشكل تنفسي آموكسي‌سيلين را قطع كرده و با يك مركز خدمات اورژانس پزشكي تماس بگيريد.موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف آموكسي‌سيلين پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به هر نوع ماده غذايي نگهدارنده رنگ خوراكي يا داروهاي ديگر به ويژه آنتي‌بيوتيك‌ها (پني‌سيلين‌ها يا سفالوسپورين‌ها). بارداري يا

شيردهي در حال مصرف داروهاي ديگر، به ويژه داروهاي ضدالتهابي غيراستروييدي ( NSAIDs ، نظير ايبوپروفن ، آسپيرين ضدانعقادها (رقيق‌كننده‌هاي خون نظير وارفارين ، داروهاي ضدسرطان (متوتركسات ، قرص‌هاي ضدبارداري حاوي استروژن (آموكسي‌سيلين ممكن است اثرات اين قرص‌ها را كاهش دهد)، پروبنسيد، يا آنتي‌بيوتيك‌هاي ديگر (اريترومايسين تتراسايكلين . سابقه يا ابتلا به مشكلات خونريزي‌دهنده (نظير زخم معده هموفيلي كمبود پلاكت ، كوليت (التهاب روده بزرگ مرتبط با آنتي‌بيوتيك يا بيماري كليوي هنگام مصرف آموكسي‌سيلين توصيه مي‌شودحتي در صورت احساس بهبودي تمام آموكسي‌سيلين تجويز شده را براي درمان عفونت‌تان و جلوگيري از عود مجدد مصرف كنيد. اگر از قرصهاي ضدبارداري استفاده ميكنيد، تا يك ماده پس از پايان دوره درمان با آموكسي‌سيلين از يك وسيله جلوگيري اضافي نيز نظير كاندوم يا ژل‌هاي اسپرم‌كش استفاده كنيد. آموكسي‌سيلين را دور از دسترس كودكان و دور از حرارت نور مستقيم و حرارت مرطوب نگاه داريد (در اين شرايط آموكسي‌سيلين فاسد مي‌شود). پس از ريختن آب در شيشه محتوي پودر آموكسي‌سيلين و تهيه سوسپانسيون دارو را بايد در يخچال نگاه داشت پيش از مصرف سوسپانسيون بايد شيشه را به خوبي تكان دهيد. در مورد شكل‌هاي مايع آموكسي‌سيلين از پيمانه موجود در جعبه دارو براي اندازه‌گيري مقدار دارو استفاده كنيد.اگر در حال مصرف آموكسي‌سيلين هستيد و ظرف 3 روز احساس بهبودي نمي‌كنيد با پزشكتان مشورت كنيد. هنگام مصرف آموكسي‌سيلين نبايدآموكسي‌سيلين را بعد از تاريخ انقضايش مصرف كنيد. دارو را ناتمام قطع كنيد، مگر در صورتي كه پزشكتان چنين توصيه كند.

AMOXICILLIN_CLAVULANATE

در مورد اين دارو آموكسي‌سيلين كلاوولانات يك آنتي‌بيوتيك رايج است از آن براي درمان عفونت‌هاي باكتريايي گوناگون مثل عفونت گوش مياني سينوزيت و عفونت‌هاي پوست دستگاه تنفسي و دستگاه ادراري استفاده مي‌شود. چگونگي مصرف آموكسي‌سيلين كلاوولانات را مي‌توان با يا بدون غذا مصرف كرد. خوردن آن با غذا مي‌تواند از دل به هم خوردگي ناشي از آن جلوگيري كند. قرص‌هاي جويدني آن حتماً بايد جويده يا خرد شوند. بهتر است اين دارو در فواصل زماني برابر در طول شبانه‌روز مصرف شود تا مقادير ثابتي از آن در خون و ادرار وجود داشته باشد. براي مثال اگر قرار است روزي 3 نوبت مصرف شود، فواصل بايد 8 ساعتي باشند (مثلاً 6 صبح 2 بعدازظهر و 10 شب . اگر اين برنامه با برنامه كاري يا خواب شما مغايرت دارد، از پزشكتان بخواهيد در تعيين يك برنامه مناسب‌تر شما را ياري دهد. مهم است كه دارو سر وقت و به مقدار كامل مصرف شود، حتي اگر احساس بهبودي مي‌كنيد. چنانچه پيش از اتمام كل داروي تجويزي آن را قطع كنيد ممكن است دچار عود علايم شويد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه به ياد آوريد مصرفش كنيد. البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است به برنامه منظم دارويي‌تان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي‌در صورت بروز هريك از علايم زير بلافاصله با پزشكتان تماس بگيريد: اسهال شديد يا خفيف ولي پايدار، سردرد، تهوع و استفراغ زخم دهان يا زبان خارش يا ترشحات واژن يا پلاك‌هاي سفيد در دهان يا روي زبان يك پاسخ حساسيتي نادر به اين دارو آنافيلاكسي است كه به مراقبت پزشكي فوري نياز دارد. از آنجايي كه آنافيلاكسي سريع پيشرفت مي‌كند، در صورت بروز تورم لب‌ها و دور چشم بثورات جلدي كهير يا تورم‌هاي بر روي پوست تب غش ناگهاني ضربان قلب سريع يا خس‌خس سينه يا تنفس مشكل دارو را قطع كرده و با يك مركز خدمات اورژانس پزشكي تماس بگيريد. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف آموكسي‌سيلين كلاوولانات پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به هر نوع ماده غذايي نگه‌دارنده‌ها، رنگ‌هاي خوراكي يا ساير داروها، به‌ويژه آنتي‌بيوتيك‌ها (پني‌سيلين‌ها، سفالوسپورين‌ها، مهاركننده‌هاي بتا ـ لاكتاماز). بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه داروهاي ضدالتهابي غيراستروييدي (مثل ايبوپروفن و آسپيرين ، داروهاي ضدانعقاد (رقيق‌كننده‌هاي خون نظير وارفارين ، قرص‌هاي ضدبارداري حاوي استروژن (اين دارو اثرات اين قرص‌ها را

كاهش مي‌دهد)، داروهاي نقرس (پروبنسيد، آلوپورينول ، و آنتي‌بيوتيك‌هاي ديگر (آمينوگليكوزيدها، اريترومايسين تتراسايكلين . داراي سابقه يا دچار مشكلات خونريزي‌دهنده (مثل زخم معده هموفيلي يا كمبود پلاكتي ، كوليت (التهاب روده بزرگ ناشي از آنتي‌بيوتيك‌ها، يا بيماري كليوي هنگام مصرف آموكسي‌سيلين/ كلاوولانات توصيه مي‌شود حتي در صورت احساس بهبودي تمام داروي تجويز شده را براي درمان عفونت و جلوگيري از عود مجدد آن مصرف كنيد. اگر از قرص‌هاي ضدبارداري استفاده مي‌كنيد، تا يك ماه پس از پايان دوره درمان با آموكسي‌سيلين كلاوولانات از يك وسيله جلوگيري از بارداري ديگر نيز نظير كاندوم يا ژل‌هاي اسپرم‌كش استفاده كنيد. براي جلوگيري از اسهال ناشي از اين دارو ماست بخوريد. آموكسي‌سيلين كلاوولانات را دور از دسترس كودكان و دور از حرارت نور مستقيم و حرارت مرطوب نگه داريد (در اين شرايط اين دارو فاسد مي‌شود). پس از تهيه سوسپانسيون آن را در يخچال نگهداري كنيد؛ پيش از مصرف شيشه محتوي سوسپانسيون را به خوبي تكان دهيد.
در موارد شكل‌هاي مايع دارو از پيمانه داخل جعبه دارو براي اندازه‌گيري مقدار دارو استفاده كنيد. اگر ظرف 3 روز از مصرف اين دارو احساس بهبودي نمي‌كنيد با پزشكتان مشورت كنيد.هنگام مصرف آموكسي‌سيلين كلاوولانات نبايددیگران را در مصرف اين دارو سهيم كنيد؛آنها ممكن است نسبت به آن حساسيت داشته باشند. دارو را پس از تاريخ انقضايش مصرف كنيد. دارو را ناتمام قطع كنيد؛ مگر در صورتي كه پزشكتان چنين توصيه كند.

در مورد اين دارو آمي‌تريپتيلين براي تسكين علايم افسردگي شب‌ادراري اختلالات خوردن دردهاي عصبي و مواردي ديگر تجويز مي‌شود. اين دارو از دسته داروهاي ضدافسردگي سه‌حلقه‌اي است چگونگي مصرف آمي‌تريپتيلين با مقادير متفاوتي براي مشكلات متفاوت و افراد متفاوت تجويز مي‌شود هيچگاه بيشتر يا كمتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. آمي‌تريپتيلين خوراكي را مي‌توان با غذا مصرف كرد تا دل به هم خوردگي ناشي از آن كاهش يابد. ممكن است 6-1 هفته طول بكشد تا اثرات اين دارو آغاز شود. پس از آغاز اثرات حتي در صورت احساس بهبودي نيز دارو را ادامه دهيد. به دقت از دستورات پزشكتان پيروي كنيد. اگر روزي يك نوبت پيش از رفتن براي خواب آمي‌تريپتيلين مصرف مي‌كنيد و حال يك نوبت را فراموش كرده‌ايد ، نوبت فراموش شده را صبح مصرف نكنيد، چرا كه ممكن است موجب خواب‌آلودگي بيش از حد در طول روز شود؛ در اين مورد با پزشكتان مشورت كنيد. اگر روزي چند نوبت آمي‌تريپتيلين مصرف مي‌كنيد، نوبت فراموش شده را بلافاصله پس از به ياد آوردن مصرف كنيد. اگر تقريباً موقع مصرف نوبت بعدي شده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي منظم خود برگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم نادر ولي جدي زير آمي‌تريپتيلين خود را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: افكار خودكشي تاري ديد؛ گيجي يبوست مشكل در ادرار كردن چشم‌درد؛ ضربان قلب تند، كند يا نامنظم لرزش دست غش اضطراب مشكل در صحبت كردن عدم تعادل سفتي عضلات دست و پا؛ صورت شبيه ماسك گلودرد؛ تب كبودي يا خونريزي غيرعادي زردي پوست يا چشم بثورات جلدي تورم صورت يا زبان علايم زير ممكن است رخ دهند، ولي فقط در صورتي كه مشكل‌ساز شوند بايد گزارش شوند: سرگيجه خواب‌آلودگي خشكي دهان سردرد، مشكل در خوابيدن افزايش وزن علايم ترك دارو ـ نظير سردرد، تهوع استفراغ اسهال تحريك‌پذيري يا خواب مختل همراه با رؤياهاي واضح ـ ممكن است در صورت قطع ناگهاني آمي‌تريپتيلين مشاهده شود. معمولاً براي قطع دارو بايد مقدارش ظرف 2-1 ماه به تدريج كاهش يابد. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف آمي‌تريپتيلين پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به آمي‌تريپتيلين يا ديگر داروهاي ضدافسردگي سه‌حلقه‌اي ساير داروهاي ضدافسردگي (ماپروتيلين ترازودون ؛ كاربامازپين (دارويي ضدتشنج ؛ يا هر نوع ماده غذايي رنگ خوراكي يا نگه‌دارنده بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه

الكل آرامبخش‌ها، ديگر داروهاي ضدافسردگي داروهاي ضدتشنج داروهاي ضدتيرورييد، سايمتيدين داروهاي فشار خون (كلونيدين گوانادرل گوانتيدين ، مهاركننده‌هاي مونوآمين‌اكسيداز، يا سمپاتوميمنيك‌ها (داروهايي كه در حساسيت آسم سرفه و سرماخوردگي مصرف مي‌شوند). سابقه يا دچار الكليسم (اعتياد به الكل ، آسم اختلال دوقطبي (افسرده ـ شيدايي ، ابتلا به اسكيزوفرني صرع گلوكوم (افزايش فشار داخل چشم ، پركاري تيرورييد، بزرگي پروستات احتباس ادراري مشكلات قلبي يا خوني يا بيماري‌هاي دستگاه گوارش كبدي يا كليوي هنگام مصرف آمي‌تريپتيلين توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بتواند بهبودتان را زير نظر داشته باشد. تا پيش از مشخص شدن پاسخ بدنتان به اين دارو در رانندگي و كار با وسايل خطرناك احتياط كنيد. برخي افراد با مصرف آمي‌تريپتيلين دچار خواب‌آلودگي و كاهش سطح هوشياري مي‌شوند. اين به ويژه وقتي براي اولين بار دارو را شروع مي‌كنيد اتفاق مي‌افتد و تا وقتي بدنتان به آن عادت كند ادامه مي‌يابد؛ بنابراين براي فعاليت‌هاي خود برنامه‌ريزي كنيد. در هنگام برخاستن از حالت خوابيده يا ايستادن از حالت نشسته احتياط كنيد؛ چرا كه ممكن است دچار سرگيجه يا سياهي رفتن چشم شويد. به آرامي تغيير وضعيت دهيد. براي تسكين خشكي دهان از آدامس يا آبنبات‌هاي بدون قند استفاده كنيد. اگر خشكي دهان بيش از 2 هفته طول كشيد با پزشكتان مشورت كنيد. از مواجهه مستقيم و بدون حفاظت با آفتاب و استفاده از وسايل برنزه‌كننده بپرهيزيد، چرا كه ممكن است دچار آفتاب سوختگي شديد شويد. سعي كنيد تا حد امكان از آفتاب بين ساعت 10 صبح تا 3 بعدازظهر اجتناب كنيد. در زير آفتاب از يك عينك آفتابي يك كلاه و پوشش محافظ و كرم‌هاي ضدآفتاب با قدرت محافظتي (SPF) حداقل 15 استفاده كنيد. در مورد نياز به مقادير اضافي ويتامين (ريبوفلاوين يا ويتامين ب ـ 2) با پزشكتان مشورت كنيد. پيش از هرگونه عمل جراحي كارهاي دنداني يا درمان‌هاي اضطراري پزشك را از اينكه آمي‌تريپتيلين مصرف مي‌كنيد، مطلع سازيد. يك برگه شناسايي پزشكي همراه داشته باشيد كه نشان دهد آمي‌تريپتيلين مصرف مي‌كنيد. آمي‌تريپتيلين را دور از دسترس كودكان و دور از حرارت نور مستقيم و حرارت مرطوب قرار دهيد (در اين شرايط آمي‌تريپتيلين فاسد مي‌شود). آمي‌تريپتيلين تاريخ گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد.هنگام مصرف آمي‌تريپتيلين نبايد الكل مصرف كنيد.بدون تأييد پزشكتان دارويي ديگر مصرف كنيد.

ERYTHROMYCIN

در مورد اين داروارىترومايسين يك آنتي‌بيوتيك رايج است كه براي درمان عفونت‌هاي گوناگوني نظير عفونت پوست و بافت نرم عفونت گوش مياني برونشيت گلودرد، ذات‌الريه (پنوموني ، سينوزيت ديفتري سياه‌سرفه و عفونت‌هاي كلاميدياي سيفليس و گونوره‌اي استفاده مي‌شود. اين دارو همچنين براي پيشگيري از تب روماتيسمي و اندوكارديت مصرف مي‌شود. چگونگي مصرف اريترومايسين را مي‌توان با شكم خالي همراه يك ليوان پر از آب مصرف كرد. در صورتي كه معده را ناراحت كند مي‌توان آن را با غذا خورد. بهتر است دارو در نوبت‌هايي با فواصل زماني يكسان در شبانه‌روز مصرف شود تا سطح خوني آن ثابت باقي بماند. براي مثال اگر لازم است روزي 4 بار اريترومايسين مصرف كنيد، نوبت‌ها بايد 6 ساعت فاصله داشته باشند (مثلاً 12 ظهر، 6 عصر، 12 شب و 6 صبح . اگر اين برنامه با برنامه كار يا خواب شما تداخل داشت از پزشكتان بخواهيد در تعيين يك برنامه مؤثرتر به شما كمك كند. مهم است كه دارو را سر وقت و به‌طور كامل مصرف كنيد، حتي اگر احساس بهبودي داريد. اگر پيش از اتمام دارو آن را قطع كنيد ممكن است علايمتان عود كند. قرص‌هاي جويدني اريترومايسين بايد پيش از بلعيده شدن جويده يا خرد شوند. مي‌توان كپسول‌هاي طولاني‌رهش اريترومايسين را باز كرد و قرص دانه‌هاي روكش‌دار داخلش را پيش از مصرف با يك غذاي نرم مخلوط كرد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه به ياد آورديد مصرفش كنيد. البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي‌در صورت بروز هريك از علايم زير با پزشكتان تماس بگيريد: اسهال دل‌پيچه تهوع و استفراغ سوزش دهاني يا زباني خارش واژن يا ترشح از آن پلاك‌هاي سفيد روي مخاط دهان يا زبان افت شنوايي تب بثورات جلدي يا زردي چشم‌ها يا پوست موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف اريترومايسين پزشكتان را مطلع سازيد:حساسيت به اريترومايسين بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه استميزول كاربامازپين والپروئيك اسيد، سيكلوسپورين داروهاي ضدانعقاد (رقيق‌كننده‌هاي خون مثل وارفارين ، زانتين‌ها، و آنتي‌بيوتيك‌هاي ديگر (كلرامفنيكل لينكومايسين .ابتلا به يا سابقه بي‌نظمي ضربان قلب (آريتمي ، افت شنوايي يا بيماري كبدي هنگام مصرف اريترومايسين توصيه مي‌شودحتي در صورت احساس بهبودي اريترومايسين را به‌طور كامل مصرف كنيد تا عفونت‌تان درمان

شده از عود بيماري جلوگيري شود.اريترومايسين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط اريترومايسين فاسد مي‌شود). برخي از سوسپانسيون‌هاي اريترومايسين پس از آماده شدن بايد در يخچال نگهداري شوند؛ دستورالعمل روي بسته‌بندي دارو را بخوانيد. پيش از مصرف شيشه سوسپانسيون را به خوبي تكان دهيد.از پيمانه داخل جعبه دارو براي اندازه‌گيري مقدار دارو استفاده كنيد. اگر ظرف 3 روز از شروع درمان احساس بهبودي نداشته‌ايد با پزشكتان مشورت كنيد. هنگام مصرف اريترومايسين نبايد داروي تاريخ مصرف گذشته مصرف كنيد. دارو را ناتمام قطع كنيد، مگر به توصيه پزشك

در مورد اين دارو آسبوتولول در موارد متفاوتي از جمله پايين آوردن فشار خون در پرفشاري خون و درمان ضربان قلب نامنظم تجويز مي‌شود. از اين دارو همچنين براي جلوگيري از يك حمله قلبي ثانويه در افرادي كه قبلاً يك بار دچار چنين حمله‌اي شده‌اند استفاده مي‌شود. پزشك شما در موارد ديگري نيز ممكن است آسبوتولول را براي شما تجويز كند. آسبوتولول با مسدود كردن تكانه‌هاي عصبي به بخش‌هايي خاص از بدن عمل مي‌كند؛ به همين علت است كه آسبوتولول را به عنوان يك مسدودكننده بتا مي‌شناسند. آسبوتولول با مسدود كردن اين تكانه‌ها به قلب كمك مي‌كند تا از نيرو و تعداد ضربان قلب بكاهد و در نتيجه بار كاري قلب كاهش پيدا كند؛ كه اين خود موجب كاهش فشار در داخل رگ‌هاي خوني نيز خواهد شد. اسامي تجاري آسبوتولول عبارتند از مونيتان و سكترال چگونگي مصرف آسبوتولول معمولاً روزي يك يا دو بار مصرف مي‌شود. مهم است كه دارو را هر روز در ساعت معيني مصرف كنيد. معمولاً راحت‌تر است كه صبح‌ها پيش از صبحانه خورده شود تا فراموش نشود. اين دارو را مي‌توان همراه با غذا يا جداگانه مصرف كرد. هر روز پيش از خوردن آسبوتولول به مدت يك دقيقه كامل نبضتان را بگيريد. (اگر نمي‌دانيد چطور نبضتان را بگيريد از پزشكتان يا يك پرستار بخواهيد تا آن را به شما آموزش دهد.) اگر تعداد نبض شما كمتر از 50 در دقيقه بود، آن روز پيش از خوردن آسبوتولول موضوع را با پزشكتان در ميان بگذاريد. هيچگاه بيشتر از مقدار تجويز شده براي خودتان از اين دارو مصرف نكنيد. از دستورات ذكر شده توسط پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر يك نوبت دارو را فراموش كرديد ، مي‌توانيد به مجردي كه آن را به ياد آورديد مصرفش كنيد. البته اگر كمتر از 4 ساعت تا نوبت بعدي مصرف دارو مانده باشد، نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي منظم خود برگرديد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد و پيش از مشورت با پزشكتان مصرف آسبوتولول را قطع نكنيد. با عدم مصرف آسبوتولولِتان ممكن است در معرض خطر يك حمله قلبي قرار گيريد. در اكثر مواردي كه آسبوتولول برايشان تجويز مي‌شود، اين دارو بيماري را مهار مي‌كند، نه درمان اين بدان معنا است كه شما ممكن است مجبور باشيد آسبوتولول را براي سال‌ها يا تا پايان زندگي مصرف كنيد، حتي اگر حالتان خوب باشد.هشدارها و عوارض جانبي در صورتي كه دچار هريك از نشانه‌هاي نادر ولي جدي زير شديد، آسبوتولول خود را قطع كرده در عرض 24 ساعت با پزشك خود تماس بگيريد: سختي تنفس تنگي نفس يا خس‌خس سينه سردي كف دست و پا؛ ضربان قلب كمتر از 50 در

دقيقه احساس گيجي يا سياهي رفتن چشم به دنبال ايستادن از يك وضعيت نشسته يا خوابيده تورم دست‌ها و پاها يا افزايش وزن ناگهاني (5/1 كيلوگرم در 48-24 ساعت ؛ زردي چشم و پوست ادرار تيره كند شدن قواي ذهني گيجي توهمات (شنيدن ديدن يا احساس چيزهايي كه وجود ندارند)؛ درد قفسه سينه مفصل يا كمر؛ بثورات جلدي يا هرگونه كبودشدگي يا خونريزي غيرعادي علايم زير ممكن است تا عادت كردن بدنتان به دارو رخ دهد: خواب‌آلودگي خستگي مشكل در به خواب رفتن اضطراب يبوست يا اسهال كابوس‌هاي شبانه يا كاهش توانايي جنسي اگر اين علايم ادامه پيدا كردند يا مشكل‌ساز شدند، وضعيت را با پزشكتان در ميان بگذاريد. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف آسبوتولول پزشكتان را مطلع سازيد حساسيت به آسبوتولول يا ديگر داروهاي مسدودكننده بتا. بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر به ويژه تزريقات حساسيت‌زدايي كافئين داروهاي آسم (آمينوفيلين ديفيلين اكستريفيلين تئوفيلين ، داروهاي بدون نياز به تجويز پزشك براي سرفه يا سرماخوردگي داروهاي ديابت (انسولين داروهاي ضددياﺑﺖ خوراكي ، ساير داروهاي فشار خون (مسدودكننده‌هاي كانال كلسيمي كلونيدين گوانابنز)، كوكائين يا مهاركننده‌هاي منوآمين‌اكسيداز. حساسيت آسم يا آمفي‌زم مشكلات احتقاني قلب بيماري قند؛ پركاري تيرويید؛ كندي قواي ذهني يا بيماري كليوي يا كبدي يا سابقه ابتلا به هريك از اين موارد. اگر دچار حساسيت باشيد واكنش‌هاي حساسيتي ممكن است با مصرف آسبوتولول شدت يابد. در هنگام مصرف آسبوتولول توصيه مي‌شود مرتب به پزشكتان مراجعه داشته باشيد تا پيشرفت و بهبودي شما را زير نظر داشته باشد. ممكن است ترجيح دهيد كه فشارخونتان را در خانه اندازه گرفته ثبت كرده و در مراجعات منظمتان آن را به پزشكتان گزارش كنيد.در مورد سطح بي‌خطر فعاليت بدني با توجه به بيمارستان با پزشكتان مشورت كنيد. آسبوتولول ممكن است از درد قفسه سينه جلوگيري كند يا آن را كاهش دهد و در نتيجه شما فعاليت خود را بيش از ميزان قابل قبول افزايش دهيد. اين ممكن است به درد قفسه سينه يا ديگر علايم جدي منجر شود. وزنتان را نسبت به قد و استخوانبندي خود مناسب نگاه داريد. در صورت نياز به كاهش وزن از پزشكتان كمك بخواهيد . اگر به سبب پرفشاري خون در حال مصرف آسبوتولول هستيد، مصرف سديم (نمك را كاهش دهيد. براي دستورات تغذيه‌اي از پزشكتان نظر بخواهيد يا براي كمك بيشتر به يك متخصص تغذيه مراجعه كنيد. اگر سيگاري هستيد، سيگار را ترك كنيد. از پزشكتان بخواهيد شما را به يك مشاوره يا گروه ترك سيگار معرفي كند.از حالت خوابيده به نشسته يا ايستاده يا از نشسته به آرامي تغيير وضعيت دهيد تا دچار سرگيجه سياهي رفتن چشم يا غش نشويد. در هواي

سرد لباس گرم كافي بپوشيد، زيرا آسبوتولول ممكن است شما را به سرما حساس‌تر كنددر تعطيلات آخر هفته و ساير روزهاي تعطيل داروي كافي در دسترس نگاه داريد .
ساير ارايه‌دهندگان خدمات سلامت را از آنكه آسبوتولول مصرف مي‌كنيد مطلع كنيد، زيرا اين دارو ممكن است بر روي برخي از آزمون‌هاي آزمايشگاهي تأثير بگذارد يا موجب شود كه نسبت به تزريقات حساسيت‌زدايي دچار واكنش شويد. هميشه يك برگه كه نشان دهد در حال مصرف آسبوتولول هستيد را به همراه داشته باشيد. آسبوتولول را دور از دسترس كودكان دور از آتش نور مستقيم و حرارت مرطوب نگاه داريد (حرارت و نور موجب فاسد شدن آسبوتولول مي‌شود). در هنگام مصرف آسبوتولول نبايد تا هنگام مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگي كنيد يا از وسايل خطرناكي كه نياز به هوشياري كامل دارند استفاده كنيد. اگر خواب‌آلودگي يا گيجي به‌طور مشكل‌سازي ادامه پيدا كند، با پزشكتان مشورت كنيد. دارويتان را به‌طور ناگهاني قطع كنيد. در اين صورت ممكن است دچار تعريق تپش قلب (احساس تكان خوردن قلب در قفسه سينه ، سردرد، يا لرزش دست و انگشتان شويد. ساير داروها، به ويژه داروهاي ضدسرفه يا سرماخوردگي را بدون مشورت با پزشكتان مصرف كنيد.

# BECLOMETHASONE NASAL SPRAY

در مورد اين داروا‌ين اسپري بيني به عنوان درمان نگهدارنده در افراد دچار اختلالات بيني نظير رينيت فصلي يا رينيت دايمي علايم حساسيتي در بيني يا پوليپ‌هاي بيني تجويز مي‌شود. استفاده منظم آن به كاهش التهاب بيني كمك مي‌كند و واكنش مخاط بيني به مواد حساسيت‌زا (يا محرك را كاهش مي‌دهد. به اين اثرات بكلومتازون علايم خارش سوزش عطسه و آبريزش بيني را كاهش مي‌دهد. بكلومتازون در واقع يك كورتيكواستروئيد است چگونگي مصرف در هر نوبت بكلومتازون معمولاً 1 يا 2 اسپري با اندازه مشخص 2 تا 4 نوبت در روز مصرف مي‌شود. مهم است كه طبق دستور پزشكتان يا دستورالعمل روي برچسب دارو را مصرف كنيد. هيچ‌گاه بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر در كنار اين دارو كورتيكواستروئيد خوراكي مصرف نمي‌كنيد؛ ممكن است اثر اين دارو پس از يك هفته آغاز شود و 3 هفته طول بكشد تا به حداكثر برسد. مهم است كه نوبت‌هاي مصرف دارو منظم باشد، مثلاً 8 صبح تا 8 شب اگر قرار است دوبار در روز استفاده است و هر 6 ساعت اگر قرار است 4بار در روز استفاده شود. از پزشكتان بخواهيد در تعيين يك برنامه درماني كه با فعاليت‌هاي روزمره شما تداخل نداشته باشد به شما كمك كند. بهتر است دارو هر روز در ساعت معيني مصرف شود. مجاري بينيي خود را با فين كردن تميز كنيد. قطعه بيني (نوك اسپري را داخل بيني قرار داده و به سمت گوشه چشمتان اسپري كنيد. اگر يك نوبت مصرف دارو را فراموش كرديد، به مجرديكه آن را به ياد آورديد، مصرفش كنيد. اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت قبلي را رها كرده و به برنامه منظم دارويي‌تان باز گرديد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم زير، مصرف بكلومتازون را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد؛ ترشحات خوني از بيني يا خون دماغ‌هاي بي‌دليل سرفه سرگيجه يا سياهي رفتن چشم از دست رفتن حس بويايي يا چشايي تهوع يا استفراغ آبريزش يا گرفتگي مداوم بيني يا آبريزش از چشم‌ها؛ درد معده پلاك‌هاي سفيد در مخاط بيني يا گلو؛ چشم درد؛ افت تدريجي بينايي احساس بوي بد؛ يا يك واكنش حساسيتي (بثورات جلدي كهير؛ تورم پلك‌ها، صورت يا لب‌ها؛ تنگي نفس . علايم مصرف بيش از حد عبارتند از جوش صورت چاق شدن صورت يا تغييرات دوره ماهانه كه حتماً با پزشك در ميان گذاشته شوند. علايم ديگر ممكن است مشاهده شوند ولي فقط در صورت مشكل‌ساز شدن نياز است با پزشك مشورت شود؛ اين علايم عبارتند از

سوزش يا خشكي خفيف و موقتي در بيني عطسه يا تحريك حلق موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف اسپري بيني بكلومتازون پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به كورتيكواستروئيدها، داروهاي ديگر، غذاها، نگهدارنده‌ها، رنگ‌هاي خوراكي
مصرف داروهاي ديگر به‌ويژه كورتيكواستروئيدهاي خوراكي‌سابقه يا ابتلا به سل تب خال چشمي يا ديگر عفونت‌هاي باكتريايي قارچي يا ويروسي هنگام مصرف اسپري بيني بكلومتازون توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بتواند بهبودتان را زيرنظر داشته باشد. اگر در طول 3 هفته درمان هيچ بهبودي نداشتيد با پزشكتان مشورت كنيد. پيش از مصرف هر دارويي براي ديگر مشكلات بيني با پزشكتان مشورت كنيد. اگر داروساز شما مي‌تواند افشانه را پر كند، آن را پس از اتمام دارو دور نيندازيد.پيش از هر عمل جراحي كارهاي دندانپزشكي يا واكسيناسيون ساير پزشكان يا افراد گروه پزشكي را از اين كه افشانه كورتيكواستروئيدي استفاده مي‌كنيد، مطلع سازيد.اگر تا به حال آبله مرغان و سرخك مبتلا نشده‌ايد و واكسن آنها را هم نزده‌ايد، از تماس نزديك با افراد مبتلا به اين دو بيماري اجتناب كنيد. در صورتي كه فكر مي‌كنيد با اين افراد مواجهه داشته‌ايد با پزشكتان مشورت كنيد.يك برگه شناسايي پزشكي همراه داشته باشيد كه نشان دهد بكلومتازون مصرف مي‌كنيد. اگر مقدار معمول دارو به شكل استنشاقي برايتان مؤثر نيست ممكن است به‌طور موقت به كورتيكواستروئيد خوراكي نياز داشته باشيد.افشانه را دور از دسترس كودكان و دور از گرما نگاه داريد. هنگام مصرف بكلومتازون نبايد پيش از آنكه با پزشكتان مشورت كرده باشيد دارو را قطع كنيد.

ACETAMINOPHEN

در مورد اين دارو استامينوفن دارويي است رايج كه بدون نسخه پزشك قابل تهيه مي‌باشد. اين دارو يك مسكن غيرمخدر است كه در موارد دردهاي خفيف تا متوسط نظير سردرد، دندان درد، درد خفيف استئوآرتريت (آرتروز)، و دردهاي ناشي از جراحي‌هاي كوچك كاربرد دارد. استامينوفن همچنين تب را كاهش مي‌دهد. اين دارو ممكن است در بسياري ديگر از داروها با اسامي تجاري متفاوت وجود داشته باشد. به استامينوفن پاراستامول نيز گفته مي‌شود. چگونگي مصرف قرص استامينوفن را مي‌توان براي سهولت بلع خرد كرد. اشكال خوراكي استامينوفن را مي‌توان با مقدار اندكي از مواد غذايي نظير ماست يا مربا مخلوط كرد. در مورد پودرهاي خوراكي همانند آنچه در كپسول‌هاي Feveral Sprinkle وجود دارد، كپسول باز شده و محتوياتش در يك قاشق چايخوري آب يا مقدار اندكي ماده غذايي نرم مخلوط مي‌شود. براي استعمال راحت‌تر شياف بهتر است آن را 30 دقيقه در يخچال نگاه داشت براي استعمال شياف پوشش شياف را برداشته آن را با آب سرد مرطوب كرده سپس در حالي كه به يك پهلو خوابيده‌ايد با انگشت خود شياف را داخل مقعد كنيد. اگر يك نوبت دارو را فراموش كرديد، مي‌توانيد به مجردي كه آن را به ياد آورديد مصرفش كنيد. اما اگر تقريباً زمان نوبع بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي منظم خود بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد هشدارها و عوارض جانبي در صورتي كه دچار هريك از نشانه‌هاي جدي زير شديد، استامينوفن خود را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: زردي پوست يا چشم‌ها؛ اسهال بي‌اشتهايي تهوع يا استفراغ معده درد؛ درد، تورم يا حساسيت در بالاي شكم مدفوع سياه و قيري شكل ادرار خوني يا كدر، كاهش ناگهاني ادرار؛ كبود شدگي يا خون‌ريزي غيرعادي بثوارت جلدي زخم‌هاي دهاني يا تب يا گلودردي كه پيش از درمان وجود نداشته و ناشي از بيماري اي كه به خاطرش تحت درمان قرار گرفته‌ايد نباشد. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف استامينوفن پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به هر نوع غذا، نگاه‌دارنده‌ها، رنگ‌هاي خوراكي يا داروها (به ويژه استامينوفن يا آسپيرين . بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه داروهاي ضدالتهابي غيراستروييدي ( NSAIDs ، نظير ايبوپروفن ، آسپيرين يا ضدانعقادها (رقيق‌كننده‌هاي خون مثل وارفارين [كومادين]).مصرف روزي بيش از سه قوطي يا بيشتر مشروبات الكلي سابقه يا ابتلا به الكليسم (اعتياد به الكل ، هپاتيت ويروسي فنيل كتونوري يا بيماري كبدي يا قلبي در هنگام مصرف

استامينوفن توصيه مي‌شود برچسب روي دارو را بخوانيد و از دستوراتش پيروي كنيد. برچسب روي ساير داروهاي بدون نياز به نسخه را بخوانيد تا مطمئن شويد كه در آن‌ها استامينوفن يا دارويي كه با استامينوفن تداخل كند وجود نداشته باشد. اگر استامينوفن را به سبب درد، تب يا گلودرد مصرف مي‌كنيد در هريك از شرايط زير با پزشكتان مشورت كنيد: درد بيش از 10 روز (در كودكان 5 روز) طول بكشد يا اينكه علامت جديدي به آن اضافه شود.
تب بيش از 3 روز طول بكشد، بدتر شود، يا علامت جديدي اضافه شود. گلودرد دردناك‌تر شود، بيش از 2 روز طول بكشد، يا تهوع استفراغ بثورات جلدي يا سردرد رخ دهد. فقط به مقدار توصيه شده توسط پزشكتان استامينوفن مصرف كنيد. استامينوفن را دور از دسترس كودكان دور از حرارت نور مستقيم و حرارت مرطوب نگاه داريد (در چنين شرايطي استامينوفن فاسد مي‌شود). شياف‌ها را در يك جاي خنك نگاه داريد، ولي شياف و انواع مايع استامينوفن (قطره و شربت را منجمد نكنيد. استامينوفن تاريخ گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. در هنگام مصرف استامينوفن نبايدبيش از مقدار ذكر شده بر روي برچسب جعبه دارو مصرف كنيد، مگر اينكه پزشكتان چنين دستوري داده باشد، در غير اين صورت ممكن است دچار آسيب كليوي يا كبدي شويد. به كودكان زير 12 سال در يك روز بيش از 5 نوبت استامينوفن به مقدار تعيين شده بر اساس سن‌شان بدهيد. در روز بيش از دو قوطي مشروب الكلي مصرف كنيد مگر اينكه فقط بخواهيد يك يا دو نوبت استامينوفن بخوريد. مسموميت در صورتي كه به مصرف بيش از حد استامينوفن شك كرديد، حتي در صورت عدم وجود هرگونه علامت مسموميت از اورژانس تقاضاي كمك كنيد. درمان مسموميت بايد هرچه زودتر آغاز شود. در صورتي كه درمان مصرف بيش از حد استامينوفن ظرف 24 ساعت اول آغاز نشود، ممكن است نتوان از آسيب كبدي يا مرگ جلوگيري كرد.اطلاعات ديگر اشكال ژنريك استامينوفن ارزان‌تر از انواع تجاري هستند و در اكثر موارد به همان اندازه مؤثرند. فراورده‌هاي استامينوفن طولاني‌اثر گران‌تر مي‌باشند، ولي ممكن است مصرفشان راحت‌تر و مناسب‌تر باشد.

در مورد اين دارو استراديول يك استروژن مي‌باشد. استروژن‌ها در زن‌هاي سالم موجب رشد و تكامل اندام جنسي حفظ عملكرد طبيعي ادراري ـ تناسلي و افزايش ثبات عروق خوني (و در نتيجه جلوگيري از سرخ شدن و برافروختگي ، مي‌شوند. وقتي به خانم‌ها پس از يائسگي طبيعي يا به كساني كه به دنبال يك جراحي يائسه شده‌اند (برداشتن تخمدان‌ها) استروژن جايگزين داده مي‌شود، اين دارو كمك‌مي‌كند تا از پي‌آمدهاي كمبود استروژن نظيرگرگرفتگي و خشكي واژن و پوكي استخوان جلوگيري شود. به علاوه گاهي از استروژن در كنار ساير داروها براي مهار رشد سرطان پروستات در مردها و سرطان پستان در زن‌هاي يائسه يا برخي بيماران مذكر دچار سرطان پستان استفاده مي‌شود.چگونگي مصرف‌قرص‌هاي استراديول به صورت پيوسته (هر روز) يا دوره‌اي (21 يا 25 روز اول هر ماه تقويمي تجويز و استفاده مي‌شود. دارو را هر روز ساعت يكساني مصرف كنيد، اگر با مصرف استراديول دچار تهوع مي‌شويد، آن را با شير يا غذا بخوريد. شكل‌هاي واژينال را نيز مي‌توان در كنار شكل‌هاي خوراكي مصرف كرد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجرديكه آن را به ياد آوريد، مصرفش كنيد. اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده‌است نوبت فراموش شده را حذف كنيد و به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. يك راه ديگر تجويز استراديول استفاده از شكل پوستي است كه هميشه همراه بيمار است و بايد هفته‌اي دوبار تعويض شود. قبل و بعد از برداشتن اين برچسب پوستي دستتان را بشوييد و كاملاً خشك كنيد، محل گذاشتن برچسب پوستي بايد تميز، خشك و بدون مو، بثورات جلدي بريدگي يا جوشگاه باشد.برچسب پوستي را روي سينه‌ها يا خط دور كمر يا هر جايي كه لباس تنگ موجب شل شدنش شود نچسبانيد. اگر پلاك شل شد هم مي‌توانيد يك برچسب پوستي جديد بكار ببريد و هم اينكه در صورت امكان مجدداً آن را بچسبانيد. براي گذاشتن برچسب پوستي آن را روي پوست فشار دهيد، به ويژه حاشيه برچسب پوستي را تا مطمئن شويد كه كاملاً به پوست چسبيده باشد. هر برچسب پوستي را در يك منطقه ديگر از پوست بچسبانيد. و براي جلوگيري از تحريك پوستي حداقل يك هفته پس از برداشتن يك برچسب پوستي در آن محل برچسب پوستي جديدي نچسبانيد. هشدارها و عوارض جانبي استفاده طولاني مدت از درمان جايگزين با استروژن بدون مصرف همزمان پروژستين با افزايش خطر سرطان جدار رحم همراه بوده است پزشك شما بايد حداقل سالي دوبار شما را ملاقات كند تا ارزيابي

مجددي راجع به اينكه نيازي به ادامه درمان داريد، داشته باشد. درصورت بروز هريك از علايم زير، بلافاصله با پزشكان تماس بگيريد: توده‌هاي پستاني يا درد و حساسيت پستان افزايش اندازه پستان‌ها؛ تورم پا يا ساق افزايش وزن سريع حركات منقطع و ناگهاني غيرارادي دردشكمي يا زردي چشم يا پوست به علاوه زن‌ها بايد در صورتي كه عادت ماهانه‌شان شديدتر شده بود بين دو عادت ماهانه متوالي خونريزي داشتند و نيز در صورت بارداري احتمالي موضوع را با پزشكشان در ميان بگذارند. مردهايي كه مقدار بالايي استروژن مصرف مي‌كنند ممكن است دچار انفاركتوس قلبي آمبولي ريوي (لخته خون در ريه‌ها)، و ترومبوفلبيت (تشكيل لخته خون معمولاً در سياهرگ‌هاي پا شوند). چه مردها و چه زن‌هاي مصرف‌كننده استروژن بايد علايم زير را بلافاصله به پزشكشان اطلاع دهند: درد قفسه سينه كشاله ران يا پاها؛ سردرد؛ درد ناگهاني و شديد؛ تنگي نفس ناگهاني تكلم نامفهوم كه ناگهاني ايجاد شده باشد؛ تغييرات ناگهاني بينياني ضعف يا كرخي يك بازو يا پا. علايم زير فقط در صورتي كه مشكل ساز شوند نياز به گزارش دارند: دل پيچه نفخ تهوع سرگيجه خفيف سردرد خفيف تغيير در ميل جنسي عدم تحمل لنزهاي تماسي تحريك پوستي در استفاده از پلاك نيز نامعمول نيست موارد احتياطدر صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف استرادیول پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به استروژن‌ها بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه بروموكريپتين (دارويي كه در درمان آمنوره [قطع عادت ماهانه]، عقيمي (يا نازايي ، و بيماري پاركينسون استفاده مي‌شود)، سيكلوسپورين يا داروهايي كه به كبد آسيب مي‌رسانند مصرف سيگار، توتون يا تنباكوسابقه يا ابتلا به ترومبوفلبيت (لخته شدن خون در سياهرگ‌ها)، ترومبوز (تشكيل لخته خوني در رگ‌ها)؛ اندومتريروز (تشكيل بافت اندومتر در خارج رحم ؛ بيماري كيسه صفرا؛ فيبروم رحمي سرطان پستان (يا شك به آن ، مگر اينكه براي درمان همين سرطان استرادیول تجويز شده باشد؛ خونريزي واژينال غيرطبيعي بدون علت مشخص يا مشكلات كبدي هنگام مصرف استرادیول توصيه مي‌شود دستورالعمل همراه دارو را به دقت مطالعه كنيد و سؤالاتتان را از پزشكتان بپرسيد. هر ماه پستان‌هايتان را معاينه كنيد تا در صورت بروز علايمي از سرطان متوجه آن شويد (اگر اين معاينه را بلد نيستيد از پزشكتان بپرسيد). سالي يكبار (يا بسته به نظر پزشكتان بيشتر) براي انجام ماموگرافي آزمون گستره پاپانيكولا، و معاينه باليني به پزشكتان مراجعه كنيد.تورم خونريزي و حساسيت لثه‌ها به دنبال مصرف استرادیول نامعمول نيست بهداشت دهانتان را با مسواك‌زدن و استفاده از نخ دندان و مراجعه منظم به دندانپزشك حفظ كنيد و در صورت بروز هريك از مشكلات ذكر شده موضوع را با دندانپزشكتان در ميان بگذاريد. براي به

حداقل رساندن تغييرات رنگ پوست از مواجهه با آفتاب بپرهيزيد. مخصوصاً از آفتاب ساعت 10 صبح تا 2 بعدازظهر اجتناب كنيد. از لوسيون‌هاي ضدآفتاب با قدرت محافظتي (اس پي اف حداقل 15 براي صورت و دست‌ها استفاده كنيد. ديگر پزشكان را از اينكه استراديول مصرف مي‌كنيد آگاه كنند. استراديول را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط استراديول فاسد مي‌شود). استراديول تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت بريزيد. هنگام مصرف استراديول نبايد سيگار، توتون يا تنباكو مصرف كنيد. اين از اثرات استروژن‌ها مي‌كاهد و خطر عوارض جانبي دارو را به ويژه در كساني كه زياد سيگار مي‌كشند يا در افراد بالاي 35 سال افزايش مي‌دهد.

# ESTROGENS_CONJUGATED

در مورد اين درواستروژن در زن‌هاي سالم موجب رشد و تكامل اعضاي جنسي حفظ عملكرد طبيعي ادراري تناسلي و افزايش ثبات رگ‌هاي خوني (و در نتجه جلوگيري از گرفتگي مي‌شود. وقتي از استروژن به عنوان درمان جايگزين در زناني كه دچار يائسگي طبيعي هستند يا به‌دنبال جراحي يائسه شده‌اند استفاده مي‌شود، اين دارو از علايم ناشي از كمبود استروژن نظير گرگرفتگي و خشكي واژن پوكي استخوان و بيماري تصلب شرايين (سخت شدن جدار رگ‌ها يا آترواسكلروز) جلوگيري مي‌كند. درمان با استروژن در كنار درمان‌هاي ديگر براي مهار رشد سرطان پروستات در مردان و سرطان پستان در زنان يائسه و برخي از مردان مبتلا كاربرد دارد. چگونگي مصرف استروژن براي زن‌ها به در صورت پيوسته (هر روز) يا دوره‌اي (در 21 تا 25 روز اول هر ماه تقويمي تجويز مي‌شود. دارو را هر روز در ساعت معيني مصرف كنيد. اگر دارو موجب تهوع شد مي‌توانيد آن را با غذا بخوريد. شكل‌هاي خوراكي دارو را مي‌توان همراه با شكل‌هاي واژينال مصرف كرد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجرديكه به ياد آوريد مصرفش كنيد. اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را حذف كرده به برنامه دارويي منظم‌تان باز گرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي استفاده از استروژن طولاني‌مدت بدون استفاده همزمان از پروژستين با خطر بروز سرطان لايه داخل رحم همراه بوده است پزشك شما حداقل سالي يكبار شمار را ملاقات كند تا ببيند به ادامه درمان نياز داريد يا خير. در صورت بروز هر يك از علايم زير بلافاصله با پزشكتان تماس بگيريد: توده‌هاي پستاني درد، يا حساسيت شكم درد؛ يا زردي پوست يا چشم‌ها. به‌علاوه زن‌هايي كه استروژن مصرف مي‌كنند، در صورت مشاهده خونريزي واژينال (خونريزي شديدتر يا خونريزي بين دو عادت ماهانه متوالي يا شك به حاملگي بايد بلافاصله پزشكشان را مطلع سازند.در مرداني كه به هر دليل استروژن كونژوگه مصرف مي‌كنند، دارو ممكن است موجب حمله قلبي آمبولي ريوي (لخته خون در ريه ، و ترومبوفلبيت (لخته خون در سياهرگ‌ها پا) شود. بيماران مصرف‌كننده استروژن چه مرد چه زن بايد علايم زير را بلافاصله به پزشكتان گزارش كنند. درد قفسه سينه كشاله ران يا ران‌ها؛ سردرد ناگهاني و شديد؛ تنگي نفس ناگهاني تكلم نامفهوم ناگهاني تغييرات ناگهاني بينايي يا ضعف يا كرخي دست يا پا. علايم زير ممكن است ايجاد شوند كه اگر مشكل‌ساز شوند بايد با پزشك در ميان گذاشته شوند:

دل‌پيچه نفخ تهوع سرگيجه خفيف اسهال خفيف تغيير ميل جنسي يا عدم توانايي تحمل لنزهاي تماسي موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف استروژن كونژوگه پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به استروژن بارداري يا شيردهي‌در حال مصرف داروهاي ديگر، به‌ويژه بروموكريپتين (دارويي كه در درمان قطع عادت ماهانه ناباروري و پاركينسون استفاده مي‌شود)، سيكلوسپورين و داروهايي كه ممكن است به كبد آسيب برسانند. مصرف سيگار، توتون يا تنباكوسابقه يا ابتلا به ترومبوفلبيت ترومبوز (لخته در رگ‌ها)، يا اختلالات ترومبوآمبوليك اندومتريوز؛ بيماري‌هاي كيسه صفرا، فيبروم رحمي سرطان پستان يا شك به آن (به جز در كساني كه به همين علت استروژن مصرف مي‌كنند)؛ خونريزي واژينال غيرطبيعي و تشخيص داده نشده يا مشكلات كبدي هنگام مصرف استروژن كونژوگه توصيه مي‌شود دستورالعمل همراه دارو را بخوانيد و تمام سؤالاتان را از پزشكتان بپرسيد.براي كشف علايم زودرس سرطان هر ماه پستان‌هاي خود را معاينه كنيد (اگر اين كار را بلد نيستيد، روش آن را از پزشكتان بپرسيد). سالي يك‌بار (يا بنابر نظر پزشكتان در فواصل كوتاه‌تري براي انجام ماموگرافي آزمون گستره پاپانيكولا، و معاينه باليني به پزشكتان مراجعه كنيد. با مسواك‌زدن و استفاده از نخ دندان به‌طور منظم بهداشت دهانتان را حفظ كنيد. مصرف اين دارو ممكن است موجب تورم خونريزي و حساسيت لثه‌ها شود. در صورت بروز اين علايم با دندانپزشكتان مشورت كنيد. براي به حداقل رساندن تغييرات رنگ پوست از قرارگيري در معرض آفتاب به ويژه از ساعت 10 صبح تا 2 بعدازظهر بپرهيزيد. از لوسيون‌هاي ضد آفتاب با قدرت محافظتي (راس پي راف حداقل 15 براي دست‌ها و پوست صورت استفاده كنيد. ساير پزشكان را از اين كه چنين دارويي مصرف مي‌كنيد، آگاه كنيد. استروژن كونژوگه را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مطلوب نگهداري كنيد (در اين شرايط استروژن فاسد مي‌شود). استروژن تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف استروژن كونژوگه نبايد سيگار بكشيد؛ زيرا سيگار اثر اين دارو را كاهش مي‌دهد و احتمال بروز عوارض جدي آن را نيز افزايش مي‌دهد (به ويژه در افرادي كه خيلي سيگار مي‌كشند يا افراد بالاي 35 سال

در مورد اين داروافلوكساسين يك داروي ضد باكتري رايج است كه براي درمان انواع گوناگون از عفونت‌ها، مثل عفونت‌هاي پوست و بافت‌هاي نرم برونشيت سينه‌پهلو (پنوموني ، عفونت‌هاي دستگاه ادراري اسهال پروستاتيت (التهاب پروستات و نيز عفونت‌هاي ناشي از كلاميديا و گتوكوك‌ها (سوزاك تجوز مي‌شود. چگونگي مصرف افلوكساسين را مي‌توان با يا بدون غذا مصرف كرد، ولي در هر صورت بايد همراه با يك ليوان پر از آب باشد. اگر با شكم خالي معده‌تان ناراحت شد، دارو را با غذا بخوريد. بهتر است دارو در طي شبانه‌روز در نوبت‌هايي با فواصل يكسان مصرف شود تا سطح دارو در خون ثابت باقي بماند. مثلاً، اگر لازم است روزي 2 نوبت افلوكساسين مصرف كنيد، مي‌شود هر 12 ساعت (مثلاً 7 صبح و 7 شب يا 8 صبح يا 8 شب . اگر اين با برنامه كاري يا خواب شما تداخل دارد، براي تعيين يك برنامه مناسب‌تر از پزشكتان كمك بخواهيد. مهم است كه دارو سر وقت و به طور كامل مصرف شود، حتي اگر احساس بهبودي كنيد. اگر پيش از اتمام دارويتان درمان را قطع كنيد، ممكن است علايم‌تان عود كند. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه به ياد آورديد مصرفش كنيد. البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم زير با پزشكتان تماس بگيريد: تشويش گيجي لرزش دست توهم رفتار غيرطبيعي بثورات جلدي يا خارش كمردرد، ادرار خوني يا كدر، تب يا تورم پاها يا ساق‌ها. علايم ديگري نيز ممكن است روي دهند، ولي فقط در صورتي كه مشكل‌ساز شوند نياز است با پزشك مطرح شوند: گيجي خواب‌آلودگي سياهي رفتن چشم سردرد، بي‌خوابي دل پيچه تهوع و استفراغ اسهال يا افزايش حساسيت به نور آفتاب موارد احتياطدر صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف افلوكاسين پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به افلوكاسين يا ديگر آنتي‌بيوتيك‌هاي فلوروكينولون‌سن كمتر از 18 سال بارداري يا شيردهي‌مصرف داروهاي ديگر، به ويژه گشادكننده‌هاي برونش (آمينوفيلين اكستريفيلين يا تئوفيلين ، آنتي‌اسيدها، قرص آهن يا سوكرالفات كافئين ديدانوزين يا ضد انعقادها (رقيق‌كننده‌هاي خون نظير وارفارين سابقه يا ابتلا به صرع يا بيماري‌هاي كليوي يا كبدي هنگام مصرف افلوكاسين توصيه مي‌شود حتي در صورت احساس بهبودي دارو را تا آخر مصرف كنيد تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بيماري جلوگيري شود. روزي هشت ليوان آب بنوشيد، مگر آنكه

پزشكتان دستور ديگري داده باشد. افلوكاسين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط افلوكاسين فاسد مي‌شود). از نور مستقيم آفتاب بين ساعات 10 صبح تا 3 بعداظهر و استفاده از لامپ آفتابي و ديگر وسايل برنزه‌كننده بپرهيزيد. مناطق در معرض نور پوست بدنتان را با يك لوسيون ضد آفتاب با قدرت حفاظتي (SPF) حداقل 15 محافظت كنيد. اگر ظرف 3 روز از درمان با افلوكاسين احساس بهبودي نمي‌كنيد، با پزشكتان مشورت كنيد.هنگام مصرف افلوكاسين نبايد آنتي‌اسيد، سوكرالفات داروهاي حاوي روي يا آهن مصرف كنيد. بين مصرف اين داروها و افلوكاسين حداقل 2 ساعت بايد فاصله باشد.تا پيش از مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگي كنيد يا به كارهايي كه نياز به هوشياري كامل دارند بپردازيد. اين دارو در برخي بيماران موجب خواب‌آلودگي سرگيجه يا سياهي رفتن چشم مي‌شود. دارو را بعد از تاريخ مصرفش استفاده كنيد. پيش از اتمام دارو مصرفش را قطع كنيد؛ مگر به دستور پزشكتان

در مورد اين دارو اگزاسيلين يك آنتي‌بيوتيك رايج است كه براي درمان انواع زيادي از عفونت‌هاي ناشي از باكتري‌ها مثل سينوزيت يا عفونت‌هاي پوستي و تنفسي استفاده مي‌شود. چگونگي مصرف اگزاسيلين بايد با شكم خالي حداقل يك ساعت قبل يا 2 ساعت پس از صرف غذا، خورده شود. اگزاسيلين بايد در طي شبانه‌روز در نوبت‌هايي با فواصل يكسان مصرف شود تا سطح آن در خون ثابت باقي بماند. مثلاً اگر قرار است روزي 4 نوبت خورده شود، مي‌شود هر 6 ساعت (مثلاً 12 ظهر، 6 عصر، 12 شب و 6 صبح . اگر اين با برنامه كاري يا خواب شما تداخل دارد، براي تعيين يك برنامه مناسب‌تر از پزشكتان كمك بگيريد. مهم است كه دارو را سر وقت و به طور كامل مصرف كنيد، حتي اگر احساس بهبودي مي‌كنيد. اگر پيش از اتمام دارو آن را قطع كنيد ممكن است علايمتان عود كند. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه به ياد آورديد مصرفش كنيد. البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد و مقدار دارو را دو برابر نكنيد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم زير فوراً با پزشكتان تماس بگيريد: اسهال شديد يا اسهال خفيف ولي مداوم زردي پوست يا چشم‌ها، سردرد، تهوع و استفراغ سوزش دهان يا زبان خارش يا ترشح واژن يا پلاك‌هاي سفيد در دهان يا روي زبان يك پاسخ حساسيتي نادر به آنتي‌بيوتيك‌ها آنافيلاكسي است كه به توجه و مراقبت فوري پزشكي نياز دارد. از آنجا كه آنافيلاكسي به سرعت پيشرفت مي‌كند، در صورت بروز تورم لب‌ها يا دور چشم بثورات جلدي كهير؛ يا تورم‌هاي پوستي تب غش ناگهاني ضربان قلب تند؛ يا خس‌خس سينه يا مشكل در تنفس مصرف دارو را قطع كرده فوراً با يك مركز فوريت‌هاي پزشكي تماس بگيريد. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف اگزاسيلين پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به هر نوع ماده غذايي نگهدارنده‌ها، رنگ‌هاي خوراكي يا داروهاي ديگر، به ويژه آنتي‌بيوتيك‌ها (پني‌سيلين‌ها، سفالوسپورين‌ها)بارداري يا شيردهي‌مصرف داروهاي ديگر، به ويژه داروهاي ضد انعقاد (رقيق‌كننده‌هاي خون نظير وارفارين ، داروهاي نقرس (پروبنسيد)، و آنتي‌بيوتيك‌هاي ديگر (آمنيوگليكوزيدها، اريترومايسين تتراسايكلين . سابقه يا ابتلا به مشكلات خونريزي دهنده (نظير زخم‌هاي معده هموفيلي يا كمبود پلاكتي ، كوليت (التهاب روده بزرگ مرتبط با مصرف آنتي‌بيوتيك يا بيماري‌هاي كبدي هنگام مصرف اگزاسيلين توصيه مي‌شود حتي در صورت احساس بهبودي دارو را تا آخر مصرف كنيد تا عفونت بدنتان درمان شده از

عود بيماري جلوگيري شود. براي جلوگيري از اسهال ناشي از اين دارو ماست بخوريد. اگزاسيلين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نورمستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط اگزاسيلين فاسد مي‌شود). محلول خوراكي اگزاسيلين را پس از آماده كردن در يخچال نگهداري كنيد و پيش از مصرف شيشه دارو را به خوبي تكان دهيد. از قطره‌چكان يا پيمانه همراه دارو براي اندازه‌گيري استفاده كنيد. اگر ظرف 3 روز از درمان با اگزاسيلين احساس بهبودي نداريد، با پزشكتان مشورت كنيد. هنگام مصرف اگزاسيلين نبايد از اين دارو به ديگران بدهيد؛ ممكن است آنها به اگزاسيلين حساسيت داشته باشند. دارو را پس از تاريخ مصرفش استفاده كنيد.پيش از اتمام دارو آن را قطع كنيد؛ مگر به دستور پزشكتان

# INSULIN REGULAR

در مورد اين دارو انسولين رگولار يك داروي قابل تزريق براي درمان ديابت نوع يك (ديابت وابسته به انسولين ديابت نوع 1) است اين نوع ديابت وقتي ايجاد مي‌شود كه لوزالمعده نتواند مقدار كافي انسولين براي كمك به سلول‌هاي بدن جهت استفاده از غذاي خورده‌شده توليد كند. انسولين رگولار جايگزيني براي آن انسولين مي‌باشد. انسولين رگولار با اثر بر روي سلول‌هاي بدن مقدار قند يا گلوكز خون را پايين مي‌آورد. هدف از تجويز انسولين كاهش قند خون تا سطح طبيعي است شما بايد قند خونتان را به طور مرتب زيرنظر داشته باشيد تا ببينيد بدنتان براي يك كاركرد طبيعي و نيز پيشگيري از عوارض ديابت به چقدر انسولين نياز دارد. حتماً بايد يك برنامه غذايي كم‌چربي و كم‌قند در سه وعده اصلي و سه ميان وعده داشته باشيد. اگر هنوز به يك متخصص تغذيه مراجعه نكرده‌ايد، از پزشكتان بخواهيد شما را به چنين شخصي معرفي كند. انسولين انساني رگولار در آزمايشگاه ساخته مي‌شود.اين نوع انسولين براي يك دوره زماني كوتاه داراي اثر است ظرف نيم تا يك ساعت اثرش شروع مي‌شود، در 4-2 ساعت به حداكثر مي‌رسد و در حدود 7-5 ساعت باقي مي‌ماند. انسولين انساني رگولار را يك انسولين كوتاه اثر مي‌دانند، و شما ممكن است انسولين طولاني اثري مثل انسولين انساني NPH هم همزمان استفاده كنيد. چگونگي مصرف مقدار تجويز انسولين انساني رگولار مي‌تواند بسيار مفيد باشد. مقدار مصرفي انسولين را پزشكتان براساس پاسخ بدن شما به انسولين تعيين مي‌كند. با رساندن مقادير مناسبي از انسولين كوتاه اثر و شايد طولاني اثر در طي 24 ساعت از عوارض طولاني مدت ديابت مي‌توان جلوگيري كرد. انسولين رگولار معمولاً روزي 3 يا 4 نوبت 30-15 دقيقه پيش از هر وعده غذايي استفاده مي‌شود. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. انسولين را در يخچال نگهداري كنيد، اما مراقب باشيد منجمد نشود. از يك نوع سرنگ استفاده كنيد. اگرمي خواهيد نوعي سرنگتان را تغيير دهيد با پزشكتان مشورت كنيد؛ در سرنگ‌هاي مختلف مقدار "فضاي مرده متفاوت است اين فضا عبارت است از مقدار فضاي موجود بين نوك سوزن تا عدد صفر روي بخش مدرج سرنگ شيشه دارو را به آرامي ميان دو كف دست بچرخانيد تا انسولين به خوبي مخلوط شود. آن را به شدت تكان ندهيد زيرا انسولين كف آلوده شده اندازه‌گيري دقيق مشكل مي‌شود. اگر محلول انسولين يكنواختي خود را از دست داده يا دانه‌دانه است و به كف يا جدار شيشه دارو (و يال

مي‌چسبد از آن استفاده نكنيد. به همان اندازه كه قصد داريد از شيشه دارو انسولين بكشيد، هوا داخل سرنگ بكشيد؛ بخش لاستيكي روي شيشه انسولين را با يك پنبه الكل ضدعفوني كنيد. سوزن را از راه بخش لاستيكي وارد شيشه كرده و هوا را تزريق كنيد. سپس شيشه دارو را سروته گرفته و مقدار انسولين موردنظر را به آرامي داخل سرنگ بكشيد. براي جلوگيري از ايجاد حباب هوا داخل سرنگ مراقب باشيد نوك سوزنتان در داخل شيشه دارو زير سطح دارو قرارگيرد. وقتي به مقدار دلخواه انسولين داخل سرنگ كشيديد، سوزن را از شيشه دارو خارج كنيد. سپس يك ناحيه از پوست را براي تزريق پاك كنيد. مي‌توانيد يك قسمت از پوست را بين دو انگشت بگيريد و نوك سوزن را با زاويه 45-30 درجه درست داخل چين يا در پايه آن فرو كنيد. انسولين را داخل بافت چربي تزريق كنيد. منطقه تزريق را مالش ندهيد زيرا اينكار سرعت جذب انسولين را تغيير مي‌دهد. ممكن است بخواهيد منطقه تزريق را به طور گردشي تغيير دهيد، ولي از يك الگو مشخص تبعيت كنيد؛ مثلاً صبح‌ها هميشه داخل پوست شكم و عصرها هميشه داخل پوست ران‌ها. انتخاب محل تزريق به شكل تصادفي روي جذب انسولين اثر مي‌گذارد. محل تزريق در ناحيه موردنظر نيز بايد به طور گردشي تغيير داده شود. يك راه خوب اين است كه اولين تزريق را با يك چسب زخم كوچك روي پوست مشخص كنيد. سپس در نوبت بعدي تزريق در همان منطقه علامت مزبور را مركز يك ساعت فرض كنيد و تزريق جديد را در ساعت 12نسبت به مركز انجام دهيد. تزريقات بعدي به ترتيب در ساعت 3، 6 و 9 انجام خواهدشد. سپس يك مركز جديد براي تزريق انتخاب كنيد به طوري كه حدود 5/2 سانتي‌متر بين نزديك‌ترين محل‌هاي تزريق از دو دايره فاصله باشد (شكل را ببينيد). با اين كار در هر دايره 5 تزريق انجام مي‌دهيد (يكي در مركز و 4 تزريق در محيط پس از دو يا سه بار حمام‌رفتن چسب زخم شل مي‌شود و شما آماده خواهيدبود تا يك دايره جديد را آغاز كنيد. اگر در حين مصرف انسولين بيشتر از معمول ورزش كنيد، مقادير زيادي الكل بنوشيد، يا غذاي معمولتان را نخوريد، ممكن است دچار افت سطح قند خون شويد (هيپوگليسمي . علايم افت قند خون عبارتند از: احساس اضطراب تشويش لرزش بدن مشكل در راه‌رفتن بيهوشي و تشنج به مجردي كه دچار اين علايم شديد چيزي حاوي قند بخوريد يا بنوشيد. از منابع سريع و خوب قند آب ميوه عسل نوشابه‌هاي غيررژيمي يا شربت قند است بعضي از بيماران هميشه مقداري قرص يا آب‌نبات قندي همراه دارند. كيك‌هاي آماده به راحتي در جيب يا كيف‌دستي قابل حمل هستند ولي نتوان آنها را به مدت طولاني نگهداري كرد. در اين شرايط ممكن است بخواهيد منابع طولاني اثرتري مصرف كنيد، مثل پنير و بيسكويت اگر هم نتوانستيد قندخونتان را اندازه بگيريد و در اسرع وقت به

پزشكتان اطلاع دهيد. اگر احساس مي‌كنيد كه در حال غش يا تشنج هستيد، چيزي نخوريد و ننوشيد (ممكن است دچار خفگي شويد)، و بلافاصله تقاضاي كمك پزشكي اورژانس كنيد. حتي اگر با خوردن مواد قندي علايم‌تان رفع شد، با پزشكتان تماس بگيريد؛ علايم‌تان ممكن است مجدداً عودكنند. اگر علايم‌تان رفع نشد از كسي بخواهيد شما را به بخش فوريت‌هاي يك بيمارستان برساند. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، ممكن است دچار افزايش قندخون (هيپرگليسمي شويد. علايم هيپرگليسمي عبارتند از: تشنگي تكرار ادرار، خواب آلودگي پوست برافروخته و گر گرفته بوي تنفس ميوه‌اي يا اغماء. يكي در خانواده بايد روش اندازه‌گيري قندخون و تزريق انسولين را بلد باشد تا احياناً اگر شما قادر به انجامشان نبوديد به شما كمك كند. با پزشكتان مشورت كنيد؛ براي مقابله با چنين وضعيتي نقشه و طرحي از پيش تعيين‌شده داشته باشيد. هشدارها و عوارض جانبي اگر به دنبال يك بيماري دچار استفراغ شديد شده‌ايد، علايم كاهش قند خون پيدا كرده‌ايد، يا در هر صورت اگر سطح قندخونتان كنترل شده نيست با پزشكتان تماس بگيريد موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف انسولين‌انساني رگولار، پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به انسولين مصرف داروهاي ديگر، به ويژه داروهاي مسدودكننده بتا (داروهاي قلبي و پرفشاري خون كه ممكن است علايم كمبود قند خون را مخفي كنند؛ كورتيكواستروئيدها، داروهاي خوراكي براي درمان ديابت داروهاي مدر؛ يا الكل سابقه يا ابتلا به مشكلات غددي (تيروئيد، غددفوق كليوي هيپوفيز) يا بيماري‌هاي كليوي‌هنگام مصرف انسولين انساني رگولار توصيه مي‌شود به طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زيرنظر داشته باشد.يك برنامه غذايي متعادل از نظر مقادير كربوهيدرات‌ها، پروتئين‌ها و چربي‌ها را كه براي شما تجويز شده رعايت نماييد. يك متخصص تغذيه به شما كمك خواهد كرد تا با اجراي يك برنامه غذايي به وزن مطلوبتان برسيد. وعده‌هاي اصلي و ميان وعده‌ها طوري طراحي مي‌شود تا در تمام مدت روز انرژي لازم به بدنتان برسد. اگر مطمئن نيستيد چگونه برنامه غذايي خود را كنترل كنيد، در خواست كمك نماييد يك برنامه غذايي مناسب براي كنترل ديابت ضروري است اگر بيمار گرديديد نيز به مصرف انسولين ادامه دهيد. در صورت بروز تهوع و استفراغ زيادتر مايعات مصرف كنيد. در صورت بروز تب يا علايم ديگر با پزشكتان مشورت كنيد.الكل ننوشيد.در مورد يك برنامه ورزشي با پزشكتان مشورت كنيد. در مورد دفعات انجام آزمون‌هاي خوني براي سنجش قند خون و موارد ديگر از پزشكتان نظر خواهي كنيد.يك برگه شناسايي پزشكي همراه داشته باشيد كه نشان دهد ديابت داريد و انسولين انساني رگولار مصرف مي‌كنيد. هنگام مصرف كلاريترومايسين

نبايدبدون مشورت با پزشكتان هرگونه دارويي اعم از داروهاي قابل تهيه بدون نسخه يا فرآورده‌هاي گياهي مصرف كنيد. الكل بنوشيد. مواد قندي زياد بخوريد. * اگر مجبوريد انسولين رگولار و NPH را با هم مخلوط كنيد. ابتدا به مقادير موردنظر داخل هر دو شيشه دارو هوا تزريق كنيد (ابتدا NPH سپس انسولين رگولار). سپس مقدار انسولين رگولار مورد نياز را داخل سرنگ بكشيد، سپس سرنگ را وارد شيشه NPH كرده و مقدار NPH موردنظر را داخل همان سرنگ قبلي بكشيد. اين مخلوط بايد در عرض 15 دقيقه تزريق شود، در غيراينصورت اين دو انسولين برهم اثر كرده ظهور اثرات انسولين رگولار به تأخير مي‌افتد.

در مورد اين دارو قرص‌هاي 200 ميلي گرم ايبوپروفن يك داروي مسكن است كه بدون نسخه پزشك قابل تهيه است اما قرص‌هاي 400 ميلي گرم توسط پزشك تجويز مي‌شود. اين دارو يك داروي ضد درد غير مخدر براي دردهاي خفيف تا متوسط نظير سردرد، دردهاي هنگام عادت ماهانه و حملات نقرس است به علت خواص التهابي اين دارو در درمان بيمارهاي روماتيسمي مثل آرتريت روماتوئيد، و ديگر مشكلات التهابي غير روماتيسمي مثل آسيب‌هاي حين ورزش (پيچ خوردگي‌ها و رگ به رگ شدن‌ها)، بورسيت‌ها، تاندونيت‌ها (التهاب تاندون ، و استئوآرتريت (آرتروز) بسيار مفيد است ايبوپروفن همچنين تب را نيز كاهش مي‌دهد. ايبوپروفن از داروهاي ضدالتهابي غيراستروئيدي است چگونگي مصرف سوسپانسيون ايبوپروفن را با غذا يا داروهاي ضداسيد معده بايد مصرف كرد، پيش از مصرف دارو شيشه آن را به خوبي تكان دهيد، قرص ايبوپروفن را بايد با غذا و همراه يك ليوان پر از آب خورد. پس از خوردن قرص‌هاي ايبوپروفن براي جلوگيري از آسيب و تحريك وي 30-15 دقيقه از خوابيدن يا دراز كشيدن اجتناب كنيد. اگر روزي يك يا دوبار ايبوپروفن مصرف مي‌كنيد. و يك نوبت را فراموش كرديد، اگر حداكثر تا 2 ساعت آن را به ياد آوريد بلافاصله مصرفش كنيد، در غير اين صورت نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه منظم‌تان برگرديد. اگر روزانه بيش از دو نوبت ايبوپروفن مصرف مي‌كنيد، به مجرديكه نوبت فراموش شده را به ياد آوريد مصرفش كنيد. اما اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را مصرف نكنيد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم زير مصرف ايبوپروفن را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: خستگي يا خواب آلودگي شديد؛ درد يا سوزش معده تهوع يا استفراغ مدفوع سياه و قيري علايم شديد آنفلوآنزا (لرز، تب دردهاي عضلاني به ويژه اگر درست هنگام يا پيش از بروز بثورات جلدي رخ دهند؛ افزايش وزن كبودي يا خونريزي غيرطبيعي بثورات جلدي زخم‌هاي دهاني يا تب يا گلو دردي كه پيش از شروع درمان وجود نداشته و با مشكلي كه در حال حاضر به خاطرش تحت درمان هستيد ارتباطي نداشته باشد. بيماران مسن بيشتر از سايرين در معرض خطر مشكلات گوارشي و خونريزي دهنده هستند. يك پاسخ حساسيتي نادر به ايبوپروفن آنافيلاكسي است كه به توجه و مراقبت فوري پزشكي نياز دارد. آنافيلاكسي سريع پيشرفت مي‌كند. خس‌خس سينه يا مشكل در تنفس مصرف ايبوپروفن را قطع كرده با يك مركز اورژانس تماس بگيريدموارد

احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف ايبوپروفن پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به آسپرين يا ديگر داروهاي ضدالتهابي غيراستروئيدي بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر؛ به ويژه ديگر داروهاي ضدالتهابي غير استروئيدي (مثل ناپروكسن ، آسپرين ضدانعقادها (رقيق كننده‌هاي خون نظير وارفارين ، آنتي بيوتيك‌ها (سفالوسپورين‌ها)، داروهاي ضد سرطان (يك داروي مدر)، و والپروئيك اسيد يا ديوالپروئكس مصرف سه قوطي يا بيشتر مشروبات الكلي در روز. ابتلا به سابقه پوليپ‌هاي بيني مرتبط با آسپرين زخم يا التهاب در دستگاه گوارش پرفشاري خون هموفيلي يا ديگر مشكلات خونريزي دهنده نارسايي مغز استخوان زخم‌هاي دهاني يا بيماري‌هاي كبدي يا كليوي هنگام مصرف ايبوپروفن توصيه مي‌شودبرچسب روي دارو را مطالعه كرده از دستوراتش پيروي كنيد. برچسب ساير داروهاي مجاز بدون نسخه را بخوانيد تا مطمئن شويد حاوي داروهاي ضدالتهابي غيراستروئيدي (مثل آسپرين يا ناپروكسن يا داروهايي كه با ايبوپروفن تداخل ايجاد مي‌كنند نباشد. اگر ايبوپروفن را براي درد يا تب مي‌خوريد و درد ظرف 14 روز و تب ظرف 3 روز بهتر نشده يا حتي بدتر شده است با پزشكتان مشورت كنيد. ايبوپروفن را به اندازه تجويز شده مصرف كنيد. به طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد (اگر براي مدتي طولاني قرار است ايبوپروفن مصرف كنيد).
پيش از انجام هرگونه عمل جراحي يا كارهاي دندانپزشكي ديگر پزشكان را از اينكه ايبوپروفن مصرف مي‌كنيد مطلع سازيد. ايبوپروفن را دور از دسترس كودكان دور از گرما، نور مستقيم يا حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط ايبوپروفن فاسد مي‌شود) ايبوپروفن تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد.هنگام مصرف ايبوپروفن نبايدبيش از مقدار مشخص شده بر روي جعبه دارو مصرف كنيد. مگر طبق دستور پزشك اين دارو مي‌تواند موجب كبودي و خونريزي بيش از حد شود. مشروبات الكلي بنوشيد. زيرا احتمال آسيب به معده بيشتر خواهد شد.تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگي يا در فعاليت‌هاي خطرناك شركت كنيد. اين دارو در برخي از افراد موجب گيجي سرگيجه يا خواب آلودگي مي‌شود.

ETODOLAC

در مورد اين دارو ايتودولاك يك مسكن غيرمخدر است براي تسكين دردهاي متوسط يا شديد مثل سردردهاي عروقي و دردهاي عضلاني استخواني ناشي از رگ به رگ شدن‌ها و پارگي ليگامان‌ها تجويز مي‌شوند.ايتودولاك به سبب خواص ضدالتهابي‌اش در درمان استئوآرتريت آرتروز)، آرتريت روماتوئيد، و آرتريت نقرسي حاد بسيار مؤثر است ايتودولاك از داروهاي ضد التهابي غيراستروئيدي است چگونگي مصرف كپسول و قرص‌هاي ايتودولاك را بايد با غذا و همراه يك ليوان پر از آب مصرف كرد. براي جلوگيري از تحريك و آسيب به مري تا 30-15 دقيقه پس از خوردن اين دارو دراز نكشيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه آن را به ياد آوريد مصرفش كنيد، ولي اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان باز گرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم زير مصرف ايتودولاك را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: خستگي يا خواب‌آلودگي شديد؛ درد يا سوزش معده تهوع يا استفراغ مدفوع سياه و قيري علايم شبه انفلوآنزا (تب لرز، درد عضلاني ، به‌خصوص اگر اين علايم درست پيش از يا همزمان با بروز بثورات جلدي رخ دهند؛ افزايش فشارخون افزايش وزن (بيش از 5/1 كيلوگرم در 48-24 ساعت ؛ تنگي نفس يا خس خس سينه تورم صورت دست‌ها، و ساق‌ها؛ افت قواي ذهني ادرار تيره زردي پوست يا چشم‌ها؛ تاري ديد كبودي يا خونريزي غيرعادي زخم‌هاي دهاني يا تب يا گلودردي كه پيش از درمان با ايتودولاك وجود نداشته و با بيماري‌اي كه به خاطرش ايتودولاك تجويز شده بي‌ارتباط باشد. افراد مسن بيشتر از سايرين در معرض خطر مشكلات گوارشي و ساير مشكلات خونريزي دهنده قرار دارند. يك واكنش حساسيتي نادر به ايتودولاك آنافيلاكسي است كه به مراقبت و توجه فوري پزشكي نياز دارد. آنافيلاكسي به سرعت پيشرفت مي‌كند. در صورت بروز تورم لب‌ها و اطراف چشم‌ها، كهير يا تورم‌هاي روي پوست ضربان قلب تند، خس‌خس سينه يا مشكل در تنفس مصرف ايتودولاك را قطع كرده يا يك مركز فوريت‌هاي پزشكي تماس بگيريد.موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف پزشكتان را ايتودولاك مطلع سازيد: حساسيت به آسپيرين يا ديگر داروهاي ضد التهابي غيراستروئيدي بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به‌ويژه داروهاي ضد التهابي غيراستروئيدي آسپيرين ضد انعقادها (رقيق‌كننده‌هاي خون نظير وارفارين ، آنتي‌بيوتيك‌ها (سفالوسپورين‌ها)، داروهاي ضد سرطان (متوتركسات پليكومايسين ،

سيكلوسپورين ليتيم پروبنسيد (يك داروي نقرس ، داروهاي پرفشاري خون به‌ويژه داروهاي مد مثل تريامترن و اسيد والپروئيك‌عادت به مصرف بيش از 3 قوطي نوشيدني الكلي‌سابقه يا ابتلا به پوليپ‌هاي بيني مرتبط با آسپيرين زخم‌ها يا التهاب‌هاي دستگاه گوارش هموفيلي يا ديگر مشكلات خونريزي دهنده زخم‌هاي دهاني يا بيماري‌هاي كبدي يا كليوي هنگام مصرف ايتودولاك توصيه مي‌شودبرچسب روي تمامي داروهاي مجاز بدون نسخه را به دقت مطالعه كنيد تا مطمئن شويد كه دارويي مصرف نمي‌كنيد كه حاوي داروهاي ضد التهابي غيراستروئيدي (آسپيرين ايبوپروفن يا داروهايي كه با ايتودولاك تداخل ايجاد مي‌كنند باشد. اگر ايتودولاك را براي درد مصرف مي‌كنيد و دردتان ظرف 14 روز بهتر نشده يا حتي بدتر شده است به پزشكتان اطلاع دهيد. فقط به مقدار تجويز شده ايتودولاك مصرف كنيد. به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زيرنظر داشته باشد. پيش از هرگونه عمل جراحي يا كارهاي دندانپزشكي ساير پزشكان را از اين كه ايتودولاك مصرف مي‌كنيد مطلع سازيد. ايتودولاك را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم يا حرارت مرطوب نگهداري كنيد (ايتودولاك در اين شرايط فاسد مي‌شود). ايتودولاك تاريخ مصرف گذشته را در توالت دور بريزيد.هنگام مصرف ايتودولاك نبايد نوشيدني‌هاي الكلي بنوشيد. در اين صورت مشكلات معدي بيشتر رخ مي‌دهد تا مشخص شدن پاسخ بدنتان نسبت به ايتودولاك رانندگي كنيد يا در فعاليت‌هاي پرخطر شركت كنيد؛ اين دارو در برخي افراد موجب سرگيجي سرگيجه يا خواب‌آلودگي مي‌شود. مسموميت در صورت شك به چنين مسموميتي فوراً تقاضاي كمك پزشكي اورژانس كنيد. علايم اين مسموميت عبارتند از: خستگي يا خواب‌آلودگي شديد، كبويد يا خونريزي غيرعادي ادرار تيره يا عدم توليد ادرار، تشنج يا اغماء.

در مورد اين دارو ايميپرامين براي رفع علايم افسردگي شب‌ادراري اختلالات وسواسي و ترس دردهاي عصبي و مواردي ديگر تجويز مي‌شود. اين دارو از دسته داروهاي ضد افسردگي سه حلقه‌اي است چگونگي مصرف ايميپرامين با مقادير متفاوتي براي مشكلات متفاوت و افراد متفاوت تجويز مي‌شود. هيچ‌گاه بيشتر يا كمتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد، از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. ايميپرامين خوراكي را مي‌توان با غذا مصرف كرد تا دل به‌هم خوردگي ناشي از آن كاهش يابد، ممكن است 6-1 هفته طول بكشد تا اثرات اين دارو آغاز شود. پس از آغاز اثرات حتي در صورت احساس بهبودي نيز دارو را ادامه دهيد. به دقت از دستورات پيروي كنيد. اگر روزي يك نوبت پيش از رفتن به بستر ايميپرامين مصرف مي‌كنيد. و حال يك نوبت را فراموش كرده‌ايد، نوبت فراموش شده را صبح مصرف نكنيد، چرا كه ممكن است موجب علايم آزاردهنده شود؛ در اين مورد با پزشكتان تماس بگيريد. اگر روي چند نوبت ايميپرامين مصرف مي‌كنيد، نوبت فراموش شده را بلافاصله پس از به يادآوردن مصرف كنيد. اگر تقريباً موقع مصرف نوبت بعد شده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي منظم خود برگرديد، مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از نشانه‌هاي نادر ولي جدي زير مصرف ايميپرامين خود را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: تاري ديد؛ گيجي يبوست مشكل در صحبت كردن چشم‌درد؛ ضربان قلب تند، كند يا نامنظم لرزش دست غش اضطراب مشكل در صحبت كردن عدم تعادل سفتي عضلات دست و پا؛ صورت شبيه ماسك گلودرد؛ تب كبودي يا خونريزي غيرعادي زردي پوست يا چشم بثورات جلدي تورم سرگيجه خواب‌آلودگي خشكي دهان سردرد، افزايش اشتها، تهوع سوزش سردل اسهال مشكل در خوابيدن يا افزايش وزن علايم ترك دارو ـ نظير سردرد، تهوع استفراغ اسهال تحريك‌پذيري يا خواب مختل همراه روياهاي واضح ـ ممكن است در صورت قطع ناگهاني ايميپرامين مشاهده شود؛ با پزشكتان تماس بگيريد.موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف ايميپرامين پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به ايميپرامين يا ديگر داروهاي ضد افسردگي سه‌حلقه‌اي ساير داروهاي ضد افسردگي (ماپروتيلين ترازودون ؛ كاربامازپين (دارويي ضد تشنج ؛ يا هر نوع ماده غذايي رنگ خوراكي يا نگهدارنده بارداري و شيردهي‌مصرف داروهاي ديگر، به ويژه الكل آرامبخش‌ها، ديگر داروهاي ضد افسردگي داروهاي ضد تشنج داروهاي ضد

تيروييد، سايمتيدين داروهاي فشارخون (كلونيدين گوانادرال گوانتيدين ، مهاركننده‌هاي مونوآمين‌اكسيداز، يا سمپاتوميمتيك‌ها (داروهايي كه در حساسيت آسم سرفه و سرماخوردگي مصرف مي‌شود). سابقه يا ابتلا به الكليسم (اعتياد به الكل ، آسم اختلال دوقطبي (افسرده ـ شيدايي ، ابتلا به اسكيزوفرني صرع گلوكوم (افزايش فشار داخل چشم ، پركاري تيروييد، بزرگي پروستات احتباس ادراري مشكلات قلبي يا خوني يا بيماري‌هاي دستگاه گوارش كبدي يا كليوي هنگام مصرف ايميپرامين توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودي‌تان را زيرنظر داشته باشد. تا پيش از مشخص شدن پاسخ بدنتان به اين دارو رانندگي و كار با وسايل خطرناك احتياط كنيد. برخي افراد با مصرف ايميپرامين دچار خواب‌آلودگي و كاهش سطح هوشياري مي‌شوند. در هنگام برخاستن از حالت خوابيده يا ايستادن از حالت نشسته احتياط كنيد؛ چرا كه ممكن است دچار سرگيجه يا سياهي رفتن چشم شويد. به آرامي تغيير وضعيت دهيد. براي تسكين خشكي دهان از آدامس يا آبنبات‌هاي بدون قند استفاده كنيد. اگر خشكي دهان بيش از 2 هفته طول كشيد با پزشكتان مشورت كنيد.از مواجهه مستقيم و بدون حفاظت با آفتاب و استفاده از وسايل برنزه‌كننده بپرهيزيد، چرا كه ممكن است دچار آفتاب‌سوختگي شديد شويد. سعي كنيد تا حدامكان از آفتاب بين ساعت 10 صبح تا 3 بعدازظهر اجتناب كنيد. در زير آفتاب از عينك آفتابي يك كلاه و پوشش محافظ و كرم‌هاي ضد آفتاب با قدرت محافظتي (SPF) حداقل 15 استفاده كنيد. در مورد نياز به مقادير اضافي ويتامين (ريبوفلارين يا ويتامين ب ـ 2) با پزشكتان مشورت كنيد.پيش از هرگونه عمل جراحي كارهاي دنداني يا درمان‌هاي اضطراري پزشك را از اين كه ايميپرامين مصرف مي‌كنيد، مطلع سازيد. ايميپرامين را از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط ايميپرامين فاسد مي‌شود). ايميپرامين تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف ايميپرامين نبايد الكل مصرف كنيد.بدون تأييد پزشكتان دارويي ديگر مصرف كنيد.

در مورد اين دارو ايندومتاسين يك مسكن غيرمخدر است كه براي تسكين آرتريت‌هاي متوسط تا شديد استفاده مي‌شود. به سبب خواص ضدالتهابي‌اش در درمان بيماري‌هاي مثل آرتريت روماتوئيد، اسپوندليلت آنكيلوزان استئوآرتريت (آرتروز)، آرتريت نقرسي بورسيت (التهاب بورس مفصل ، و تاندونيت (التهاب تاندون بسيار مؤثراست ايندومتاسين از داروهاي ضد التهابي غيراستروئيدي است چگونگي مصرف ايندومتاسين را هميشه با غذا، بلافاصله پس از غذا، يا با آنتي اسيد بخوريد تا به معده كمتر آسيب بزند و موجب سوزش سردل نشود. پيش از ريختن سوسپانسيون‌آن شيشه دارو را به خوبي تكان دهيد. براي جلوگيري از تحريك و آسيب به مري پس از خوردن قرص و كپسول ايندومتاسين تا 30-15 دقيقه دراز نكشيد. مراقب باشيد شكل سوسپانسيون و شياف در يخچال يخ نزند. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، در صورتي كه تقريباً موقع نوبت بعدي نشده است به مجردي كه آن را به ياد آوريد، مصرفش كنيد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير مصرف ايندومتاسين را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: درد قفسه سينه خستگي يا خواب‌آلودگي شديد؛ سردرد شديد هنگام صبح تغييرات خلقي يا گيجي گزگز انگشتان دست‌ها و پاها؛ خونريزي از مقعد (در موارد استعمال شياف ؛ درد يا سوزش معده تهوع يا استفراغ مدفوع سياه و قيري علايم شبه آنفلوآنزا(لرز، تب درد عضلاني ، به ويژه اگر درست قبل يا همزمان با بروز بثورات جلدي رخ دهند؛ افزايش وزن كبودي يا خونريزي غيرعادي بثورات جلدي زخم‌هاي دهاني يا تب يا گلودردي كه پيش از مصرف ايندومتاسين وجود نداشته و ناشي از مشكلي كه به خاطرش ايندومتاسين برايتان تجويز شده نباشد. افراد مسن بيشتر از سايرين در معرض خطر مشكلات گوارشي و ديگر مشكلات خونريزي دهنده‌اند. يك واكنش حساسيتي نادر به ايندومتاسين آنافيلاكسي است كه به مراقبت و توجه فوري و پزشكي نياز دارد. آنافيلاكسي به سرعت پيشرفت مي‌كند. در صورت بروز تورم لب‌ها و اطراف چشم كهير يا تورم‌هاي روي پوست ضربان قلب تند، خس‌خس سينه يا مشكل در تنفس مصرف ايندومتاسين را قطع كرده با يك مركز اورژانس پزشكي تماس بگيريد. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف ايندومتاسين پزشكتان را مطلع سازيد:حساسيت به آسپرين يا ديگر داروهاي ضد التهابي غيراستروئيدي بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه داروهاي ضد التهابي غيراستروئيدي (مثل ديكلوفناك ، آسپرين ضد انعقادها

(رقيق‌كننده‌هاي خون نظير وارفارين ، آنتي‌بيوتيك‌ها (سفالوسپورين‌ها)، داروهاي ضد سرطان (متوتركسات پليكومايسين ، سيكلوسپورين ليتيم پروبنسيد (يك داروي نقرس ، تريامترن و اسيد والپروئيك عادت به مصرف نوشيدني‌هاي الكلي سابقه يا ابتلا به پوليپ‌هاي بيني مرتبط با آسپيرين زخم‌هاي يا التهاب‌هاي دستگاه گوارش هموفيلي يا ديگر مشكلات خونريزي‌دهنده زخم‌هاي دهاني يا بيماري‌هاي كبدي يا كليوي هنگام مصرف ايندومتاسين توصيه مي‌شودبرچسب روي همه داروهاي مجاز بدون نسخه را به دقت بخوانيد تا مطمئن‌شويد كه دارويي مصرف نمي‌كنيد كه حاوي داروهاي ضد التهابي غيراستروئيدي (مثل ايبوپروفن يا ناپروكسن يا داروهايي كه با ايندومتاسين تداخل ايجاد مي‌كند باشد. به خاطر داشته‌باشيد كه آسپرين يك داروي ضد التهابي غيراستروئيدي است اگر ايندومتاسين را به خاطر درد مصرف مي‌كنيد و درد ظرف 14 روز بهبود نيافته يا حتي بدتر شده‌است پزشكتان را مطلع كنيد. فقط به مقدار تجويزشده توسط پزشكتان دارو مصرف كنيد. به طور منظم به پزشك مراجعه كنيد تا بهبودتان را زيرنظر داشته باشد. پيش از انجام هرگونه عمل جراحي ياكارهاي دندانپزشكي ساير پزشكان را از اينكه ايندومتاسين مصرف مي‌كنيد مطلع سازيد.ايندومتاسين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط ايندومتاسين فاسد مي‌شود). ايندومتاسين تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف ايندومتاسين نبايدبيش از مقدار تجويزشده از آن مصرف كنيد. اين دارو ممكن است موجب كبودي يا خونريزي شديد شود. نوشيدني‌هاي الكلي مصرف كنيد. در اينصورت مشكلات معدي بيشتر رخ مي‌دهند. شكل مايع دارو را با آنتي‌اسيدها يا ديگر مايعات با خواص بازي (مثل شير) مخلوط كنيد، اين كار اثر دارو را كاهش داد. تا پيش از مشخص‌شدن پاسخ بدنتان نسبت به دارو رانندگي كنيد يا در فعاليت‌هاي پرخطر شركت كنيد؛ اين دارو در برخي افراد موجب گيجي سرگيجه يا خواب آلودگي مي‌شود. مسموميت در اثر مصرف بيش از حددر صورت شك به چنين مسموميتي فوراً تقاضاي كمك پزشكي اورژانس كنيد. علايم اين مسموميت عبارتند از: خستگي يا خواب‌آلودگي شديد، كبودي يا خونريزي غير عادي ادرار تيره يا عدم توليد ادرار، تشنج يا اغماء.

در مورد اين دارواايزوسورباید براي كاهش آنژين صدري تجويز مي‌شود. آنژين صدري درد قفسه سينه‌اي است كه مشخصاً كمتر از 15 دقيق طول مي‌كشد و ناشي از خونرساني ضعيف به ماهيچه قلبي است اين دارو در سه مورد مفيد است و كاربرد دارد: (1) تخفيف يك آنژين صدري با مصرف دارو پس از شروع درد، (2) جلوگيري از حمله قلبي با مصرف دارو درست پيش از بروز حمله و (3) كاهش تعداد حملات با مصرف دايمي و منظم دارو. قرص زير زباني ايزوسورباید براي تخفيف يا جلوگيري از حملات آنژين محتمل مصرف مي‌شود. قرص معمولي قرص جويدني قرص طولاني رهش كپسول و كپسول طولاني رهش ايزوسورباید براي پيشگيري از حملات آنژين استفاده مي‌شوند. چگونگي مصرف دارو را درست مطابق تجويز پزشك مصرف كنيد. اگر مطمئن نيستيد كه چه شكلي از دارو را مصرف مي‌كنيد، قبل از استفاده از دارو با پزشكتان مشورت كنيد. هر شكل از ايزوسورباید دستور مصرف خاص خودش را دارد:قرص زير زباني ايزوسورباید براي تخفيف يا جلوگيري از درد يك حمله آنژين مصرف مي‌شود. اين قرص‌ها را نبايد بلعيد، خرد كرد، يا جويد، بلكه بايد در زير زبان يا ميان لب يا گونه و لثه‌هاي فوقاني قرار داد. وقتي قرص را در محل قرار داده‌ايد، سيگار نكشيد و چيزي نخوريد و ننوشيد. با آغاز درد آنژيني بنشينيد و يك قرص را زير زبان يا بين گونه و لثه بالايي قرار دهيد. اگر احساس غش سرگيجه يا سياهي رفتن چشم داشتيد، چند نفس عميق بكشيد و سرتان را بين دو زانوي‌تان نگه داريد تا اينكه اين احساس از بين برود. مي‌توان هر 5 دقيقه تا دوبار ديگر دارو را تكرار كرد. اگر پس از 15 دقيقه با مصرف 3 قرص دردتان برطرف نشد، با پزشكتان يا يك مركز فوريت‌هاي پزشكي تماس بگيريد، يا از كسي بخواهيد شما را فوراً به يك بخش فوريت‌هاي پزشكي برساند. اگر ايزوسورباید را براي پيشگيري از حمله آنژيني مصرف مي‌كنيد، 15-10 دقيقه پيش از هر فعاليت تنش‌زايي كه قبلاً هم موجب حمله مي‌شده است يك قرص زير زبان بگذاريد. ايزوسورباید را در يك محل خنك و خشك نگهداري كنيد. اين دارو در معرض هوا، گرما، و رطوبت فاسد ميشود. قرص‌هاي جويدني ايزوسورباید براي تخفيف يا جلوگيري از يك حمله آنژيني مصرف مي‌شوند. اين نوع قرص بايد به خوبي جويده شود و براي 12-1 دقيقه در دهان نگه داشته شود تا از طريق مخاط دهان جذب شود. در صورت احساس سياهي رفتن چشم غش يا سرگيجه چند نفس عميق بكشيد و سرتان را ميان دو زانو نگه داريد تا اين احساس رفع شود. دارو را مي‌توان با فاصله 5 دقيقه دو

نوبت ديگر تكرار كرد (مجموعاً سه نوبت . اگر پس از 15 دقيقه با سه قرص درد تسكين نيافت با پزشكتان يا يك مركز فوريت‌هاي پزشكي تماس بگيريد، يا از كسي بخواهيد شما را بلافاصله به بخش فوريت‌هاي يك بيمارستان برساند. اگر ايزوسورباید را براي پيشگيري از حمله آنژيني مصرف مي‌كنيد، 15-10 دقيقه پيش از هر فعاليت تنش‌زايي كه قبلاً نيز موجب حمله شده است يك قرص را بجويد و در دهان نگاه داريد. اين قرص مي‌تواند به مدت يك ساعت از بروز درد آنژيني جلوگيري كند. قرص‌ها را در محل سرد و خشك نگهداري كنيد. اين دارو در معرض هوا، گرما و رطوبت فاسد مي‌شود. انواع ديگر قرص و كپسول‌هاي ايزوسورباید را بايد درسته همراه با يك ليوان پر از آب با معده خالي (يك ساعت قبل يا دو ساعت بعد از غذا) بلعيد. اين داروها را بايد در محل سرد و خشك نگهداري كرد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه آن را به ياد آورديد مصرفش كنيد. اگر كمتر از 2 ساعت تا نوبت بعدي باقي مانده نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم زير با پزشكتان تماس بگيريد: تاري ديد، خشكي دهان سردرد شديد، يا بثورات جلدي علايم مسموميت در اثر مصرف بيش از حد ايزوسورباید عبارتند از: كبودي لب‌ها، بستر ناخن‌ها، و كف دست‌ها؛ سرگيجه شديد؛ احساس فشار در سر؛ مشكل در تنفس خستگي شديد؛ ضربان قلب تند؛ تب و تشنج برخي از مصرف كنندگان ايزوسورباید همچنين ممكن است دچار سردرد خفيف برافروختگي صورت و گردن و تهوع شوند. با استفاده مداوم از دارو سردرد معمولاً طي چند روز تا چند هفته رفع خواهد شد. اين سردردها را مي‌توان با مسكن‌هاي معمولي تسكين داد. اگر اين علايم مشكل‌ساز شوند يا نمي‌دانستيد كه براي تسكين سردردتان چه دارويي مصرف كنيد با پزشكتان مشورت كنيد.موارد احتياطدر صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف ايزوسورباید، پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به هر نوع ماده غذايي نگهدارنده‌ها، يا رنگ‌هاي خوراكي ايزوسورباید، يا داروهاي ديگر (به ويژه نيترات‌ها و نيتريت‌ها) بارداري يا شيردهي‌مصرف داروهاي ديگر، به ويژه الكل داروهاي پرفشاري خون يا ديگر داروهاي قلبي سابقه يا ابتلا به خونريزي مغزي يا ضربه به سر اخير، كم‌خوني گلودرد (افزايش فشار داخل چشم ، پركاري تيروئيد، مشكلات قلبي يا بيماري‌هاي كليوي هنگام مصرف ايزوسورباید توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد.به آرامي از حالت نشسته يا خوابيده برخيزيد تا دچار سرگيجه و سياهي رفتن چشم نشويد.اگر سيگاري هستيد، سيگار را ترك كنيد. از پزشكتان بخواهيد شما را به يك

مشاور يا گروه ترك سيگار معرفي كند.يك برگه شناسايي پزشكي به همراه داشته باشيد كه نشان دهد ايزوسورباید مصرف مي‌كنيد.

# BECLOMETHASONE INHALATION

در مورد اين داروبكلومتازون استنشاقي به عنوان درمان نگهدارنده در افراد دچار آسم برونشيال مزمن تجويز مي‌شود. استفاده منظم به رفع التهاب مزمن راه‌هاي هوايي و كاهش واكنش اين مجاري به مواد محرك (يا حساسيت‌زا) كمك مي‌كند. بكلومتازون با اين سازوكار علايم آسم و دفعات حملات آسم را كاهش مي‌دهد. بكلومتازون يك كورتيكواستروييد مي‌باشد. چگونگي مصرف بر اساس شدت آسم بكلومتازون به مقدار روزي 4-2 پاف تجويز مي‌شود. مهم است كه آن را طبق دستور پزشك يا دستورالعمل روي برچسب دارو مصرف كنيد. هيچگاه بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. چنانچه همزمان كورتيكواستروييد خوراكي مصرف نمي‌كنيد، ممكن است شروع اثرات دارو تا يك ماه و اوج اثر دارو تا چند ماه به تأخير بيافتد. مهم است كه نوبت‌هاي مصرف دارو در فواصل مساوي در طي شبانه‌روز برنامه‌ريزي شود؛ مثلاً اگر قرار است روزي 2 بار مصرف شود، 8 صبح و 8 شب و اگر قرار است روزي 4 بار مصرف شود، هر 6 ساعت از پزشكتان بخواهيد در تعيين يك برنامه كه با فعاليت‌هاي روزمره شما تداخل نداشته باشد، به شما كمك كند. بهتر است دارو هر روز در ساعت يكساني مصرف شود. پيش از استفاده از افشانه براي بار اول آن را چك كنيد. پزشكتان تعيين مي‌كند كه از يك وسيله موسوم به آسم‌يار هم همراه افشانه استفاده كنيد يا اينكه با روش دهان باز يا دهان بسته از افشانه استفاده كنيد. اين وسيله باعث مي‌شود تا دارو بهتر به مجاري هوايي برونشي برسد. پودر و كپسول‌هاي بكلومتازون براي استنشاق نيازمند يك وسيله خاص براي آزادسازي دارو است دستورالعمل روي جعبه را بخوانيد يا چگونگي استفاده را از پزشكتان جويا شويد. روش دهان بسته كپسول دارو را 5-2 ثانيه تكان دهيد. افشانه و كپسول متصل به آن را سر و ته بگيريد. قطعه دهاني را در دهان گذاشته لب‌هايتان را دورش محكم ببنديد. به آرامي و كامل از راه بيني نفستان را بيرون دهيد. به آرامي و عميق دم انجام دهيد و در همان زمان كپسول حاوي دارو را بر روي افشانه به پايين فشار دهيد. قطعه دهاني را از دهان خارج كرده ولي نفستان را تا آنجا كه ممكن است نگه داريد. در حالي كه لب‌هايتان را جمع كرده‌ايد از راه دهان نفستان را بيرون دهيد. اگر در هر نوبت 2 پاف لازم داريد، دو دقيقه تا پاف بعدي صبر كنيد. روش دهان باز: كپسول دارو را 5-2 ثانيه تكان دهيد.افشانه و كپسول متصل به آن را سر و ته بگيريد. قطعه دهاني را حدوداً به اندازه عرض دو انگشت از دهان كاملاً

بازتان فاصله بگيريد. كپسول را صاف نگه داريد. پس از يك بازدم عميق به آرامي از راه دهان نفس بگيريد و در همان زمان كپسول را به افشانه فشار دهيد. به دم ادامه دهيد. چشم‌هايتان را ببنديد تا چيزي از اسپري واردشان نشود؛ چرا كه ممكن است موجب تاري ديد مختصري شود.در انتهاي دم نفستان را تا آنجا كه مي‌توانيد نگاه داريد، و سپس در حالي كه لب‌هاي خود را جمع كرده‌ايد از راه دهان نفستان را بيرون دهيد. اگر در هر نوبت 2 پاف لازم داريد، دو دقيقه تا پاف بعدي صبر كنيد. پس از استفاده از دارو، به هر كدام از روش‌هاي فوق براي جلوگيري از خشونت صدا و عفونت‌هاي دهاني دهانتان را با آب كاملاً بشوييد. آب را قورت ندهيد. روزي يكبار قطعه دهاني پلاستيكي و پوشش آن را زير آب گرم بشوييد و پيش از استفاده مجدد خشك كنيد. تا اين افشانه خشك شود در صورت نياز از افشانه ديگري استفاده كنيد. هفته‌اي دو بار قطعه دهاني پلاستيكي را با مايع ظرفشويي و آب گرم بشوييد و كاملاً آب بكشيد و خشك كنيد. يك راه ساده براي تخمين مقدار داروي باقيمانده در كپسول محتوي دارو اين است كه كپسول را در يك ظرف آب بگذاريم و ببينيم چقدرش در آب فرو مي‌رود (شكل را ببينيد). اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه آن را به ياد آورديد، مصرفش كنيد. نوبت‌هاي باقيمانده در آن روز را با فواصل مساوي مصرف كنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير، مصرف بكلومتازون را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: پلاك‌هاي سفيد نرم در دهان يا گلو؛ درد دهان يا گلو هنگام خوردن و آشاميدن افزايش خس‌خس سينه احساس سفتي و گرفتگي در قفسه سينه يا مشكل در تنفس موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف بكلومتازون پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به كورتيكواستروييدها، ساير داروها، غذاها، نگهدارنده‌ها، و رنگ‌هاي خوراكي مصرف داروهاي ديگر به ويژه كورتيكواستروييدها.سابقه يا ابتلا به سل يا پوكي استخوان هنگام مصرف بكلومتازون توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد. گاهي افشانه را همراه خود ببريد تا پزشك چگونگي استفاده شما را از آن ببيند. در صورتي كه يك دستگاه اندازه‌گيري حداكثر جريان هواي تنفسي در خانه داريد، مقادير اندازه‌گيري شده را در يك دفترچه ثبت كنيد. اگر دچار استرس غيرمعمول مثل جراحي آسيب بدني يا عفونت هستيد؛ علايم آسم‌تان بهبود نداشته است علايم‌تان بدتر شده است يا علايمي از عفونت دهاني يا حلقي داريد با پزشكتان مشورت كنيد.در صورتي كه افشانه شما قابل پر كردن مجدد است پس از اتمام دارو آن را دور نياندازيد. حتي اگر براي يك حمله آسمي داروهايي ديگر مصرف مي‌كنيد، استفاده از بكلومتازون را ادامه دهيد، مگر آنكه پزشكتان دستور ديگري داده باشد. پيش از انجام جراحي

كارهاي دندانپزشكي يا واكسيناسيون ساير پزشكان را از اينكه بكلومتازون مصرف مي‌كنيد مطلع سازيد. اگر تا به حال به آبله مرغان و سرخك مبتلا نشده‌ايد و واكسن آنها را هم نزده‌ايد، از تماس نزديك با افراد مبتلا به اين دو بيماري اجتناب كنيد. در صورتي كه فكر مي‌كنيد با اين افراد مواجهه داشته‌ايد با پزشكتان مشورت كنيد.يك برگه شناسايي پزشك همراه داشته باشيد كه نشان دهد بكلومتازون مصرف مي‌كنيد.

توجه داشته باشيد كه اگر كپسول و افشانه سرد باشند، ممكن است مقدار كامل دارو به شما نرسد. اگر مقدار معمول دارو به شكل استنشاقي برايتان مؤثر نيست ممكن است به‌طور موقت به كورتيكواستروييد خوراكي نياز داشته باشيد. افشانه را دور از دسترس كودكان و دور از حرارت نگاه داريد هنگام مصرف بكلومتازون نبايد از آن براي درمان يك حمله آسمي استفاده كنيد. پيش از هماهنگي با پزشكتان آن را قطع كنيد.

BUSPIRONE

در مورد اين داروبوسپيرون براي كاهش علايم اختلالات اضطرابي يا درمان كوتاه مدت اضطراب تجويز مي‌شود. اين دارو در مقايسه با ساير داروهاي ضد اضطراب خواب‌آلودگي كمتري ايجاد مي‌كند، ولي يك تا دو هفته طول مي‌كشد تا اثراتش آغاز شود. چگونگي مصرف بوسپيرون معمولاً 2 تا 3 نوبت در روز تجويز مي‌شود. بنابراين توجه خاص لازم است تا نوبت‌هاي مصرف دارو فراموش نشود. اين دارو را مي‌توان با يا بدون غذا مصرف كرد. قرص‌هاي آن را در صورت نياز مي‌توان خرد كرد. هيچ‌گاه كمتر يا بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه به ياد آوريد، مصرفش كنيد. اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه منظم دارويي‌تان باز گرديد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم زير مصرف بوسپيرون را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: گيجي يا افت قواي ذهني گلو درد يا تب ضعف عضلاني انقباضات غيرارادي احساس گزگز، درد يا بي‌حسي در دست‌ها يا پاها؛ خواب‌آلودگي شديد؛ تهوع و استفراغ انقباض مردمك‌ها. علايم زير ممكن است رخ دهند ولي فقط در صورتي كه مشكل‌ساز شوند بايد با پزشك در ميان گذاشته شوند: سرگيجه يا سياهي رفتن چشم خشكي دهان سردرد، تهوع بي‌قراري زنگ‌زدن گوش بي‌خوابي يا روياهاي غيرطبيعي موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف بوسپيرون پزشكتان را مطلع سازيد:حساسيت به بوسپيرون بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به‌ويژه الكل يا ديگر داروهايي كه دستگاه اعصاب مركزي را كند مي‌كنند (آرامبخش‌ها، ضد افسردگي‌ها يا ضد تشنج‌ها)؛ ديگوكسين مهاركننده‌هاي مونوآمين‌اكسيداز (فورازوليدون پروكاربازين يا سلژيلين . مصرف داروهاي گياهي يا ديگر داروهاي فرعي براي درمان اضطراب اختلال خواب يا افسردگي
سابقه يا ابتلا به سوءمصرف موادمخدر و يا بيماري كليوي يا كبدي هنگام مصرف بوسپيرون توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زيرنظر داشته باشد. تا پيش از مشخص شدن واكنش بدنتان نسبت به اين دارو در هنگام رانندگي و كار با وسايل خطرناك احتياط كنيد. اين دارو در برخي افراد موج خواب‌آلودگي و كاهش هوشياري مي‌شود. اگر مشكوك به مصرف بيش از حد بوديد، تقاضاي كمك پزشكي كنيد. اگر دچار افكار يا احساسات عجيب شديد با پزشكتان مشورت كنيد. يك برگه

شناسايي پزشكي همراه داشته باشيد كه نشان دهد بوسپيرون مصرف مي‌كنيد. بوسپيرون را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگه داريد و در اين شرايط بوسپيرون فاسد مي‌شود). بوسپيرون تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف بوسپيرون نبايدالكل بنوشيد.بدون مشورت با پزشكتان هيچ دارويي براي خواب اضطراب يا افسردگي مصرف كنيد.

PAROXETINE

در مورد اين داروپاروكستين يك داروي ضد افسردگي است اين دارو براي كاهش علايم افسردگي نظير تغييرات اشتها، تغييرات در الگوي خواب تشويش و اضطراب از دست‌دادن كشش و تمايل به فعاليت‌هاي روزمره كاهش ميل جنسي تفكر كُند يا اختلال در تمركز،يا افكار خودكشي يا اقدام به خودكشي ، تجويز مي‌شود. پاروكستين يك مهاركننده بازجذب سروتونين است چگونگي مصرف‌پاروكستين روزي يك نوبت مصرف مي‌شود. اين دارو را مي‌توان صبح قبل از هر كاري (تا فراموش نكنيد) يا شب پيش از خوابيدن مصرف نمود. هيچ‌گاه كمتر يا بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. براي جلوگيري از ناراحت كردن معده مي‌توانيد دارو را با غذا بخوريد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، اگر حداكثر تا يك ساعت بعد آن را به ياد آوريد مصرفش كنيد؛ در غير اين صورت نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم نادر ولي جدي زير، مصرف پاروكستين را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد؛ ضعف يا درد عضلاني بثورات جلدي يا كهير؛ تشويش كاهش در حركات بدن مشكل در صحبت كردن ناتواني در حركت دادن چشم‌ها؛ فقدان انرژي افزايش تعريق تشنگي شديد؛ اسهال تغييرات خلقي يا رفتاري ضربان قلب بسيار تند؛ يا احساس خارج از كنترل بودن علايم زير ممكن است رخ دهند، ولي فقط اگر مشكل‌ساز شدند نياز است با پزشك درميان گذاشته شوند: اضطراب تشويش خواب‌آلودگي خشكي دهان تهوع اضطراب ضربان قلب تند يا نامنظم مشكل در به خواب رفتن مشكل در ادرار كردن كاهش ميل يا توانايي جنسي احساس گرما يا حرارت برافروختگي يا قرمزي پوست افزايش يا كاهش اشتها، افزايش يا كاهش وزن موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف پاروكستين پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به پاروكستين يا ديگر مهاركننده‌هاي بازجذب سروتونين بارداري يا شيردهي‌مصرف داروهاي ديگر، به ويژه ضد انعقادهاي خوراكي (وارفارين ، الكل مسكن‌هاي تجويز شده توسط پزشك آرامبخش‌ها، داروهاي ضد افسردگي شل‌كننده‌هاي عضلاني داروهاي ضد تشنج يا مهاركننده‌هاي مونوآمين اكسيداز نظير فورازوليدون ايزوكربوكسازيد، فنلزين پروكاربازين سلژيلين يا ترانيل سيپرومين مصرف پاروكستين در حالي كه همزمان مهاركننده‌هاي مونوآمين اكسيداز مصرف مي‌كنيد يا كمتر از 2 هفته است كه مصرف چنين داروهايي را قطع كرده‌ايد، ممكن است موجب گيجي افزايش

ناگهاني دماي بدن افزاش شديد فشارخون و بروز تشنج شود. سابقه يا ابتلا به بيماري‌هاي كليوي يا كبدي يا دچار سوءمصرف مواد. هنگام مصرف پاروكستين توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زيرنظر داشته باشد. ممكن است تا 4 هفته طول بكشد تا اثر دارو ظاهر شود و به حداكثر برسد؛ ممكن است بخواهيد در طي اين مدت پزشكتان را ملاقات كنيد. تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به اين دارو، هنگام رانندگي يا كار با وسايل خطرناك احتياط كنيد. اين دارو در برخي افراد موجب خواب‌آلودگي و كاهش سطح هوشياري مي‌شود.براي تسكين خشكي دهان از آدامس يا آب‌نبات‌هاي بدون قند استفاده كنيد يا چند جرعه آب بنوشيد. اگر اين مشكل بيش از 2 هفته ادامه پيدا كرد با پزشكتان مشورت كنيد. از حالت خوابيده به نشسته يا ايستاده و نشسته به ايستاده به آرامي تغيير وضعيت دهيد؛ در غير اين صورت ممكن است دچار سرگيجه و سياهي رفتن چشم شويد. يك برگه شناسايي پزشكي كه نشان دهد پاروكستين مصرف مي‌كنيد، همراه داشته باشيد.
پاروكستين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط پاروكستين فاسد مي‌شود). پاروكستين تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف پاروكستين نبايدنوشابه‌هاي الكل بنوشيد يا از داروهاي آرامبخش ديگري استفاده كنيد.

PROPRANOLOL

در مورد اين دارو پروپرانولول به علل گوناگوني مثل كاهش فشارخون تسكين درد قلبي پيشگيري از سردردهاي ميگرني و درمان بي‌نظمي ضربان قلب تجويز مي‌شود. همچنين براي جلوگيري از دومين حمله قلبي در افرادي كه يك بار دچار قلبي شده‌اند، كاربرد دارد. ممكن است در شرايط ديگري نيز پزشكتان اين دارو را برايتان تجويز كند. به همين علت آن را را يك مسدودكننده بتا مي‌شناسند. با مسدودكردن اين تكانه‌ها، به قلب كمك مي‌كند تا منظم‌تر و مؤثرتر بزند و در نتيجه بار كاري قلب كاهش يابد. چگونگي مصرف مقادير متفاوتي از پروپرانولول براي علل مختلف تجويز مي‌شود. شكل طولاني اثر پروپرانولول معمولاً روزي يك بار مصرف مي‌شود. مهم است كه دارو را هر روز ساعت معيني بخوريد. معمولاً بهتر است دارو را صبح پيش از صبحانه مصرف كنيد تا فراموش نكنيد. پروپرانولول را مي‌توان با يا بدون غذا مصرف كرد. هر روز پيش از خوردن پروپرانولول نبضتان را بشماريد و فشارتان را اندازه بگيريد اگر كمتر از 60 در دقيقه بود، يا فشار سيستولي (عدد بالايي كمتر از 90 ميلي‌متر جيوه بود، پيش از خوردن داروي آن روز با پزشكتان مشورت كنيد. هيچگاه بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه به ياد آورديد مصرفش كنيد. البته اگر كمتر از 8 ساعت تا نوبت بعدي مصرف دارو رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه منظم دارويي‌تان بازگرديد. اگر بيش از يك نوبت در روز پروپرانولول مصرف مي‌كنيد، اگر تقريباً موقع نوبت بعدي مصرف دارو رسيده است نوبت فراموش شده را مصرف نكنيد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد و دارو را بدون هماهنگي با پزشكتان قطع نكنيد. با قطع مصرف پروپرانولول ممكن است در معرض خطر يك حمله قلبي باشيد. در اكثر مواردي كه پروپرانولول تجويز مي‌شود، بيماري را مهار مي‌كند و نه درمان و اين بدين معناست كه ممكن است لازم باشد چندين سال يا تا پايان زندگي آن را مصرف كنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم نادر ولي جدي زير، مصرف آتنولول را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: اشكال در تنفس تنگي نفس يا خس‌خس سينه سرد شدن كف دست و پا؛ ضربان قلب زير60 در دقيقه سرگيجه يا سياهي رفتن چشم در هنگام بلند شدن از حالت خوابيده با نشسته با تورم دست‌ها و پاها يا افزايش وزن ناگهاني (1/5 كيلو در 48-28 ساعت ؛ افسردگي گيجي يا توهم (شنيدن ديدن يا احساس چيزهايي كه وجود ندارند)؛ درد قفسه سينه مفاصل يا

كمر؛ تب گلودرد؛ بثورات جلدي يا هرگونه كبودي كه يا خونريزي غيرعادي نشانه‌هاي زير تا هنگام عادت كردن بدنتان با دارو ممكن است مشاهده شوند: خواب آلودگي خستگي مشكل در خوابيدن اضطراب يبوست يا اسهال كابوس يا كاهش توانايي جنسي اگر اين علايم ادامه يافتند يا مشكل ساز شدند، وضعيت را با پزشكتان در ميان بگذاريد. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف آتنولول پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به آتنولول يا ديگر داروهاي مسدودكننده بتا بارداري يا شيردهي‌مصرف داروهاي ديگر، به ويژه تزريقات حساسيت‌زدايي كافئين داروهاي آسم (آمينوفيلين ديفيلين اكستريفيلين تئوفيلين ، داروهاي ديابت (انسولين داروهاي خوراكي پايين‌آورنده قند)، ديگر داروهاي كاهنده فشار خون (مسدود كننده‌هاي كانال‌هاي كلسيمي كلونيدين گوانابنز)، كوكائين يا مهاركننده‌هاي مونوآمين‌اكسيداز (فورازوليدون ايزوكاربوكسازيد، فنلزين سلجيلين ترانيل سيپرومين پروكاربازين .سابقه يا ابتلا به حساسيت آسم يا آمفي‌زم مشكلات احتقاني قلب بيماري قند؛ پركاري تيرويید؛ افسردگي يا بيماري‌هاي كليوي يا كبدي اگر بيماري قند داريد، پروپرانولول ممكن است قند خون شما را افزايش دهد و نيز ممكن است علايم افت قند خون را مخفي كند. اگر دچار حساسيت باشيد با مصرف پروپرانولول واكنش‌هاي حساسيتي‌تان ممكن است تشديد شود. هنگام مصرف پروپرانولول توصيه مي‌شود به طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبوديتان را زير نظر داشته‌باشيد. در مورد ميزان فعاليت قابل قبول براساس وضعيت بدني‌تان با پزشكتان مشورت كنيد. پروپرانولول ممكن است درد قفسه سينه را كاهش دهد يا از آن جلوگيري كند و در نتيجه باعث شود تا از آن حد كه برايتان بي‌خطر است فعال‌تر باشيد. كه اين خود موجب درد قفسه سينه و علايم جدي ديگر مي‌شود.وزن‌تان را نسبت به قد و استخوان‌بندي‌تان در يك محدوده مناسب نگه داريد. در صورت نياز براي كاهش وزن از پزشكتان كمك بگيريد. اگر براي كاهش فشار خون پروپرانولول مصرف مي‌كنيد، مصرف سديم (نمك خود را محدود كنيد. از پزشكتان درخواست كنيد دستورات تغذيه‌اي در اختيارتان بگذارد يا شما را به يك متخصص تغذيه معرفي كند. اگر سيگاري هستيد، سيگار را ترك كنيد، از پزشكتان بخواهيد شما را به يك مشاور يا گروه ترك سيگار معرف كند.الكل ننوشيد.از وضعيت خوابيده به نشسته يا ايستاده و يا از حالت نشسته به ايستاده آرام تغيير وضعيت دهيد تا دچار سرگيجه سياهي رفتن چشم يا غش نشويد. در هواي سرد لباس گرمتر بپوشيد،چرا كه پروپرانولول ممكن است شمارا به سرما حساستر كند.

قرص‌هاي طولاني رهش را يكجا ببلعيد؛ آن‌ها را نشكنيد يا خرد نكنيد. قرص‌هاي معمولي را در صورت مشكل در بلع مي‌توانيد خرد كرده و با

نصف قاشق مربا يا پودينگ مخلوط كنيد. محلول خوراكي را با مقداري نوشيدني يا غذاي نيمه جامد مخلوط كرده سپس استفاده كنيد.
براي روزهاي تعطيل مقداركافي دارو در دسترس داشته باشيد. يك برگه شناسايي پزشكي كه نشان دهد پروپرانولول مصرف مي‌كنيد به همراه داشته باشيد.
پزشكان ديگر را از اينكه پروپرانولول مصرف مي‌كنيد مطلع سازيد؛ زيرا ممكن است بر روي برخي آزمون‌هاي آزمايشگاهي اثر بگذارد يا موجب بروز واكنش به دنبال تزريقات مربوط به حساسيت‌زدايي شود.
پروپرانولول را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نورمستقيم و حرارت مرطوب نگه داريد (در اين شرايط پروپرانولول فاسد مي‌شود).
هنگام مصرف پروپرانولول نبايد تا مشخص‌شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگي كنيد يا با وسايل خطرناك كار كنيد. اگر خواب‌آلودگي يا سرگيجه مشكل ساز شد، با پزشكتان مشورت كنيد.بدون مشورت با پزشكتان دارويي مصرف كنيد؛ به ويژه داروهاي محرك و داروهاي سرفه يا سرماخوردگي كه بدون تجويز پزشك قابل تهيه هستند.

PENTOXIFYLLINE

در مورد اين دارو پنتوكسيفيلين براي درمان بيماري عروق محيطي تجويز مي‌شود. اين دارو درد شبه اسپاسم در ماهيچه‌هاي ساق پا را كه در اثر خونرساني ضعيف به ماهيچه‌هاي پا ايجاد مي‌شود، كاهش مي‌دهد. ممكن است چند هفته طول بكشد تا اثرات پنتوكسيفيلين ظاهر شود. باوجوديكه اين دارو علايم بيماري را كاهش مي‌دهد، اما جايگزيني براي هرگونه مداخلات جراحي لازم مثل باي‌پس يا برداشتن انسداد شرياني نمي‌باشد. چگونگي مصرف پنتوكسيفيلين معمولاً روزي 3 نوبت آنهم همراه غذا (براي جلوگيري از ناراحتي معده مصرف مي‌شود. قرص‌ها را درسته ببلعيد؛ آن‌ها را نشكنيد، خرد نكنيد و نجويد. مهم است كه دارو هر روز رأس ساعت معيني مصرف شود. هيچگاه بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه آن را به ياد آورديد مصرفش كنيد. اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده‌است نوبت را فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير مصرف پنتوكسيفيلين را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: بي‌نظمي ضربان قلب درد قفسه سينه خواب‌آلودگي گرگرفتگي غش تشويش شديد، يا تشنج علايمي كه ممكن است رخ دهند ولي فقط اگر مشكل ساز شوند نياز است به اطلاع پزشك برسند عبارتند از: سرگيجه سردرد، تهوع يا استفراغ يا احساس ناراحتي در معده موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف پنتوكسيفيلين پزشكتان را مطلع سازيد:
حساسيت به پنتوكسيفيلين يا داروهاي ديگر. بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه ضدانعقاد (رقيق كننده‌هاي خون نظير وارفارين ؛ داروهاي ضدپلاكتي (ديپيريدامول ؛ سايمتيدين داروهاي ضدالتهابي غيراستروئيدي (مثل ديفلونيزال فنوپروفن ايندومتاسين مفتاميك اسيد، فنيل بوتازون و سولينداك ؛ داروهاي ضد تشنج (ديوالپروئكس والپروئيك‌اسيد)؛ يا گشادكننده‌هاي برونشي (گزانتين‌ها) سابقه يا ابتلا به هر مشكل بدني كه با افزايش خطر خونريزي همراه باشد، يا بيماري‌هاي كليوي يا كبدي عادت به مصرف توتون يا تنباكو. نيكوتين رگ‌هاي خوني را تنگ مي‌كند، بنابراين مشكلي را كه به خاطرش پنتوكسيفيلين تجويز شده بدتر خواهد كرد. هنگام مصرف پنتوكسيفيلين توصيه مي‌شود به طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زيرنظر داشته باشد.پيش از مصرف هر نوع دارويي اعم از داروهاي مجاز بدون نسخه ويتامين‌ها و

داروهاي گياهي با پزشكتان مشورت كنيد. يك برگ شناسايي پزشكي همراه داشته باشيد كه نشان دهد پنتوكسيفيلين مصرف مي‌كنيد. پنتوكسيفيلين را دور از دسترس كودكان دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (پنتوكسيفيلين در اين شرايط فاسد مي‌شود). پنتوكسيفيلين تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف پنتوكسيفيلين نبايد سيگار بكشيد. نيكوتين رگ‌هاي خوني را تنگ مي‌كند. مصرف دارو را به يكباره قطع كنيد. اول با پزشكتان مشورت كنيد.

در مورد اين داروپني‌سيلين جي (G) يك آنتي‌بيوتيك رايج است اين دارو براي درمان انواع گوناگوني از بيماري‌هاي عفوني مثل عفونت‌هاي بافت نرم و تنفسي ناشي از باكتري‌ها مصرف مي‌شود. همچنين اين دارو مي‌تواند از تب روماتيسمي جلوگيري كند.چگونگي مصرف پني‌سيلين جي (G) بايد با شكم خالي يك ساعت قبل يا دو ساعت پس از غذا، خورده شود تا بهتر جذب شود. نوشابه‌هاي گازدار يا اسيدي (مثل آب پرتقال جذب اين آنتي‌بيوتيك را كاهش مي‌دهند. بهتر است پني‌سيلين جي (G) در طي شبانه‌روز در نوبت‌هايي با فواصل يكسان مصرف شود تا سطح آن در خون ثابت باقي بماند. مثلاً، اگر لازم است روزي 4 نوبت پني‌سيلين جي (G) مصرف كنيد، هر 6 ساعت (مثلاً 12 ظهر، 6 عصر، 12 شب و 6 صبح . اگر اين با برنامه كاري يا خواب شما تداخل دارد، براي تعيين يك برنامه دارويي مناسب‌تر از پزشكتان كمك بخواهيد. مهم است كه دارو سر وقت و به طور كامل مصرف شود، حتي اگر احساس بهبودي داريد. اگر پيش از اتمام دارو، مصرفش را قطع كنيد، علايم‌تان ممكن است مجدداً عود كنند. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه به ياد آورديد. مصرفش كنيد. البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم زير بلافاصله با پزشكتان تماس بگيريد: كبودي يا خونريزي غير عادي اسهال شديد يا اسهال خفيف و مداوم افزايش تب دل پيچه بثورات جلدي سردرد، تهوع و استفراغ گلودرد يا سوزش زبان خارش يا ترشح واژن يا پلاك‌هاي سفيد در دهان يا روي زبان يك پاسخ حساسيتي نادر به پني‌سيلين جي (G) آنافيلاكسي است كه نياز به توجه و مراقبت فوري پزشكي دارد. از آنجا كه آنافيلاكسي به سرعت پيشرفت مي‌كند، در صورت بروز تورم لب‌ها و اطراف چشم‌ها؛ بثورات جلدي يا تورم‌هاي پوستي تب غش ناگهاني ضربان قلب تند؛ يا خس‌خس سينه يا مشكل در تنفس مصرف دارو را متوقف ساخته با يك مركز خدمات اورژانس پزشكي تماس بگيريد. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف پني‌سيلين جي (G) ، پزشكتان را مطلع سازيد:
حساسيت به هر نوع ماده غذايي نگهدارنده‌ها، رنگ‌هاي خوراكي يا داروهاي ديگر، به ويژه آنتي‌بيوتيك‌ها (پني‌سلين‌ها، سفالوسپورين‌ها) بارداري يا شيردهي‌مصرف داروهاي ديگر، به ويژه داروهاي ضدالتهابي استروئيدي (مثل ايبوپروفن آسپيرين ، داروهاي ضد انعقاد (رقيق‌كننده‌هاي خون نظير

وارفارين ، متوتركسات داروهاي نقرس (پروبنسيد)، داروهاي كاهنده كلسترول خون (كلستيرامين كلستيپول ، و آنتي‌بيوتيك‌هاي ديگر (آمينوگليكوزيدها، اريترومايسين تتراسايكلين‌ها) هنگام مصرف پني‌سيلين‌جي (G) توصيه مي‌شود حتي در صورت احساس بهبودي دارو را تا آخر مصرف كنيد تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بيماري جلوگيري شود. اگر كلستيرامين يا كلسيتپول مصرف مي‌كنيد پني‌سيلين جي (G) را يك ساعت قبل يا دو ساعت پس از مصرف آنها بخوريد (اين دو دارو از داروهاي كاهنده كلسترول خون هستند). براي كمك به جلوگيري از اسهال به دنبال مصرف اين دارو، ماست بخوريد.پني‌سيلين جي (G) را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط پني‌سيلين جي (G) فاسد مي‌شود). سوسپانسيون پني‌سيلين جي (G) را پس از آماده كردن در يخچال نگهداري كنيد؛ و قبل از مصرف آن شيشه دارو را به خوبي تكان دهيد.از قطره‌چكان يا پيمانه داخل جعبه دارو براي اندازه‌گيري مقدار دارو استفاده كنيد. اگر ظرف 3 روز استفاده از اين دارو احساس بهبود نداشتيد، با پزشكتان مشورت كنيد.هنگام مصرف پني‌سيلين جي (G) نبايد از اين دارو به ديگران بدهيد؛ آنها ممكن است نسبت به اين دارو واكنش حساسيتي نشان دهند.
دارو را پس از تاريخ مصرفش استفاده كنيد. پيش از اتمام دارو، مصرفش را قطع كنيد؛ مگر به دستور پزشكتان

در مورد اين داروپني‌سيلين وي (V) يك آنتي‌بيوتيك رايج است اين دارو براي درمان انواع گوناگوني از بيماري‌هاي عفوني مثل عفونت‌هاي بافت نرم و تنفسي ناشي از باكتري‌ها مصرف مي‌شود. همچنين اين دارو مي‌تواند از تب روماتيسمي جلوگيري كند. چگونگي مصرف پني‌سيلين وي (V) را مي‌توان با يا بدون غذا مصرف كرد. بهتر است پني‌سيلين وي (V) در طي شبانه‌روز در نوبت‌هايي با فواصل يكسان مصرف شود تا سطح آن در خون ثابت باقي بماند. مثلاً، اگر لازم است روزي 4 نوبت پني‌سيلين وي (V) مصرف كنيد، هر 6 ساعت (مثلاً 12 ظهر، 6 عصر، 12 شب و 6 صبح . اگر اين زمانبندي با برنامه كاري يا خواب شما تداخل دارد، براي تعيين يك برنامه دارويي مناسب‌تر از پزشكتان كمك بخواهيد. مهم است كه دارو سر وقت و به طور كامل مصرف شود، حتي اگر احساس بهبودي داريد. اگر پيش از اتمام دارو، مصرفش را قطع كنيد، علايم‌تان ممكن است مجدداً عود كنند. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه به ياد آورديد. مصرفش كنيد. البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم زير بلافاصله با پزشكتان تماس بگيريد: كبودي يا خونريزي غير عادي اسهال شديد يا اسهال خفيف و مداوم افزايش تب دل پيچه بثورات جلدي سردرد، تهوع و استفراغ گلودرد يا سوزش زبان خارش يا ترشح واژن يا پلاك‌هاي سفيد در دهان يا روي زبان يك پاسخ حساسيتي نادر به پني‌سيلين وي (V) آنافيلاكسي است كه نياز به توجه و مراقبت فوري پزشكي دارد. از آنجائيكه آنافيلاكسي به سرعت پيشرفت مي‌كند، در صورت بروز تورم لب‌ها و اطراف چشم‌ها؛ بثورات جلدي يا تورم‌هاي پوستي تب غش ناگهاني ضربان قلب تند؛ يا خس‌خس سينه يا مشكل در تنفس مصرف دارو را متوقف ساخته با يك مركز خدمات اورژانس پزشكي تماس بگيريد. موارد احتياطدر صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف پني‌سيلين وي (V) ، پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به هر نوع ماده غذايي نگهدارنده‌ها، رنگ‌هاي خوراكي يا داروهاي ديگر، به ويژه آنتي‌بيوتيك‌ها (پني‌سلين‌ها، سفالوسپورين‌ها) بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه داروهاي ضدالتهابي استروئيدي (مثل ايبوپروفن آسپيرين ، داروهاي ضد انعقاد (رقيق‌كننده‌هاي خون نظير وارفارين ، متوتركسات داروهاي نقرس (پروبنسيد)، قرص‌هاي ضد بارداري حاوي استروژن (پني‌سيلين وي (V) ممكن است اثر اين قرص‌ها را كاهش دهد).هنگام مصرف پني‌سيلين

وي (V) توصيه مي‌شود حتي در صورت احساس بهبودي دارو را تا آخر مصرف كنيد تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بيماري جلوگيري شود.
پس از اتمام دوره مصرف پني‌سيلين وي (V) حداقل تا يك دوره ماهانه كامل از يك وسيله جلوگيري اضافي نظير كاندوم يا ژل‌هاي اسپرم‌كش نيز استفاده كنيد. براي كمك به جلوگيري از اسهال به دنبال مصرف اين دارو، ماست بخوريد.پني‌سيلين وي (V) را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط پني‌سيلين وي (V) فاسد مي‌شود). سوسپانسيون پني‌سيلين وي (V) را پس از آماده كردن در يخچال نگهداري كنيد؛ و قبل از مصرف آن شيشه دارو را به خوبي تكان دهيد. از قطره‌چكان يا پيمانه داخل جعبه دارو براي اندازه‌گيري مقدار دارو استفاده كنيد. اگر ظرف 3 روز استفاده از اين دارو احساس بهبود نداشتيد، با پزشكتان مشورت كنيد. هنگام مصرف پني‌سيلين وي (V) نبايد از اين دارو به ديگران بدهيد؛ آنها ممكن است نسبت به اين دارو واكنش حساسيتي نشان دهند.
دارو را پس از تاريخ مصرفش استفاده كنيد. پيش از اتمام دارو، مصرفش را قطع كنيد؛ مگر به دستور پزشكتان

در مورد اين داروتاموكسيفن يك داروي ضد سرطان است كه براي درمان سرطان پستان تجويز مي‌شود. در مواردي كه سرطان به ساير نقاط بدن نيز پخش شده باشد، استفاده مي‌شود. اين دارو به ويژه بر روي سرطان هايي كه با استرژون تحريك مي‌شوند مؤثر مي‌باشد. چگونگي مصرف تاموكسيفن معمولاً روزي دوبار تجويز مي‌شود. مهم است كه دارو راس ساعت معيني مصرف شود. هيچگاه بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، نوبت فراموش شده را رها كنيد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد و برنامه دارويي معمولتان را پيش بگيريد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير مصرف تاموكسيفن را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: لرزش دست عدم تعادل در هنگام راه رفتن گيجي تاري ديد؛ افزايش درد استخوان حساسيت شكمي زردي پوست يا چشم‌ها؛ تنگي نفس درد يا تورم پاها؛ ضعف يا خواب آلودگي زن‌ها بايد تغيير در ترشحات واژن خونريزي از واژن يا درد يا احساس فشار در ناحيه لگن را به پزشكان اطلاع دهند. علايم زير ممكن است رخ دهند. اگر مشكل‌ساز شدند پزشكتان را مطلع سازيد: گرگرفتگي ترشحات از واژن خارش در ناحيه تناسلي و افزايش وزن در خانم‌ها و كاهش ميل جنسي يا ناتواني جنسي در مردان هر دو جنس ممكن است دچار سردرد، تهوع و استفراغ خفيف و بثورات جلدي شوند. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف تاموكسيفن پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به تاموكسيفن يا داروهاي ديگر، مواد غذايي نگهدارنده‌ها، يا رنگ‌هاي خوراكي بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به‌ويژه آنتي اسيدها، سايمتيدين فاموتيدين رانيتيدين يا استروژن‌ها. سابقه يا ابتلا به آب مرواريد، اختلالات بينايي يا خوني هنگام مصرف تاموكسيفن توصيه مي‌شود به طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زيرنظر داشته باشد. پزشكي كه اين دارو را تجويز مي‌كند بايد در شيمي درماني با تجربه باشد. ممكن است لازم باشد قبل و در طي درمان با تاموكسيفن به طور دوره‌اي توسط يك چشم پزشك ازنظر وضعيت سلامت چشم‌ها معاينه شويد.قرص‌هاي پوشش‌دار را درسته ببلعيد؛ آن‌ها را نشكنيد و خرد نكنيد. تاموكسيفن را با غذا مصرف كنيد تا معده‌تان ناراحت نشود. اما حتي در صورت مشكل براي معده نيز دارو را قطع نكنيد. اگر پس از مدت كوتاهي از خوردن تاموكسيفن استفراغ مي‌كنيد، با پزشكتان مشورت كنيد. تا 2-1 ساعت پس از مصرف قرص‌هاي پوشش دار تاموكسيفين آنتي اسيد نخوريد.در زن‌ها از

روش‌هاي ضدبارداري غير هورموني استفاده كنيد، زيرا در طي درمان باروري افزايش مي‌يابد. اگر مشكوك به بارداري هستيد فوراً به پزشكتان اطلاع دهيد.پيش از انجام هرگونه جراحي يا درمان‌هاي ديگر ساير پزشكان را از اينكه تاموكسيفن مصرف مي‌كنيد مطلع سازيد. يك برگه شناسايي به همراه داشته باشيد كه نشان دهد تاموكسيفن مصرف مي‌كنيد. تاموكسيفن را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط تاموكسيفن فاسد مي‌شود).تاموكسيفن تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد.هنگام مصرف تاموكسيفن نبايد پيش از هماهنگي و مشورت با پزشكتان مصرف دارو را قطع كنيد.

# TRIAMTEREME HYDROCHLOROTIAZIDE

در مورد اين دارو تريامترن هيدروكلروتيازيد يك داروي مُدر رايج است اين دارو مقدار مايعات دفعي از طريق ادرار را افزايش مي‌دهد؛ در نتيجه با كاهش مايعات در گردش خون از فشار خون مي‌كاهد. كاهش فشار خون خود موجب كاهش بار كاري قلب و شريان‌ها [ سرخرگ‌ها ] مي‌شود. بالا باقي ماندن فشار خون به سرخرگ‌هاي مغز، قلب و كليه‌ها آسيب مي‌زند؛ كه اين آسيب خطر سكته مغزي نارسايي قلبي و نارسايي كليوي را افزايش مي‌دهد. هيدروكلروتيازيد همچنين موجب دفع برخي مواد شيميايي مثل سديم و پتاسيم از بدن مي‌شود. تريامترن به هيدروكلروتيازيد اضافه مي‌شود تا از دفع پتاسيم جلوگيري كند و آن را در بدن نگاه دارد. چگونگي مصرف براي جلوگيري از ناراحت شدن معده تريامترن هيدروكلروتيازيد را مي‌توان با غذا يا شير خورد. سعي كنيد دارو را هر روز ساعت معيني مصرف كنيد تا فراموشش نكنيد. اگر روزي يك نوبت تريامترن هيدروكلروتيازيدبرايتان تجويز شده است بهتر است دارو را اول روز يا وقتي كه به توالت دسترسي داريد مصرف كنيد. اگر به سبب خريد يا كاري خارج از خانه مصرف دارو را به تعويق انداخته‌ايد، دارو (يا نوبت آخر دارو) را پيش از ساعت 4 بعداز ظهر بخوريد. اين كمك مي‌كند تا شب هنگام مجبور نشويد براي ادرار كردن از خواب برخيزيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه آن را به ياد آورديد مصرفش كنيد. اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم زير با پزشكتان تماس بگيريد: واكنش‌هاي حساسيتي (بثورات جلدي ؛ خشكي دهان تشنگي شديد؛ ضربان قلب نامنظم گرفتگي‌هاي عضلاني تهوع يا استفراغ خستگي يا خواب‌آلودگي شديد؛ درد يا سوزش معده كبودي يا خونريزي غيرعادي مدفوع سياه و قيري لكه‌هاي قرمز روي پوست دفع خون در ادرار يا مدفوع درد مفصلي كمردرد؛ زردي چشم‌ها يا پوست موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف تريامترن هيدروكلروتيازيد، پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به تريامترن هيدروكلروتيازيد يا ديگر داروهاي مُدر تيازيدي داروهاي حاوي سولفور؛ بومتانيد؛ فوروسمايد؛ يا داروهاي مُدر ديگر نظير مهاركننده‌هاي كربنيك آينداز (استازولاميد)بارداري يا شيردهي‌مصرف داروهاي ديگر، به ويژه ديگوكسين ليتيم ضد انعقادها (رقيق‌كننده‌هاي خون مهاركننده‌هاي آنزيم مبدل آنژيوتانسين (مثل

كاپتوپريل ، سيكلوسپورين شير كم نمك مواد حاوي پتاسيم اسيدفوليك داروهاي پايين آورنده كلسترول خون (كلستيرامين كلتيپول ، يا داروهاي پرفشاري خون سابقه يا دچار بالا بودن پتاسيم خون نوروپاتي ديابتي يا بيماري‌هاي كليوي يا كبدي هنگام مصرف تريامترن هيدروكلروتيازيد توصيه مي‌شود دارو را مطابق تجويز پزشك مصرف كنيد. در مورد لزوم احتمالي كاهش وزن ترك سيگار، برنامه ورزشي يا تغييرات در برنامه غذايي (مثلاً كاهش مصرف نمك با پزشكتان مشورت كنيد. به طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد. هر هفته (يا طبق زمانبدي مورد نظر پزشكتان فشار خون و وزنتان را اندازه‌گيري كرده در يك دفترچه يادداشت كنيد تا در هر ملاقات آنها را به پزشكتان نشان دهيد. اگر روش اندازه‌گيري فشار خون را نمي‌دانيد از يك پزشك يا پرستار بخواهيد آن را به شما بياموزد. هرگونه افزايش يا كاهش وزن به مقدار 2/5 كيلوگرم را كه طي يك هفته ايجاد شده باشد به اطلاع پزشكتان برسانيد. پيش از مصرف هر داروي ديگر، حتي داروهاي مجاز بدون نسخه يا داروهاي گياهي با پزشكتان مشورت كنيد.از مواجهه بدون محافظت با نور خورشيد بپرهيزيد. از آفتاب ساعت 10 صبح تا 3 بعدازظهر و استفاده از وسايل برنزه كننده اجتناب كنيد. هنگام مواجهه با آفتاب از يك كرم ضد آفتاب با قدرت محافظتي ((اِس پي اِف حداقل 15 براي حفاظت مناطق در معرض نور استفاده كنيد. هيدروكلروتيازيد موجب حساسيت پوست به نور آفتاب مي‌شود كه مي‌تواند منجر به آفتاب سوختگي شديد يا تغيير رنگ پوست در نواحي‌اي از پوست كه در معرض آفتاب مي‌باشد، گردد.
تريامترن هيدروكلروتيازيد را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط هيدروكلروتيازيد فاسد مي‌شود). تريامترن هيدروكلروتيازيد تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف تريامترن هيدروكلروتيازيد نبايداز حالت خوابيده به نشسته يا ايستاده يا نشسته به ايستاده سريع تغيير وضعيت دهيد. براي جلوگيري از سياهي رفتن چشم يا احساس غش به آرامي تغيير وضعيت دهيد.الكل بنوشيد، مدت طولاني سرپا بمانيد، يا در هواي گرم ورزش كنيد؛ چرا كه ممكن است دچار سياهي رفتن چشم يا غش شويد.حتي در صورت احساس بهبودي دارو را قطع كنيد. اين دارو بيشتر نقش كنترل كننده دارد تا نقش درماني و ممكن است لازم باشد براي مدتي طولاني آن را مصرف كنيد اگر سؤالي در مورد داروهايتان داريد از پزشكتان بپرسيد.

در مورد اين دارو تيمولول به علل گوناگوني مثل كاهش فشارخون درد قلبي پيشگيري از سردردهاي ميگرني و درماني بي‌نظمي ضربان قلب تجويز مي‌شود. همچنين براي جلوگيري از دومين حمله قلبي در افرادي كه يك بار دچار حمله قلبي شده‌اند، كاربرد دارد. ممكن است براي درمان بيماري‌هاي ديگري نيز پزشكتان اين دارو را تجويز نمايد؛ تيمولول با مسدودكردن برخي پيام‌هاي عصبي به بخش‌هاي خاصي از بدن عمل مي‌كند؛ به همين علت آن را يك مسدودكننده بتا مي‌شناسند. با مسدودكردن اين پيام‌ها، تيمولول به قلب كمك مي‌كند تا منظم‌تر بزند و در نتيجه بار كاري قلب كاهش يابد. چگونگي مصرف مقادير متفاوتي از تيمولول براي علل مختلف تجويز مي‌شود. تيمولول معمولاً روزي دو نوبت مصرف مي‌شود. مهم است كه دارو را هر روز سر ساعت معيني بخوريد. تيمولول را مي‌توان با يا بدون غذا مصرف كرد. هر روز پيش از خوردن تيمولول نبضتان را بشماريد و فشارخونتان را اندازه بگيريد (اگر اين كار را بلد نيستيد از يك پرستار يا پزشك بخواهيد تا آن را به شمار بياموزد). اگر نبضتان زير 60 در دقيقه يا فشارخون سيستولي (عدد بالايي اگر از 90 ميلي‌متر جيوه بود، پيش از خوردن داروي آن روز با پزشكتان مشورت كنيد. هيچ‌گاه بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه آن را به ياد آوريد مصرفش كنيد. البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي مصرف دارو دوبرابر نكنيد و دارو را بدون هماهنگي با پزشكتان قطع نكنيد. با قطع مصرف تيمولول ممكن است در معرض خطر يك حمله قلبي باشيد. در اكثر مواردي كه تيمولول تجويز مي‌شود، بيماري را مهار مي‌كند و نه درمان و اين بدين معناست كه ممكن است لازم باشد چندين سال يا تا پايان زندگي آن را مصرف كنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم نادر ولي جدي زير، مصرف تيمولول را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: اشكال در تنفس تنگي نفس يا خس خس سينه سرد شدن كف دست و پا؛ ضربان قلب زير60 در دقيقه سرگيجه يا سياهي رفتن چشم در هنگام بلند شدن از حالت خوابيده يا نشسته تورم دست‌ها و پاها يا افزايش وزن ناگهاني (1/5 كيلوگرم در 48-24 ساعت ؛ افسردگي گيجي يا توهم (شنيدن ديدن يا احساس چيزهايي كه وجود ندارد)؛ درد قفسه سينه مفاصل يا كمر؛ تب گلودرد؛ بثورات جلدي يا هرگونه كبودي يا خونريزي غيرعادي نشانه‌هاي زير تا هنگام عادت كردن بدنتان با دارو ممكن است مشاهده شوند: خواب‌آلودگي خستگي مشكل در خوابيدن اضطراب

يبوست يا اسهال كابوس يا كاهش تواناي جنسي اگر اين علايم ادامه يافتند يا مشكل‌ساز شدند، وضعيت را با پزشكتان در ميان بگذاريد. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف تيمولول پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به تيمولول يا ديگر داروهاي مسدودكننده بتا بارداري و شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه تزريقات حساسيت‌زدايي كافئين داروهاي آسم (آمينوفيلين ديفلين اكستريفيلين تئوفيلين ، داروهاي ديابت (انسولين داروهاي خوراكي پايين‌آورنده قند)، ديگر داروهاي كاهنده فشارخون (مسدودكننده‌هاي كانال‌هاي كلسيمي كلونيدين گوانابنز)، كوكائين يا مهاركننده‌هاي مونوآمين‌اكسيداز (فورازوليدن ايزوكاربوكسازيد، فنلزين پروكاربازين سلژيلين ترانيل سيپرومين .سابقه يا ابتلا به حساسيت آسم يا آمفيزيم مشكلات احتقاني قلب بيماري قند؛ پركاري تيرويید؛ افسردگي يا بيماري‌هاي كليوي يا كبدي اگر بيماري قند داريد، تيمولول ممكن است قندخون شما را افزايش دهد و نيز ممكن است علايم افت قندخون را مخفي كند. اگر دچار حساسيت باشيد با مصرف تيمولول واكنش‌هاي حساسيت شما ممكن است تشديد شود. هنگام مصرف تيمولول توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبوديتان را زيرنظر داشته باشد.در مورد ميزان فعاليت قابل قبول براساس وضعيت بدنيتان با پزشكتان مشورت كنيد تيمولول ممكن است درد قفسه سينه را كاهش دهد يا از آن جلوگيري كند و در نتيجه باعث شود تا از آن حد كه برايتان بي‌خطر است فعال‌تر باشيد. كه اين خود موجب درد قفسه سينه و علايم جدي ديگر مي‌شود. وزنتان را نسبت به قد و استخوان‌بنديتان در يك محدوده مناسب نگاه داريد. در صورت نياز براي كاهش وزن از پزشكتان كمك بگيريد. اگر براي كاهش فشارخون تيمولول مصرف مي‌كنيد، مصرف سديم (نمك خود را محدود كنيد. از پزشكتان درخواست كنيد دستورات تغذيه‌اي در اختيارتان بگذارد يا شما را به يك متخصص تغذيه معرفي كنيد. الكل ننوشيد. از وضعيت خوابيده به نشسته يا ايستاده و يا از حالت نشسته به ايستاده آرام تغيير وضعيت دهيد تا دچار سرگيجه سياهي رفتن چشم يا غش نشويد. در هواي سرد لباس گرم‌تر بپوشيد، چرا كه تيمولول ممكن است شما را به سرما احساس‌تر كند.

براي روزهاي تعطيل مقدار كافي دارو در دسترس داشته باشيد. يك برگه شناسايي پزشكي كه نشان دهد تيمولول مصرف مي‌كنيد به همراه داشته باشيد. پزشكان ديگر را از اين كه تيمولول مطلع سازيد؛ زيرا تيمولول ممكن است برروي برخي آزمون‌هاي آزمايشگاهي اثر بگذارد هنگام مصرف تيمولول نبايد تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگي كنيد يا با وسايل خطرناك كار كنيد. اگر خواب‌آلودگي يا سرگيجه مشكل‌ساز شد، با

پزشكتان مشورت كنيد. بدون مشورت با پزشكتان دارويي مصرف كنيد؛ به ويژه داروهاي محرك و داروهاي سرفه يا سرماخوردگي كه بدون تجويز پزشك قابل تهيه هستند.

در مورد اين داروجمفيبروزيل دارويي است كه براي پايين آوردن كلسترول ليپوپروتئين كم‌چگال (LDL) وتري‌گلسيريدها و افزايش سطح ليپوپروتئين پرچگال (LDL) درخون استفاده مي‌شود. بنابراين جمفيبروزيل دارويي است كه به جلوگيري از بيماري عروقي كرونري كمك مي‌كند. اين دارو بالا بودن سطح كلسترول خون را درمان نمي‌كند، بلكه فقط شرايط را كنترل مي‌كند. براي افزايش تأثير اين دارو بايد از دستورات پزشكتان مبني‌بر كاهش دريافت اسيدهاي چرب اشباع و كلسترول از طريق غذاها، پرداختن به ورزش به مقدار كافي كاهش وزن تا رسيدن به وزن مطلوب و ترك سيگار (اگر سيگاري هستيد) پيروي كنيد. چگونگي مصرف جمفيبروزيل بايد روزي 2 بار، 30 دقيقه پيش از صبحانه و شام خورده شود. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه آن را به ياد آورديد، مصرفش كنيد. مگر اينكه تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده باشد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم زير مصرف جمفيبروزيل را قطع كرده با پزشكتان مشورت كنيد: شكم درد شديد همراه با تهوع و استفراغ (سنگ كيسه صفرا)؛ درد عضلاني يا خستگي غيرعادي سرفه تب يا لرز؛ يا كمردرد. علايم زير ممكن است رخ دهند ولي فقط اگر مشكل‌ساز شوند بايد به اطلاع پزشك برسند: اسهال نفخ يبوست سوزش سردل تهوع سرگيجه سردرد يا بثورات جلدي موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف جمفيبروزيل پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به جمفيبروزيل بارداري يا شيردهي‌در حال مصرف داروهاي ديگر، به ويژه لووستاتين يا ضد انعقادهاي خوراكي (وارفارين سابقه يا ابتلا به مشكلات كيسه صفرا، سنگ كيسه صفرا، يا بيماري‌هاي كليوي يا كبدي‌هنگام مصرف جمفيبروزيل توصيه مي‌شود به طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد. اگر ظرف 3 ماه درمان با اين دارو پاسخي مشاهده نشود، پزشك معمولاً دارو را قطع مي‌كند. از دستورات تغذيه‌اي و ديگر توصيه‌هاي پزشكتان پيروي كنيد. پيش از هرگونه جراحي و نيز كارهاي دندانپزشكي ساير پزشكان را از اينكه اين دارو را مصرف مي‌كنيد مطلع سازيد. جمفيبروزيل را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط جمفيبروزيل فاسد مي‌شود).جمفيبروزيل تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان توالت دور بريزيد. هنگام مصرف جمفيبروزيل نبايدنبايد پيش از مشورت با پزشكتان دارو را قطع كنيد. در صورت قطع دارو چربي‌هاي خونتان ممكن است به شدت افزايش يابند.

DOXYCYCLIN

در مورد اين دارو داكسي‌سايكلين يك داروي ضد باكتريايي رايج مي‌باشد كه بر درمان عفونت‌هاي گوناگون از قبيل آكنه (جوش ، عفونت گوش مياني ساير عفونت‌هاي پوست و بافت نرم برونشيت سينوزيت سينه پهلو (پنوموني ، عفونت‌هاي دستگاه ادراري و نيز عفونت‌هاي كلاميديايي سيفليس و گنوره‌اي استفاده مي‌شود. چگونگي مصرف داكسي‌سايكلين را مي‌توان با شكم خالي (يك ساعت قبل يا 2 ساعت پس از غذا)، يا با غذا مصرف كرد؛ دارو بايد با يك ليوان پر از آب و در حالت غيردرازكش خورده شود تا معده را ناراحت نكند. اگر معده ناراحت شود، دارو را بايد با غذا مصرف كرد. بهرحال داكسي‌سايكلين نبايد ظرف 3-1 ساعت از مصرف داروهاي ديگر خورده شود. اگر نوع سوسپانسيون آن را مصرف مي‌كنيد، شيشه دارو را پيش از مصرف به خوبي تكان دهيد. از پيمانه مدرج داخل جعبه دارو براي اندازه‌گيري مقدار دارو استفاده كنيد. كپسول‌هاي ديررهش بايد يكجا بلعيد و شكستن خردكردن يا جويدن آن‌ها ممنوع است بهتراست داكسي سايكلين طي شبانه روز در نوبت‌هاي با فواصل يكسان مصرف شود تا سطح خوني آن ثابت باقي بماند. براي مثال اگر قرار است دارو را روزي 2 بار مصرف كنيد، بايد هر 12 ساعت مصرف شود (مثلاً 6 صبح و 6 شب يا 7 صبح و 7 شب . اگر اين بار برنامه كاري يا خواب شما تداخل مي‌كند، از پزشكتان بخواهيد در تعيين يك برنامه مناسب‌تر به شما كمك كند. دارو بايد سر وقت و به طور كامل مصرف شود، حتي اگر احساس بهبودي داريد. چنانچه پيش از اتمام دارو، مصرف آن را قطع كنيد علايم‌تان ممكن است عود كند. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجرديكه ياد آوريد مصرفش كنيد. البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان باز گرديد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم زير با پزشكتان تماس بگيريد: افزايش حساسيت به نور؛ تكرار ادرار؛ تشنگي شديد؛ خستگي غير عادي درد شكمي تهوع و استفراغ زردي چشم‌ها و پوست سردرد؛ تغييرات بينايي برجسته شدن ملاج‌ها در شيرخواران علايم ديگري نيز ممكن است روي‌دهند ولي فقط در صورتي كه مشكل‌ساز شوند نياز است با پزشك در ميان گذاشته شوند: سرگيجه عدم تعادل سياهي‌رفتن چشم دل‌پيچه اسهال يا تهوع و استفراغ افزايش حساسيت به نور آفتاب رشد بيش از حد قارچي (خارش مناطق تناسلي يا مقعد و انتهاي روده زخم‌هاي دهاني يا روي زبان . موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف ديلتيازم پزشكتان را مطلع

سازيد: حساسيت به‌داكسي‌سايكلين تتراسايكلين‌هاي ديگر، يا داروهاي بيحس موضعي مثل ليدوكائين
بارداري يا شيردهي (تجويز داكسي‌سايكلين براي كودكان زير 8 سال ممنوع است .در حال مصرف داروهاي ديگر به ويژه آنتي‌اسيدها، مكمل‌هاي كلسيم مكمل‌هاي آهن داروهاي حاوي منيزيم كلستيرامين يا كلستيپول يا قرص‌هاي ضدبارداري ابتلا به يا سابقه ديابت بي‌مزه يا بيماري‌هاي كليوي يا كبدي هنگام مصرف داكسي‌سايكلين توصيه مي‌شود حتي در صورت احساس بهبودي دارو تا انتها مصرف كنيد تا عفونتتان درمان شده از عود جلوگيري شود. روزي 8 ليوان آب بنوشيد، مگر اينكه پزشكتان دستور ديگري داده باشد. از نور خورشيد بين ساعت 10 صبح تا 3 بعد از ظهر و از لامپ‌هاي آفتاي و وسايل برنزه كننده اجتناب كنيد. مناطق در معرض نور را با كرم‌هاي ضدآفتاب با قدرت محافظت‌كنندگي (SPF) حداقل 15 بپوشانيد. اگر قرص ضدبارداري مصرف مي‌كنيد، درحين استفاده از داكسي سايكلين يك روش جلوگيري ديگر را به تنهايي يا در كنار قرص ضدبارداري بكارگيريد.اگر ظرف 3 روز درمان با داكسي‌سايكلين احساس بهبودي نداشتيد با پزشكان مشورت كنيد.داكسي‌سايكلين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم يا حرارت مرطوب نگهداري كنيد (داكسي‌سايكلين در اين شرايط فاسد مي‌شود). داكسي‌سايكلين تاريخ مصرف گذشته را دور بريزيد. اين دارو وقتي فاسد شود سمي مي‌شود. هنگام مصرف ديلتيازم نبايد شير، محصولات لبني آنتي‌اسيد، مكمل كلسيمي مكمل آهن يا ملين‌هاي حاوي منيزيم مصرف‌كنيد. اين مواد غذايي يا داروها را حداقل 2 ساعت قبل يا 2 ساعت بعد از مصرف داكسي‌سايكلين استفاده كنيد. تا پيش از مشخص‌شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگي كنيد يا بخواهيد كاري انجام دهيد كه نياز به هوشياري كامل دارد.
دارو را پيش از اتمام آن قطع كنيد، مگر به دستور پزشك

DIAZEPAM

در مورد اين دارو ديازپام براي تسكين اضطراب اختلالات خواب و اختلالات هراس تجويز مي‌شود. اين دارو همچنين به‌عنوان ضد تشنج و شل‌كننده ماهيچه اسكلتي استفاده مي‌شود.چگونگي مصرف ديازپام بسته به شرايط متفاوت و در افراد متفاوت با مقادير متفاوتي تجويز مي‌شود. هيچگاه بيشتر يا كمتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. شكل‌هاي مايع ديازپام را مي‌توان با غذاهاي مايع يا نيمه جامد مثل پوره مخلوط كرده نگذاريد ديازپام مايع يخ بزند. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه آن را به ياد آورديد مصرفش كنيد. اگر تقريباً موقع نوبت بعدي مصرف دارو رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي منظمتان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم نادر ولي جدي زير، مصرف ديازپام را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: افت قواي ذهني خواب‌آلودگي شديد؛ تكلم نامفهوم ضربان قلب كند؛ تنگي‌نفس عدم تعادل بثورات جلدي گلودرد؛ تب لرز؛ كبودي يا خونريزي غيرعادي زخم‌هاي دهاني زردي پوست يا چشمان از دست رفتن حافظه بي‌خوابي اضطراب يا تحريك‌پذيري ديازپام مي‌تواند اعتيادآور باشد، و علايم ترك دارو ممكن است در صورت قطع ناگهاني آن روي دهد؛ علايم ترك دارو عبارتند از: گيجي افت قواي ذهني دردهاي شكمي افزايش تعريق تهوع استفراغ حساسيت به نور و صدا، يا احساس سوزن‌سوزن شدن يا گزگز. اگر مي‌خواهيد مصرف ديازپام را قطع كنيد با پزشكتان تماس بگيريد تا شايد اين كار تدريجي انجام گيرد. علايم زير ممكن است مشاهده شوند اما فقط در صورتي كه مشكل‌ساز شوند نياز به گزارش دارند: سرگيجه خواب‌آلودگي خشكي دهان سردرد، تهوع يبوست اسهال ضربان قلب سريع و شديد، يا لرزش موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف ديازپام پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به ديازپام بنزوديازپين‌هاي ديگر، يا هرگونه ماده غذايي رنگ‌هاي خوراكي يا نگه‌دارنده‌ها. بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه الكل آرامبخش‌ها، داروهاي ضدافسردگي يا داروهاي ضدتشنج سابقه اعتياد به الكل يا مواد مخدر، گلوكوم (افزايش فشار داخل چشم ، مياستني‌گراويس بيماري انسدادي ريوي مزمن شديد، يا آمفي‌زم يا ابتلا به اين موارد. هنگام مصرف ديازپام توصيه مي‌شود به پزشكتان به‌طور منظم مراجعه كنيد تا بهبود شما را زير نظر داشته باشد.تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو در رانندگي و كار با وسايل خطرناك احتياط كنيد. برخي افراد با مصرف اين

دارو دچار خواب‌آلودگي و افت سطح هوشياري مي‌شوند.در صورت شك به مصرف بيش از حد دارو، بلافاصله تقاضاي كمك پزشكي كنيد. اگر در هنگام مصرف ديازپام دچار افكار يا احساسات عجيب شديد با پزشكتان مشورت كنيد. يك برگه شناسايي پزشكي به همراه داشته باشيد كه نشان دهد ديازپام مصرف مي‌كنيد. ديازپام را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگه داريد (در اين شرايط ديازپام فاسد مي‌شود). ديازپام تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف ديازپام نبايد داروهاي آرامبخش ديگري مصرف كنيد. الكل بنوشيد. ديازپام را به‌عنوان قرص خواب مصرف كنيد، مگر اينكه برنامه شما اجازه دهد 8-7 ساعت خواب داشته باشيد؛ در غير اين صورت ممكن است تا بي‌اثر شدن دارو خواب‌آلوده باشيد و فراموشكار شويد.

DIPHENHYDRAMINE

در مورد اين دارو ديفن‌هيدارمين از داروهاي بدون نياز به نسخه است كه به‌عنوان آنتي‌هيستامين هم مورد تجويز قرار مي‌گيرد. اين دارو يك آنتي‌هيستامين است كه براي درمان يا پيشگيري مواردي نظير علايم ناشي از حساسيت‌ها (آبريزش بيني سرفه خارش و قرمزي چشم خارش بدن ، سرماخوردگي‌ها (عطسه آبريزش بيني سرفه ، پاركينسونيسم (لرزش حركات غيرارادي ، بيماري حركت سرگيجه تهوع يا استفراغ و بي‌خوابي تجويز مي‌شود. ديفن‌هيدرامين همچنين يكي از تركيبات داروهاي گوناگوني است كه براي تسكين سرفه و سرماخوردگي در هنگام مصرف مي‌شوند. نام تجاري ديفن‌هيدارمين بنادريل است چگونگي مصرف ديفن‌هيدارمين را مي‌توان با غذا، آب يا شير مصرف كرد تا معده را ناراحت نكند. اگر براي پيشگيري از بيماري حركت اين دارو را مصرف مي‌كنيد، دارو را حداقل 30 دقيقه (ترجيحاً 2-1 ساعت پيش از شروع سفر مصرف كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه به ياد آورديد، مصرفش كنيد. البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. از دو برابر كردن مقدار دارو بپرهيزيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير با پزشكتان تماس بگيريد: گلودرد و تبي كه با بيماري‌اي كه به‌خاطرش ديفن‌هيدارمين مصرف مي‌كنيد بي‌ارتباط باشد؛ كبودي يا خونريزي غيرطبيعي خستگي يا ضعف شديد؛ خشكي شديد دهان بيني يا گلو؛ كاهش مهارت‌هاي حركتي يا مشكل در حفظ تعادل تاري ديد؛ ادرار كردن مشكل يا دردناك برافروختگي يا قرمزي صورت كابوس توهمات (ديدن شنيدن يا حس كردن چيزي كه وجود ندارد)؛ يا تشنج كودكان و افراد مسن ممكن است با مصرف اين دارو دچار سراسيمگي بي‌قراري و هيجان شوند؛ در اين صورت پزشكتان را مطلع سازيد. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف ديفن‌هيدرامين پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به هر نوع ماده غذايي نگهدارنده‌ها، رنگ‌هاي خوراكي يا داروهاي ديگر (به ويژه آنتي‌هيستامين‌ها). بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه داروهاي آرامبخش خواب تشنج مسكن‌ها، شل‌كننده‌هاي عضلاني يا داروهاي دل‌پيچه (داروهاي آنتي‌كولينرژيك . ابتلا يا سابق بزرگي پروستات مشكل در ادرار كردن انسداد گردن مثانه گلوكوم زاويه بسته هنگام مصرف ديفن‌هيدرامين توصيه مي‌شود از مصرف الكل داروهاي خواب يا آرامبخش‌ها بپرهيزيد؛ اين داروها اثرات تخديري ديفن‌هيدارمين را افزايش مي‌دهند.انتظار خواب‌آلودگي را داشته باشيد. پيش از اقدام به رانندگي يا

كار با وسايل خطرناك از واكنش بدنتان نسبت به اين دارو مطمئن شويد. ديفن‌هيدارمين ممكن است روي سطح هوشياري شما تأثير بگذارد. براي رفع خشكي دهان آدامس بجويد يا آب‌نبات بمكيد. اگر خشكي دهان بيش از 2 هفته ادامه يافت با پزشكتان مشورت كنيد. ديفن‌هيدارمين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط ديفن‌هيدارمين فاسد مي‌شود). از منجمد كردن شكل شربت اين دارو بپرهيزيد. اگر ظرف 3 روز از مصرف دارو احساس بهبودي نداشتيد، با پزشكتان مشورت كنيد.هنگام مصرف ديفن‌هيدرامين نبايددارو را پس از تاريخ انقضايش مصرف كنيد.

DICLOFENAC

در مورد اين دارو ديكلوفناك يك داروي ضد التهابي غير استروئيدي رايج است اين دارو براي تسكين درد و كاهش التهاب آرتريت روماتوئيد و استئوآرتريت (آرتروز) در بالغين تجويز مي‌شود. قرص‌هاي سريع رهش آن براي كاهش درد سردردهاي عروقي مشكلات قاعدگي و حمله‌هاي حاد و نقرس و ديگر مشكلات التهابي غير روماتوئيد مصرف مي‌شود.چگونگي مصرف قرص‌هاي ديكلوفناك را بايد با غذا و يك ليوان پر از آب مصرف كرد. پس از خوردن ديلكوفناك براي جلوگيري از تحريك و آزار مري تا 15 تا 30 دقيقه نبايد دراز كشيد. قرص‌هاي طولاني رهش ديكلوفناك بايد درست بلعيده شوند و خردكردن شكستن يا جويدن آنها صحيح نمي‌باشد. اگر روزي يك قرص ديلكوفناك مصرف مي‌كنيد، و يك نوبت را فرموش كرده‌ايد، در صورتي كه بيش از 8 ساعت تا نوبت بعدي زمان داريد مي‌توانيد نوبت فراموش شده را مصرف كنيد. در غيراينصورت نوبت فراموش شده را حذف كنيد و به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. اگر روزي چند نوبت ديلكوفناك مصرف مي‌كنيد، نوبت فراموش شده را مي‌توانيد بلافاصله پس از به يادآوردنش مصرف كنيد. البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي فرا رسيده باشد، نوبت فراموش شده را رها كنيد و برنامه دارويي عاديتان را از پي بگيريد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد هشدارها و عوارض جانبي درصورت بروز هريك از علايم زير مصرف ديلكوفناك را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: خستگي يا خواب‌آلودگي شديد؛ سياهي رفتن چشم گيجي افسردگي سوزش سردل يا سوءهاضمه بي‌اشتهايي تهوع يا استفراغ مدفوع سياه قيري يا خوني اسهال علايم شبه آنفلوآنزا (لرز، تب دردهاي عضلاني ، به ويژه اگر درست قبل از يا همراه بثورات جلدي رخ دهند؛ تنگي نفس يا اشكال در تنفس سرفه كمردرد؛ ادرار كدر، خوني يا صورتي تورم صورت يا پاها يا اندام تحتاني افزايش وزن سردرد شديد، سفتي گردن و كمر؛ كبودي يا خونريزي غيرعادي بثورات جلدي خارش كهير، يا ضايعات تاولي زردي چشم‌ها يا پوست صداي زنگ در گوش تاري ديد؛ زخم‌هاي دهاني يا تب يا گلودردي كه پيش از درمان وجود نداشته و ناشي از مشكلي كه به خاطرش ديكلوفناك مصرف مي‌كنيد نباشد.افراد مسن‌تر بيشتر در معرض خطر مشكلات گوارشي و خونريزي هستند. يك پاسخ حساسيتي نادر به ديكلوفناك آنافيلاكسي است كه به توجه و مراقبت فوري پزشكي نياز دارد. آنافيلاكسي سريع پيشرفت مي‌كند. بلافاصله پس از بروز تورم لب‌ها و اطراف چشم كهير يا بروز تورم‌هاي پوستي ضربان قلب تند، يا خس‌خس سينه يا مشكل در تنفس

مصرف ديكلوفناك را قطع‌كرده با يك مركز خدمات اظطراري پزشكي تماس بگيريد. علايم ديگري نيز ممكن است رخ دهد ولي فقط در صورتي كه مشكل‌ساز شوند بايد با پزشك درميان گذاشته شوند؛ اين علايم عبارتند از: اضطراب تشويش سرگيجه سياهي‌رفتن چشم سردرد خفيف مشكل در به خواب‌رفتن خشكي دهان دل پيچه خفيف نفخ و توليد گاز بيش از حد، يا اسهال يا يبوست موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف ديكلوفناك پزشكتان را مطلع سازيد:حساسيت به آسپرين يا ديگر داروهاي ضدالتهابي غير استروئيدي‌بارداري يا شيردهي‌مصرف داروهاي ديگر؛ به ويژه ديگر داروهاي ضدالتهابي غير استروئيدي (مثل ناپروكسن ، آسپرين ضد انعقادها (رقيق كننده‌هاي خون نظير وارفارين ، آنتي‌بيوتيك‌ها (سفالوسپورين هال ، داروهاي ضدسرطان (متوتركسات پليكامايسين ، سيكلوسپورين ليتيوم پروبنسيد (يك داروي نقرس ، تريامترن (يك داروي مدر)، و والپروئيك اسيد يا ديوالپروئكس مصرف سه قوطي يا بيشتر مشروبات الكلي در روزابتلا به يا سابقه پوليپ‌هاي بيني مرتبط با آسپيرين زخم يا التهاب در دستگاه گوارش پرفشاري خون هموفيلي يا ديگر مشكلات خونريزي‌دهنده نارسايي مغز استخوان زخم‌هاي دهاني يا بيماري‌هاي كبدي يا كليوي هنگام مصرف ديكلوفناك توصيه مي‌شود برچسب روي دارو را مطالعه كرده از دستوراتش پيروي كنيد. برچسب ساير داروهاي مجاز بدون نسخه را بخوانيد تا مطمئن شويد حاوي داروهاي ضدالتهابي غير استروئيدي (مثل آسپرين يا ايبوپروفن يا داروهايي كه با ديكلوفناك تداخل ايجاد مي‌كنند نباشد. به طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد. پيش از انجام هرگونه عمل جراحي يا كارهاي دندانپزشكي ديگر پزشكان را از اينكه ديكلوفناك مصرف مي‌كنيد مطلع سازيد. در صورت بروز خشكي دهان از آدامس‌ها و آب نبات‌هاي بدون قند و نوشيدن آب براي كاهش آن استفاده كنيد.اگر حساسيت به نور داريد از آفتاب ساعت 10 صبح تا 3 بعد از ظهر اجتناب كنيد و مناطق در معرض نور آفتاب را با كرم‌هاي ضد آفتاب با قدرت محافظتي حداقل (SPF 15) بپوشانيد. ديكلوفناك را دور از دسترس كودكان دور از گرما، نور مستقيم يا حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط ديكلوفناك فاسد مي‌شود) ديكلوفناك تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف ديكلوفناك نبايدمشروبات الكلي بنوشيد. زيرا احتمال آسيب به معده بيشتر خواهد شد. تا مشخص‌شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگي يا در فعاليت‌هاي خطرناك شركت كنيد. اين دارو در برخي از افراد موجب گيجي سرگيجه يا خواب‌آلودگي مي‌شود.

در مورد اين دارو ديگوكسين براي افزايش قدرت قلب به عنوان تلمبه تجويز مي‌شود. اين دارو با بهبود تعداد ضربان قلب و ضرباهنگ آن چنين تأثير مي‌گذارد. در نتيجه گردش خون بهبود يافته و علايم ناشي از وضعيت بد كاركرد قلب مثل تنگي نفس و تورم دست‌ها و پاها كاهش مي‌يابد.چگونگي مصرف ديگوكسين معمولاً روزي يك بار تجويز مي‌شود. مهم است كه دارو هر روز در ساعت يكساني مصرف شود. معمولاً بهتر است كه صبح‌ها ناشتا خورده شود تا كمتر فراموش شود. البته اگر عادت داريد براي صبحانه غلات برشته بخوريد، مراقب باشيد ديگوكسين را حداقل يك ساعت قبل يا 2 ساعت بعد از صبحانه مصرف كنيد. (سبوس موجود در اين غلات به ديگوكسين متصل شده از جذب آن جلوگيري مي‌كند). هر روز پيش از مصرف ديگوكسين نبضتان را به يك دقيقه بشماريد. اگر اين كار را بلد نيستيد از يك پزشك يا پرستار بخواهيد آن را براي شما بياموزد. اگر نبضتان 60 دقيقه يا كمتر بود، پيش از مصرف داروي آن روز، با پزشكتان مشورت كنيد، اگر ديگوكسين مايع مصرف مي‌كنيد فقط از قطره چكان مخصوصي كه در جعبه دارو موجود است براي اندازه‌گيري مقدار موردنظر استفاده كنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، اگر ظرف 4 ساعت به ياد آوريد مصرفش كنيد. در غيراينصورت نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان باز گرديد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد. اگر به هر دليل دارو را براي دو يا چند نوبت متوالي مصرف نكرده‌ايد پيش از آغاز مجدد دارو با پزشكان مشورت كنيد. هشدارها و عوارض جانبي درصورت بروز هريك از نشانه‌هاي زير مصرف ديگوكسين را قطع كرده و با پزشكتان تماس بگيريد: بي اشتهايي اسهال تهوع استفراغ گيجي تاري ديد (مشاهده يك هاله زرد متمايل به سبز اطراف چراغ‌ها)، تورم دست‌ها و پاها، تنگي نفس افزايش وزن ناگهاني 1/5 كيلوگرم در 24 ساعت ، تپش قلب (احساس تكان خوردن شديد قلب در قفسه سينه ، يا نبض زير 60 در دقيقه موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف ديگوكسين پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به ديگوكسين باداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر؛ به ويژه ديگر داروهاي ديجيتاليس يا داروهاي قلبي ديگر. (آميودارون مسدودكننده‌هاي كانال كلسيمي پروپافنون كينيدين ؛ داروهاي پرفشاري خون ؛ مهاركننده‌هاي اشتها (قرص‌هاي كاهش وزن آمفتامين‌ها)؛ داروهاي آسم سرفه سرماخوردگي و سينوزيت داروهاي كاهش كلسترول خون (كلستيرامين كلستيپول ؛

داروهاي مدر و داروهايي كه موجب دفع پتاسيم از بدن مي‌شوند؛ و داروهاي حاوي پتاسيم سابقه يا ابتلا به بيماري‌هاي كليوي هنگام مصرف ديگوكسين توصيه مي‌شود به طور مستقيم به پزشكان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد. يك برگه شناسايي پزشكي همراه داشته باشيد كه نشان دهد ديگوكسين مصرف مي‌كنيد. ديگوكسين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط ديگوكسين فاسد مي‌شود). ديگوكسين تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. قرص‌هاي 25% ميلي‌گرم ديگوكسين كوچك و سفيد بوده شبيه برخي قرص‌هاي مدر مي‌باشند. مراقب باشيد آنها را با هم اشتباه نكنديگوكسين DIGOXIN
در مورد اين دارو ديگوكسين براي افزايش قدرت قلب به عنوان تلمبه تجويز مي‌شود. اين دارو با بهبود تعداد ضربان قلب و ضرباهنگ آن چنين تأثير مي‌گذارد. در نتيجه گردش خون بهبود يافته و علايم ناشي از وضعيت بد كاركرد قلب مثل تنگي نفس و تورم دست‌ها و پاها كاهش مي‌يابد.چگونگي مصرف ديگوكسين معمولاً روزي يك بار تجويز مي‌شود. مهم است كه دارو هر روز در ساعت يكساني مصرف شود. معمولاً بهتر است كه صبح‌ها ناشتا خورده شود تا كمتر فراموش شود. البته اگر عادت داريد براي صبحانه غلات برشته بخوريد، مراقب باشيد ديگوكسين را حداقل يك ساعت قبل يا 2 ساعت بعد از صبحانه مصرف كنيد. (سبوس موجود در اين غلات به ديگوكسين متصل شده از جذب آن جلوگيري مي‌كند). هر روز پيش از مصرف ديگوكسين نبضتان را به يك دقيقه بشماريد. اگر اين كار را بلد نيستيد از يك پزشك يا پرستار بخواهيد آن را براي شما بياموزد. اگر نبضتان 60 دقيقه يا كمتر بود، پيش از مصرف داروي آن روز، با پزشكتان مشورت كنيد، اگر ديگوكسين مايع مصرف مي‌كنيد فقط از قطره چكان مخصوصي كه در جعبه دارو موجود است براي اندازه‌گيري مقدار موردنظر استفاده كنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، اگر ظرف 4 ساعت به ياد آوريد مصرفش كنيد. در غيراينصورت نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان باز گرديد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد. اگر به هر دليل دارو را براي دو يا چند نوبت متوالي مصرف نكرده‌ايد پيش از آغاز مجدد دارو با پزشكان مشورت كنيد. هشدارها و عوارض جانبي درصورت بروز هريك از نشانه‌هاي زير مصرف ديگوكسين را قطع كرده و با پزشكتان تماس بگيريد: بي اشتهايي اسهال تهوع استفراغ گيجي تاري ديد (مشاهده يك هاله زرد متمايل به سبز اطراف چراغ‌ها)، تورم دست‌ها و پاها، تنگي نفس افزايش وزن ناگهاني 1/5 كيلوگرم در 24 ساعت ، تپش قلب (احساس تكان خوردن شديد قلب در قفسه سينه ، يا نبض زير 60 در

دقيقه موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف ديگوكسين پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به ديگوكسين باداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر؛ به ويژه ديگر داروهاي ديجيتاليس يا داروهاي قلبي ديگر. (آميودارون مسدودكننده‌هاي كانال كلسيمي پروپافنون كينيدين ؛ داروهاي پرفشاري خون ؛ مهاركننده‌هاي اشتها (قرص‌هاي كاهش وزن آمفتامين‌ها)؛ داروهاي آسم سرفه سرماخوردگي و سينوزيت داروهاي كاهش كلسترول خون (كلستيرامين كلستيپول ؛ داروهاي مدر و داروهايي كه موجب دفع پتاسيم از بدن مي‌شوند؛ و داروهاي حاوي پتاسيم سابقه يا ابتلا به بيماري‌هاي كليوي هنگام مصرف ديگوكسين توصيه مي‌شود به طور مستقيم به پزشكان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد. يك برگه شناسايي پزشكي همراه داشته باشيد كه نشان دهد ديگوكسين مصرف مي‌كنيد. ديگوكسين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط ديگوكسين فاسد مي‌شود). ديگوكسين تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. قرص‌هاي 25% ميلي‌گرم ديگوكسين كوچك و سفيد بوده شبيه برخي قرص‌هاي مدر مي‌باشند. مراقب باشيد آنها را با هم اشتباه نكنيد. بهتر است هيچگاه قرص‌هاي مختلف را داخل يك ظرف مخلوط نكنيد.هنگام مصرف ديگوكسين نبايدشكل دارو، مثلاً قرص و كپسول را تغيير دهيد. زيرا اگرچه تعداد دارو يكسان باشد، اشكال مختلف دارويي به مقادير متفاوتي جذب مي‌شوند. اگر در حال مصرف يك داروي مدر دفع كننده پتاسيم از بدن هستيد، مكمل پتاسيم خود را حذف كنيد. اگر بدنتان پتاسيم كافي نداشته باشد، ممكن است مسموميت با ديگوكسين رخ دهد. اگر نمي‌توانيد مكمل پتاسيمي مصرف كنيد از پزشكان بخواهيد نوع ديگري از دارو را به شما تجويز كند.

يد. بهتر است هيچگاه قرص‌هاي مختلف را داخل يك ظرف مخلوط نكنيد.هنگام مصرف ديگوكسين نبايدشكل دارو، مثلاً قرص و كپسول را تغيير دهيد. زيرا اگرچه تعداد دارو يكسان باشد، اشكال مختلف دارويي به مقادير متفاوتي جذب مي‌شوند. اگر در حال مصرف يك داروي مدر دفع كننده پتاسيم از بدن هستيد، مكمل پتاسيم خود را حذف كنيد. اگر بدنتان پتاسيم كافي نداشته باشد، ممكن است مسموميت با ديگوكسين رخ دهد. اگر نمي‌توانيد مكمل پتاسيمي مصرف كنيد از پزشكان بخواهيد نوع ديگري از دارو را به شما تجويز كند.

در مورد اين دارو ديلتيازم در موارد بسياري تجويز مي‌شود، مثل كاهش فشارخون در پرفشاري خون تسكين درد قلبي در قفسه سينه (آنژين صدري ؛ و ضربان قلب نامنظم و لرزش دست پزشكان ممكن است در شرايط ديگري نيز ديلتيازم تجويز كنند. اين دارو از طريق مسدودكردن ورود كلسيم به داخل سلول‌ها عمل مي‌كند؛ به همين علت آن را يك داروي مسدود كننده كانال كلسيمي مي‌نامند. اين خاصيت مسدودكنندگي باعث مي‌شود تا مقدار كلسيم در سلول‌هاي قلبي و رگ‌هاي خوني كاهش مي‌يابد، كه موجب كاهش ضربان قلب و گشادي عروق (رگ‌ها) مي‌شود. بنابراين فشار خون پايين آيد، جريان خون افزايش مي‌يابد، و بار كاري قلب كاهش پيدا مي‌كند. چگونگي مصرف مقادير متفاوتي از ديلتيازم براي موارد گوناگون تجويز مي‌شود. مهم است كه دارويتان را هر روز در ساعت يكساني مصرف كنيد. شكل‌هاي طولاني اثر ديلتيازم روزي يك بار مصرف مي‌شود. و بهتر است صبح ناشتا خورده شود تا فراموش نشود. در مواردي كه روزي چند نوبت ديلتيازم تجويز مي‌شود، بايد سعي كنيد كه مطمئن شويد همه نوبت‌ها را بخوريد. ديلتيازم را مي‌توان با يا بدون غذا مصرف كرد. هر روز پيش از مصرف ديلتيازم نبضتان را براي يك دقيقه بگيريد. اگر بلد نيستيد از يك پرستار يا پزشك بخواهيد روش آن را به شما بياموزد. اگر نبضتان 50 در دقيقه يا كمتر بود، قبل از مصرف دوز بعدي ديلتيازم با پزشكتان مشورت كنيد. هيچگاه بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجرديكه به ياد آورديد، مصرفش كنيد.در مواردي كه دارو را روزي يك بار مصرف مي‌كنيد اگر كمتر از 8 ساعت تا نوبت بعدي مصرف دارو مانده بود، نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. اگر ديلتيازم را روزي چند بار مصرف مي‌كنيد، اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده‌است نوبت فراموش شده را حذف كنيد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد و پيش از هماهنگي و مشورت با پزشكتان مصرف دارو را قطع نكنيد. براي قطع اين دارو مقدار داروي مصرفي بايد به تدريج كاهش داده شود. در اكثر مواردي كه ديلتيازم تجويز مي‌شود براي مهار بيماري است نه درمان آن بنابراين ممكن است مجبور باشيد كه آن را در سال‌ها يا حتي پايان عمر مصرف كنيد، حتي اگر احساس بهبودي مي‌كنيد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از نشانه‌هاي نادر ولي جدي زير مصرف ديلتيازم را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: درد قفسه سينه مشكل در تنفس تنگي نفس يا خس‌خس سينه ضربان قلب

زير 50 در دقيقه سرگيجه يا سياهي رفتن چشم پس از برخاستن از حالت خوابيده يا نشسته تورم دست‌ها و پاها يا افزايش وزن ناگهاني (1/5 كيلو در 48-24 ساعت ؛ التهاب لثه‌ها؛ لرزش دست و انگشتان دست سفتي عضلات بازو و ران مشكل در صحبت كردن يا بلعيدن از دست دادن تعادل بثورات جلدي افت قواي ذهني تپش قلب (احساس حركت سريع قلب در قفسه سينه . علايم زير ممكن است تا تنظيم شدن بدنتان با دارو مشاهده شوند: سردرد، خواب آلودگي خستگي خشكي دهان برافروختگي و احساس گرمي تهوع يا يبوست يا اسهال اگر اين علايم ادامه يافتند يا مشكل‌ساز شدند، موضوع را با پزشكان درميان بگذريد. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف‌ديلتيازم پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به ديلتيازم يا ديگر داروهاي مسدودكننده كانال كلسيم بارداري يا شيردهي‌مصرف داروهاي ديگر، به ويژه كاربامازپين سيكلوسپورين استروئيدها، يا ديگر داروهاي پرفشاري خون (مسدودكننده‌هاي بتا، كينيدين ديجوكسين ديسوپيراميد، فلكاينيد، يا پروكايناميدسابقه يا ابتلا به حساسيت فشارخون پايين حمله قلبي يا بيماري كليوي يا كبدي هنگام مصرف ديلتيازم توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد.در مورد يك سطح فعاليت بدني بي‌خطر با پزشكتان مشورت كنيد. ديلتيازم ممكن است درد قلبي را كاهش دهد يا آن را كاملاً رفع كند و شما درنتيجه بيشتر از مقدار قابل قبول فعاليت بدني انجام دهيد. وزنتان را نسبت به قد و استخوان‌بندي‌تان در محدوده مناسب نگاه داريد. در صورت نياز از پزشكتان بخواهيد دركاهش وزن به شما كمك كند. اگر سيگاري هستيد، سيگار را ترك كنيد. از پزشكتان بخواهيد شما را به يك مشاور يا گروه ترك سيگار معرفي كند. به آرامي از حالت خوابيده به نشسته يا ايستاده و يا از حالت نشسته به ايستاده تغيير وضعيت دهيد تا دچار سرگيجه و سياهي رفتن چشم نشويد. براي جلوگيري از مشكلات دنداني و لثه‌اي ناشي از اين دارو بهداشت دهان خود را با مسواك زدن استفاده از نخ دندان و مراجعه منظم به دندانپزشك حفظ كنيد. قرص‌هاي طولاني رهش را درسته بخوريد، از جويدن خردكردن يا شكستن آن‌ها خودداري كنيد. اگر در بلعيدن قرص‌هاي معمولي ديلتيازم مشكل داريد آنها را خرد كرده با يك قاشق مربا مخلوط كرده مصرف كنيد. داروي كافي براي روزهاي تعطيل در دسترس داشته باشيد. يك برگه شناسايي پزشكي كه نشان دهد ديلتيازم مصرف مي‌كنيد همراه داشته باشيد. از آنجاييكه اين دارو مي‌تواند روي نتايج برخي آزمون‌هاي آزمايشگاهي اثر بگذارد، ساير پزشكان را از اينكه ديلتيازم مصرف مي‌كنيد، مطلع سازيد. ديلتيازم را از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط ديلتيازم

فاسد مي‌شود). ديلتيازم تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف‌ديلتيازم نبايد تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگي كنيد يا با وسايل خطرناكي كه كار با آنها نياز به هوشياري كامل دارد كاركنيد. اگر خواب آلودگي يا سرگيجه مشكل‌ساز شد با پزشكتان مشورت كنيد.داروي ديگري (به ويژه محرك‌هاي بدون نياز به نسخه و داروهاي سرفه يا سرماخوردگي را بدون هماهنگي قبلي با پزشكتان مصرف كنيد. بدون مشورت با پزشكتان شكل دارو را تغيير دهيد. اشكال مختلف ديلتيازم به صورت‌هاي متفاوتي تجويز مي‌شوند.

در مورد اين داورانيتيدين براي مهار ترشح اسيد معده براي پيشگيري و درمان رخم‌هاي معده و دوازدهه و نيز بيماري پس‌زنش معده ـ مري تجويز مي‌شود. چگونگي مصرف رانيتيدين معمولاً روزي يك يا دو نوبت تجويز مي‌شود. مقدار تجويزي بسته به شكل‌هاي دارويي (كه قدرت‌هاي متفاوتي دارند) و علت مصرف فرق مي‌كند. هيچگاه بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه به ياد آورديد مصرفش كنيد. اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده بود، نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه منظم دارويي‌تان بازگرديد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد. درمان با رانيتيدين معمولاً 8 هفته ادامه مي‌يابد، اگرچه علايم ممكن است پس از يكي دو هفته كاملاً رفع شوند. حتي در صورت احساس بهبودي مصرف دارو را ادامه دهيد. در اولين يا دومين هفته اگر هنوز درد داشتيد مي‌توانيد از آنتي‌اسيد استفاده كنيد مشروط بر اينكه نوبت مصرف رانيتيدين و آنتي‌اسيد بيش از يك ساعت فاصله داشته باشد. اگر درد شما برگشت پزشكتان را مطلع سازيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم زير رانيتيدين را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: بثورات جلدي خس خس سينه تنگي نفس احساس فشار در قفسه سينه گيجي ضربان قلب تند يا كند، گلودرد، كبودي يا خونريزي غيرعادي علايم زير ممكن است رخ دهند ولي فقط در صورت ايجاد مشكل بايد گزارش شوند: يبوست اسهال سرگيجه خواب‌آلودگي تهوع يا استفراغ كاهش ميل جنسي يا تورم پستان‌ها. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف رانيتيدين ، پزشكتان را مطلع سازيد:حساسيت به سايمتيدين رانيتيدين فاموتيدين يا نيزاتيدين بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه كتوكونازول (يك داروي ضدقارچ ، داروهاي ضد ديابتي خوراكي داروهاي ضد انعقاد، داروهاي قلبي يا پرفشاري خون (نيفديپين متوپرولول پروكانيامید) فني‌توئين (يك داروي ضد صرع ، يا الكل سابقه يا ابتلا به بيماري‌هاي كبدي يا كليوي هنگام مصرف رانيتيدين توصيه مي‌شودبه طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بتواند بهبودتان را زير نظر داشته باشد. از پزشكتان در مورد خوراكي‌هاي كه بايد در برنامه غذايي‌تان محدود شود راهنمايي بخواهيد. مثلاً نوشابه‌هاي گازدار، قهوه آسپيرين و محصولات تهيه شده از مركبات ممكن است براي معده شما مضر باشند. رانيتيدين ممكن است با آزمون‌هاي پوستي يا آزمون‌هاي اندازه‌گيري اسيدمعده تداخل ايجاد كند. در اين موررانيتيدينRANITIDINE

در مورد اين داورانيتيدين براي مهار ترشح اسيد معده براي پيشگيري و درمان رخم‌هاي معده و دوازدهه و نيز بيماري پس‌زنش معده ـ مري تجويز مي‌شود. چگونگي مصرف رانيتيدين معمولاً روزي يك يا دو نوبت تجويز مي‌شود. مقدار تجويزي بسته به شكل‌هاي دارويي (كه قدرت‌هاي متفاوتي دارند) و علت مصرف فرق مي‌كند. هيچگاه بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه به ياد آورديد مصرفش كنيد. اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده بود، نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه منظم دارويي‌تان بازگرديد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد. درمان با رانيتيدين معمولاً 8 هفته ادامه مي‌يابد، اگرچه علايم ممكن است پس از يكي دو هفته كاملاً رفع شوند. حتي در صورت احساس بهبودي مصرف دارو را ادامه دهيد. در اولين يا دومين هفته اگر هنوز درد داشتيد مي‌توانيد از آنتي‌اسيد استفاده كنيد مشروط بر اينكه نوبت مصرف رانيتيدين و آنتي‌اسيد بيش از يك ساعت فاصله داشته باشد. اگر درد شما برگشت پزشكتان را مطلع سازيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم زير رانيتيدين را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: بثورات جلدي خس خس سينه تنگي نفس احساس فشار در قفسه سينه گيجي ضربان قلب تند يا كند، گلودرد، كبودي يا خونريزي غيرعادي علايم زير ممكن است رخ دهند ولي فقط در صورت ايجاد مشكل بايد گزارش شوند: يبوست اسهال سرگيجه خواب‌آلودگي تهوع يا استفراغ كاهش ميل جنسي يا تورم پستان‌ها. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف رانيتيدين ، پزشكتان را مطلع سازيد:حساسيت به سايمتيدين رانيتيدين فاموتيدين يا نيزاتيدين بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه كتوكونازول (يك داروي ضدقارچ ، داروهاي ضد ديابتي خوراكي داروهاي ضد انعقاد، داروهاي قلبي يا پرفشاري خون (نيفديپين متوپرولول پروكانيامايد) فني‌توئين (يك داروي ضد صرع ، يا الكل سابقه يا ابتلا به بيماري‌هاي كبدي يا كليوي هنگام مصرف رانيتيدين توصيه مي‌شودبه طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بتواند بهبودتان را زير نظر داشته باشد. از پزشكتان در مورد خوراكي‌هاي كه بايد در برنامه غذايي‌تان محدود شود راهنمايي بخواهيد. مثلاً نوشابه‌هاي گازدار، قهوه آسپيرين و محصولات تهيه شده از مركبات ممكن است براي معده شما مضر باشند. رانيتيدين ممكن است با آزمون‌هاي پوستي يا آزمون‌هاي اندازه‌گيري اسيدمعده تداخل ايجاد كند. در اين مورد با پزشكتان مشورت كنيد. رانيتيدين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگه داريد (در اين شرايط رانيتيدين فاسد مي‌شود).رانيتيدين تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت بريزيد. هنگام مصرف رانيتيدين نبايد

الكل بنوشيد. سيگار بكشيد. سيگار تأثير اين دارو را كاهش مي‌دهد. سيگار را ترك كنيد يا حداقل بعد از آخرين نوبت مصرف رانيتيدين تا پايان روز سيگار نكشيد.
د با پزشكتان مشورت كنيد. رانيتيدين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگه داريد (در اين شرايط رانيتيدين فاسد مي‌شود).رانيتيدين تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت بريزيد. هنگام مصرف رانيتيدين نبايد الكل بنوشيد. سيگار بكشيد. سيگار تأثير اين دارو را كاهش مي‌دهد. سيگار را ترك كنيد يا حداقل بعد از آخرين نوبت مصرف رانيتيدين تا پايان روز سيگار نكشيد.

در مورد اين دارو سايمتيدين براي مهار ترشح اسيد معده براي پيشگيري و درمان زخم‌هاي معده و دوازدهه و نيز بيماري وازنش معده ـ مروي تجويز مي‌شود. چگونگي مصرف سايمتيدين معمولاً در 4 نوبت (با هر وعده غذا و قبل از خواب ؛ گاهي در دو نوبت (صبح و قبل از خواب ؛ يا يك نوبت (قبل از خواب تجويز مي‌شود. مقدار تجوزي دارو بسته به قدرت دارو و علت تجويز سايمتيدين فرق مي‌كند. هيچگاه بيشتر از مقداري كه برايتان تجويز شده مصرف نكنيد. از دستوارت پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه آن را به ياد آورديد مصرفش كنيد. اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده بود، نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه منظم دارويي‌تان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. درمان با سايمتيدين معمولاً 8 هفته ادامه مي‌يابد، اگرچه علايم ممكن است پس از يكي دو هفته كاملاً رفع شوند. حتي در صورت احساس بهبودي مصرف دارو را ادامه دهيد. در اولين يا دومين هفته اگر هنوز درد داشتيد مي‌توانيد از آنتي‌اسيد استفاده كنيد مشروط بر اينكه نوبت مصرف سايمتيدين و آنتي‌اسيد بيش از يك ساعت فاصله داشته باشد. اگر درد شما برگشت پزشكتان را مطلع سازيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير، سايمتيدين را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: بثورات جلدي خس‌خس سينه تنگي نفس احساس فشار در قفسه سينه گيجي ضربان قلب تند يا كند، گلودرد، كبودي يا خونريزي غيرعادي علايم زير ممكن است رخ دهند ولي فقط در صورت ايجاد مشكل بايد گزارش شوند: يبوست اسهال سرگيجه خواب‌آلودگي تهوع يا استفراغ سردرد، درد مفصلي يا ماهيچه‌اي ريزش مو، كاهش ميل جنسي يا تورم پستان‌ها. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف سايمتيدين پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به سايمتيدين رانيتيدين فاموتيدين يا نيزاتيدين بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه كتوكونازول (يك داروي ضدقارچ ، داروهاي قلبي يا پرفشاري خون (نيفديپين ، متوپرولول پروكايناميد، فني‌توئين (يك داروي ضدتشنج ، ضدافسردگي‌هاي سه‌حلقه‌اي يا الكل سابقه يا ابتلا به بيماري كبدي يا كليوي هنگام مصرف سايمتيدين توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بتواند بهبودتان را زير نظر داشته باشد. از پزشكتان در مورد خوراكي‌هايي كه بايد در برنامه غذايي‌تان محدود شود راهنمايي بخواهيد. مثلاً نوشابه‌هاي گازدار، قهوه آسپيرين و محصولات تهيه شده از مركبات ممكن است براي معده شما مضر باشند.آنتي‌اسيدها را 1 ساعت قبل يا بعد از مصرف سايمتيدين

مصرف کنید.سایمتیدین ممکن است با آزمون‌هاي پوستي یا آزمون‌هاي اندازه‌گیري اسید معده تداخل ایجاد کند. در این مورد با پزشکتان مشورت کنید. سایمتیدین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط سایمتیدین فاسد مي‌شود).سایمتیدین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف سایمتیدین نبایدالکل بنوشید. سیگار بکشید. سیگار تأثیر این دارو را کاهش مي‌دهد. سیگار را ترك کنید یا حداقل بعد از آخرین نوبت مصرف سایمتیدین تا پایان روز سیگار نکشید.

SERTRALINE

در مورد اين دارو سرترالين يك داروي ضد افسردگي است اين دارو براي كاهش علايم افسردگي نظير تغييرات اشتها، تغيير در الگوي خواب تشويش و اضطراب از دست‌دادن كشش و تمايل به فعاليت‌هاي روزمره كاهش ميل جنسي تفكر كُند يا اختلال يا تمركز، يا افكار خودكشي يا اقدام به آن تجويز مي‌شود. سرترالين يك مهاركننده بازجذب سروتونين است چگونگي مصرف سرترالين روزي يك نوبت مصرف مي‌شود. اين دارو را مي‌توان صبح قبل از هر كاري (تا فراموش نشود) يا شب پيش از خوابيدن مصرف نمود. هيچ‌گاه كمتر يا بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. براي جلوگيري از ناراحت شدن معده مي‌توانيد دارو را با غذا بخوريد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، اگر حداكثر تا يك ساعت بعد به ياد آورديد مصرفش كنيد؛ در غير اين صورت نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان باز گرديد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم نادر ولي جدي زير، مصرف سرترالين را قطع كرده با پزشك تماس بگيريد: تب بثورات جلدي كهير يا خارش يا احساس خارج از كنترل بودن علايم زير ممكن است رخ دهند ولي فقط اگر مشكل‌ساز شوند نياز است با پزشكتان درميان گذاشته شوند: كاهش اشتها يا كاهش وزن اضطراب تشويش بي‌قراري خواب‌آلودگي خشكي‌دهان تهوع اسهال يا يبوست ضربان قلب تند يا نامنظم مشكل در خواب رفتن كاهش ميل يا توانايي جنسي احساس گرما يا حرارت برافروختگي يا قرمزي پوست افزايش اشتها؛ دل‌پيچه يا نفخ سردرد، يا تغييرات بينايي از جمله تاري ديد.موارد احتياطدر صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف سرترالين پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به سرترالين يا ديگر مهاركننده‌هاي بازجذب سروتونين بارداري يا شيردهي‌مصرف داروهاي ديگر، به‌ويژه ضد انعقادهاي خوراكي (وارفارين ، الكل مسكن‌هاي تجويز شده توسط پزشك آرامبخش‌ها، داروهاي ضد افسردگي شل‌كننده‌هاي عضلاني داروهاي ضد تشنج يا مهاركننده‌هاي مونوآمين اكسيداز نظير فورازوليدون ايزوكربوكسازيد، فنلزين پروكاربازين سلژيلين يا ترانيل سيپرومين مصرف سرترالين در حالي كه همزمان مهاركننده‌هاي مونوآمين اكسيداز مصرف مي‌كنيد يا كمتر از 2 هفته است كه مصرف چنين داروهايي را قطع كرده‌ايد، ممكن است موجب گيجي افزايش ناگهاني دماي بدن افزايش شديد فشارخون و بروز تشنج شود. سابقه يا ابتلا به بيماري‌هاي كليوي يا دچار سوءمصرف موادمخدر. هنگام مصرف سرترالين توصيه مي‌شود به‌طور منظم به

پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زيرنظر داشته باشد. ممكن است تا 4 هفته طول بكشد تا اثر دارو ظاهر شود و به حداكثر برسد؛ ممكن است بخواهيد در طي اين مدت پزشكتان را ملاقات كنيد. به نظر برخي پزشكان مصرف اين دارو افكار خودكشي را افزايش مي‌دهد. در مورد هرگونه اقدامات احتياطي لازم با پزشكتان مشورت كنيد. تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به اين دارو، هنگام رانندگي يا كار با وسايل خطرناك احتياط كنيد. اين دارو در برخي افراد موجب خواب‌آلودگي و كاهش سطح هوشياري مي‌شود. براي تسكين خشكي دهان از آدامس يا آب‌نبات‌هاي بدون قند استفاده كنيد يا چند جرعه آب بنوشيد. اگر اين مشكل بيش از 2 هفته ادامه پيدا كرد با پزشكتان مشورت كنيد. از حالت خوابيده به نشسته يا ايستاده و نشسته به ايستاده به آرامي تغيير وضعيت دهيد؛ در غير اين صورت ممكن است دچار سرگيجه و سياهي رفتن چشم شويد. يك برگه شناسايي پزشكي كه نشان دهد سرترالين مصرف مي‌كنيد، همراه داشته باشيد. سرترالين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط سرترالين فاسد مي‌شود). سرترالين تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد.هنگام مصرف سرترالين نبايدنوشابه‌هاي الكلي بنوشيد يا داروهاي آرامبخش استفاده كنيد؛ زيرا اينها خواب‌آلودگي و سرگيجه‌اي را كه ممكن است در اثر سرترالين ايجاد شود، تشديد خواهند كرد.

در مورد اين داروسفادروكسيل يك آنتي‌بيوتيك سفالوسپوريني است اين آنتي‌بيوتيك‌ها در درمان طيف وسيعي از بيماري‌هاي عفوني نظير عفونت‌هاي تنفسي عفونت گوش مياني عفونت پوست و بافت نرم عفونت‌هاي استخواني يا مفصلي و عفونت‌هاي ادراري تناسلي مؤثرند. اين آنتي‌بيوتيك‌ها همچنين براي پيشگيري از عفونت در افرادي كه تحت عمل جراحي قرار گرفته‌اند و در افرادي كه به هر دليل مستعد عفونت هستند استفاده مي‌شوند. چگونگي مصرف سفادروكسيل را مي‌توان با شكم خالي مصرف كرد. يا مي‌توان براي جلوگيري از دل بهم خوردگي آن را با غذا خورد. بهتر است دارو در نوبت‌هاي با فواصل يكسان در طي شبانه‌روز مصرف شود تا سطح دارو در خون ثابت باقي بماند. مثلاً اگر قرار است دوبار در روز مصرف شود، هر 12 ساعت (مثلاً 8 صبح و 8 شب . اگر اين با فعاليت‌هاي كاري و خواب شما تداخل ايجاد كند، در تعيين يك برنامه مناسب دارويي از پزشكان كمك بخواهيد مهم است كه دارو سر وقت و به‌طور كامل مصرف شود. حتي اگر احساس بهبودي كنيد: اگر پيش از اتمام دارويتان آن را قطع كنيد ممكن است علايم آن مجدداً عود كند. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه به ياد آورديد مصرف كنيد. البته اگر تقريباً به موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه منظم دارويي‌تان برگرديد. مقدار دارو را دوبرابر كنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير با پزشكتان تماس بگيريد: كبودي يا خونريزي غيرعادي درد مفاصل اسهال درد شكمي تهوع و استفراغ زخم‌هاي دهاني يا زباني خارش يا ترشح واژن يا پلاك‌هاي سفيد در دهان يا روي زبان يك واكنش حساسيتي نادر به (سفادروكسيل آنافيلاكسي است كه به مراقبت پزشكي فوري نياز دارد. از آنجا كه آنافيلاكسي به سرعت پيشرفت مي‌كند در صورت بروز تورم لب‌ها و دور چشم بثورات جلدي كهير، يا تورم پوستي تب غش ناگهاني ضربان قلب تند، يا خس‌خس سينه يا مشكل تنفسي بلافاصله مصرف آنتي‌بيوتيك را قطع كرده با يك مركز خدمات اورژانس پزشكي تماس بگيريد. موارد احتياطدر صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف سفادروكسيل پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به هر نوع ماده غذايي نگهدارنده‌ها، رنگ‌هاي خوراكي يا داروهاي ديگر، به ويژه آنتي‌بيوتيك‌ها (پني‌سيلين‌ها يا سفالوسپورين‌ها).بارداري يا شيردهي مصرف مشروبات الكلي در حال مصرف داروهاي ديگر، به ويژه داروهاي ضدالتهابي غيراستروييدي (مثل ايبوپروفن آسپيرين ضدانعقادها (رقيق‌كننده‌هاي خون نظير وارفارين

پروبنسيد (يك داروي درمان نقرس .
سابقه يا ابتلا به مشكلات خونريزي‌دهنده (نظير زخم معده همو فيلي كمبود پلاكتي كوليت (التهاب روده بزرگ يا بيماري‌هاي كليوي و كبدي هنگام مصرف سفادروكسيل توصيه مي‌شود حتي در صورت احساس بهبودي داروي تجويز شده را تا آخر مصرف كنيد تا عفونت بدنتان درمان شده و از عود بيماري جلوگيري شود. سفادروكسيل را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگه داريد. (در اين شرايط سفادروكسيل فاسد مي‌شود). بعد از تهيه سوسپانسيون دارو بايد در يخچال نگهداري شود و ظرف 2 هفته استفاده شود. پيش از مصرف شيشه را به خوبي تكان دهيد. از پيمانه داخل جعبه براي اندازه‌گيري مقدار دارو استفاده كنيد. اگر ظرف 3 روز از مصرف دارو احساس بهبودي نداشتيد با پزشكتان مشورت كنيد. هنگام مصرف سفادروكسيل نبايدسفادروكسيل تاريخ مصرف گذشته استفاده كنيد.پيش از اتمام دارو آن را قطع كنيد، مگر طبق دستور پزشك

CEFACLOR

در مورد اين دارو سفاكلور يك آنتي‌بيوتيك شبيه پني‌سيلين است اين دارو در درمان تعداد زيادي از بيماري‌ها از جمله عفونت‌هاي تنفسي عفونت گوش مياني عفونت‌هاي پوست و بافت نرم عفونت‌هاي استخوان يا مفصل و عفونت‌هاي اداري تناسلي مؤثر است اين آنتي‌بيوتيك همچنين براي پيشگيري از عفونت در بيماران پس از عمل جراحي يا افرادي كه به هر دليل مستعد عفونت هستند، استفاده مي‌شود. چگونگي مصرف سفاكلور را مي‌توان با شكم خالي مصرف كرد، يا براي جلوگيري از ناراحتي معده مي‌توان آن را با غذا خورد. بهتر است كه آنتي‌بيوتيك‌تان را در نوبت‌هايي با فواصل مساوي در طي شبانه‌روز مصرف كنيد تا سطح خوني آنتي‌بيوتيك ثابت باشد. براي مثال اگر لازم است روزي 3بار آن را مصرف كنيد، نوبت‌ها بايد هر 8 ساعت باشند (مثلاً 6 صبح 2 بعدازظهر، 10 شب . اگر اين برنامه با برنامه كاري يا خواب شما تداخل دارد، از پزشكتان بخواهيد در تعيين يك برنامه مناسب‌تر به شما كمك كند. مهم است كه دارو حتي در صورت احساس بهبودي به‌طور كامل مصرف شود. اگر پيش از اتمام دارويتان آن را قطع كنيد، ممكن است دچار عود علايم شويد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه به ياد آوريد، مصرف كنيد. البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي منظم‌تان باز گرديد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از نشانه‌هاي زير با پزشكتان تماس بگيريد: خونريزي يا كبودي غيرعادي درد مفصلي كاهش برون‌ده اداري اسهال دردهاي شكمي تهوع و استفراغ زخم‌هاي دهاني يا زباني خارش يا ترشح واژن يا پلاك‌هاي سفيد در دهان يا روزي زبان يك واكنش نادر به سفاكلور آنافيلاكسي است كه به مراقبت پزشكي فوري نياز دارد. از آنجايي كه آنافيلاكسي سريع پيشرفت مي‌كند، در صورت بروز تورم لب‌ها يا دور چشم بثورات جلدي كهير، يا تورم‌هاي پوستي تب غش ناگهاني ضربان قلب تند، يا خس خس سينه يا اشكال در تنفس دارو را قطع كرده با يك مركز خدمات پزشكي اورژانس تماس بگيريد. موارد احتياطدر صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف سفاكلور، پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به هر نوع ماده غذايي نگهدارنده‌ها، رنگ‌هاي خوراكي يا داروهاي ديگر، به ويژه آنتي‌بيوتيك‌ها (پني‌سيلين‌ها يا سفالوسپورين‌ها).بارداري و شيردهي عادت به مصرف مشروبات الكلي در حال مصرف داروهاي ديگر، به ويژه داروهاي ضد التهابي غيراستروئيدي (مثل ايبوپروفن و آسپيرين ، ضد انعقادها (رقيق‌كننده‌هاي خون مثل

وارفارين ، و پروبنسيد (يك داروي نقرس . سابقه يا ابتلا به مشكلات خونريزي دهنده (مثل زخم معده هموفيلي و كمبود پلاكتي ؛ كوليت (التهاب روده بزرگ ؛ يا بيماري‌هاي كليوي يا كبدي هنگام مصرف سفاكلور توصيه مي‌شودحتي در صورت احساس بهبودي داروي تجويز شده را تا آخر مصرف كنيد تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بيماري جلوگيري شود.سفاكلور را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگه داريد (در اين شرايط سفاكلور فاسد مي‌شود). سوسپانسيون بايد پس از تهيه در يخچال نگهداري شود؛ ظرف 14 روز مصرف شود. پيش از مصرف شيشه را به خوبي تكان دهيد. از پيمانه داخل جعبه دارو براي اندازه‌گيري مقدار دارو استفاده كنيد. اگر ظرف 3 روز پس از آغاز درمان با سفاكلور احساس بهبود نداريد با پزشكتان مشورت كنيد. هنگام مصرف سفاكلور نبايد سفاكلور تاريخ مصرف گذشته مصرف كنيد. پيش از اتمام دارو آن را قطع كنيد، مگر به دستور پزشكتان

CEPHALEXIN

در مورد اين دارو سفالكسين يك آنتي‌بيوتيك سفالوسپورين است اين آنتي‌بيوتيك در درمان گروه زيادي از بيماري‌هاي عفوني مثل عفونت‌هاي تنفسي عفونت گوش مياني عفونت پوست و بافت نرم عفونت‌هاي استخواني يا مفصلي و عفونت‌هاي ادراري تناسلي مؤثر مي‌باشد. سفالكسين همچنين در جلوگيري از عفونت در افرادي كه تحت عمل جراحي قرار گرفته‌اند و افراد ديگري كه به هر علت مستعد عفونت مي‌باشند استفاده مي‌شود.چگونگي مصرف سفالكسين را مي‌توان با شكم خالي مصرف كرد، يا مي‌توان براي جلويگري از دل بهم خوردگي آن را با غذا خورد. بهتر است دارو در نوبت‌هايي با فواصل يكسان در طي شبانه‌روز مصرف شود تا سطح دارو در خون ثابت باقي بماند. مثلاً اگر قرار است 4 بار در روز مصرف شود هر 6 ساعت (6 صبح 12 ظهر، 6 عصر، 12 شب . اگر اين برنامه با فعاليت‌هاي كاري و خواب شما تداخل دارد، در تعيين يك برنامه زماني مناسب‌تر از پزشكتان كمك بخواهيد. مهم است كه دارو سر وقت و به‌طور كامل استفاده شود، حتي اگر احساس بهبودي مي‌كنيد. اگر پيش از اتمام دارويتان آن را قطع كنيد ممكن است علايم‌تان مجدداً عود كند. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه به ياد آورديد مصرف كنيد. البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه منظم دارويي‌تان برگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير بلافاصله با پزشكتان تماس بگيريد: كبودي يا خونريزي غيرعادي درد مفاصل اسهال درد شكمي تهوع و استفراغ زخم‌هاي دهاني و زباني خارش و ترشح واژن يا پلاك‌هاي سفيد در دهان يا روي زبان يك واكنش حساسيتي نادر به سفالكسين آنافيلاكسي كه به مراقبت پزشكي فوري نياز دارد. از آنجايي كه آنافيلاكسي با سرعت پيشرفت مي‌كند، در صورت بروز تورم لب‌ها و دور چشم‌ها، بثورات جلدي كهير، تورم‌هاي پوستي تب غش ناگهاني ضربان قلب تند، يا خس‌خس سينه يا مشكل تنفسي بلافاصله مصرف آنتي‌بيوتيك را قطع كرده و با يك مركز خدمات اورژانس پزشكي تماس بگيريد. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف سفالكسين پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به هر نوع ماده غذايي نگهدارنده‌ها، رنگ‌هاي خوراكي يا داروهاي ديگر نظير آنتي‌بيوتيك‌ها يا پني‌سيلين‌ها يا سفالوسپورين‌ها). بارداري يا شيردهي عادت به مصرف مشروب الكلي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه داروهاي ضدالتهابي غيراستروييدي (مثل ايبوپروفن آسپيرين ، ضدانعقادها

(رقيق‌كننده‌هاي خون نظير وارفارين ، پروبنسيد (يك داروي درمان نقرس . ابتلا به مشكلات خونريزي‌دهنده (نظير زخم معده هموفيلي و كمبود پلاكتي ؛ كوليت (التهاب روده بزرگ يا بيماري‌هاي كليوي و كبدي يا سابقه هريك از موارد مذكور. هنگام مصرف سفالكسين توصيه مي‌شود حتي در صورت احساس بهبودي داروي تجويز شده را تا آخر مصرف كنيد تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بيماري جلوگيري شود.سفالكسين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداريد (در اين شرايط سفالكسين فاسد مي‌شود). پس از آماده كردن سوسپانسيون آن را بايد در يخچال نگهداري كنيد؛ سوسپانسيون در يخچال تا 14 روز قابل استفاده است پيش از مصرف شيشه دارو را به خوبي تكان دهيد.از پيمانه داخل جعبه دارو براي اندازه‌گيري مقدار دارو استفاده كنيد. اگر ظرف 3 روز درمان با سفالكسين احساس بهبود نداشته‌ايد با پزشكتان مشورت كنيد. هنگام مصرف سفالكسين نبايد سفالكسين تاريخ مصرف گذشته استفاده كنيد.پيش از اتمام دارو آن را قطع كنيد، مگر به دستور پزشك

CEFUROXIME

در مورد اين داروسفوروكسيم يك آنتي‌بيوتيك سفالوسپوريني است اين آنتي‌بيوتيك در درمان تعداد زيادي از بيماري‌ها، مثل عفونت‌هاي تنفسي عفونت گوش مياني عفونت پوست و بافت نرم سينوزيت و عفونت‌هاي ادراري تناسلي مؤثر است سفوروكسيم همچنين براي جلوگيري از عفونت در بيماراني كه تحت عمل جراحي قرار گرفته‌اند و در افرادي كه به هر علت مستعد عفونت هستند استفاده مي‌شود. چگونگي مصرف قرص‌هاي سفوروكسيم را مي‌توان با شكم خالي مصرف كرد، يا مي‌توان براي جلوگيري از دل بهم خوردگي آن را با غذا خورد. البته سوسپانسيون خوراكي را بهتر است با شكم خالي حداقل 2 ساعت پيش از غذا يا 1 ساعت پس از غذا مصرف كرد. بهتر است دارو در نوبت‌هايي با فواصل يكسان در طي شبانه‌روز مصرف شود تا سطح دارو در خون ثابت باقي بماند. مثلاً اگر قرار است دو بار در روز مصرف شود، هر 12 ساعت (مثلاً 8 صبح و 8 شب . اگر اين برنامه با فعاليت‌هاي كاري و خواب شما تداخل دارد، در تعيين يك برنامه زماني مناسب‌تر از پزشكتان كمك بگيريد. مهم است كه دارو سر وقت و به‌طور كامل استفاده شود، حتي اگر احساس بهبودي مي‌كنيد. اگر پيش از اتمام دارويتان آن را قطع كنيد ممكن است علايم‌تان مجدداً عود كند. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه به ياد آورديد مصرف كنيد. البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه منظم دارويي‌تان برگرديد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير بلافاصله با پزشكتان تماس بگيريد: كبودي يا خونريزي غيرعادي درد مفاصل اسهال درد شكمي تهوع و استفراغ زخم‌هاي دهاني يا زباني خارش يا ترشح واژن يا پلاك‌هاي سفيد در دهان يا روي زبان يك واكنش حساسيتي نادر به سفوروكسيم آنافيلاكسي است كه به مراقبت پزشكي فوري نياز دارد، از آنجا كه آنافيلاكسي به سرعت پيشرفت مي‌كند، در صورت بروز تورم لب‌ها و دور چشم‌ها، بثورات جلدي كهير، تورم پوستي تب غش ناگهاني ضربان قلب تند، يا خس‌خس سينه يا مشكل تنفسي بلافاصله مصرف آنتي‌بيوتيك را قطع كرده و با يك مركز خدمات اورژانس پزشكي تماس بگيريد. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف سفوروكسيم پزشكتان را مطلع سازيد:حساسيت به هر نوع ماده غذايي نگهدارنده‌ها، رنگ‌هاي خوراكي يا داروهاي ديگر به ويژه آنتي‌بيوتيك‌ها (پني‌سيلين‌ها يا سفالوسپورين‌ها). بارداري يا شيردهي مصرف مشروبات الكلي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه داروهاي

ضدالتهابي غيراستروييدي (مثل ايبوپروفن و آسپيرين ضدانعقادها (رقيق‌كننده‌هاي خون نظير وارفارين ، پروبنسيد (يك داروي درمان نقرس . ابتلا به مشكلات خونريزي‌دهنده (نظير زخم معده هموفيلي و كمبود پلاكتي ؛ كوليت (التهاب روده بزرگ يا بيماري‌هاي كليوي و كبدي يا سابقه هريك از موارد مذكور. هنگام مصرف سفوروكسيم توصيه مي‌شود حتي در صورت احساس بهبودي داروي تجويز شده را تا آخر مصرف كنيد تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بيماري جلوگيري شود.سفوروكسيم را دور از دسترس كودكان دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگه داريد (در اين شرايط سفوروكسيم فاسد مي‌شود). سوسپانسيون پس از تهيه بايد در يخچال نگهداري شود و ظرف 14 روز استفاده شود. پيش از مصرف شيشه را به خوبي تكان دهيد. از پيمانه داخل جعبه دارو براي اندازه‌گيري مقدار دارو استفاده كنيد. اگر در بلعيدن قرص‌هاي سفوروكسيم مشكل داشتيد، قرص‌ها را خرد كرده با كمي غذا مثل پودينگ شكلات مخلوط كنيد؛ براي رفع مزه تلخ دارو نيز به دنبالش مقداري مايع طعم‌دار مثل آب پرتقال يا شيركاكائو بنوشيد.اگر ظرف 3 روز از آغاز درمان با سفوروكسيم احساس بهبود نداريد با پزشكتان مشورت كنيد. هنگام مصرف سفوروكسيم نبايد سفوروكسيم تاريخ مصرف گذشته را استفاده كنيد. پيش از اتمام دارو آن را قطع كنيد، مگر به دستور پزشك

در مورد اين داروسفيكسيم يك آنتي‌بيوتيك سفالوسپوريني است اين آنتي‌بيوتيك‌ها در درمان طيف وسيعي از بيماري‌هاي عفوني باكتريايي مثل عفونت‌هاي تنفسي عفونت‌هاي پوست و بافت نرم و عفونت‌هاي استخوان يا مفاصل و عفونت‌هاي ادراري مؤثر مي‌باشند. اين آنتي‌بيوتيك همچنين ممكن است براي پيشگيري از ايجاد عفونت در افرادي كه تحت عمل جراحي قرار گرفته‌اند يا در ديگران كه به هر علتي مستعد عفونت هستند، استفاده شوند.چگونگي مصرف سفيكسيم را مي‌توان با شكم خالي مصرف كرد، يا مي‌توان براي جلوگيري از دل بهم خوردگي آن را با غذا خورد. بهتر است دارو در نوبت‌هايي با فواصل يكسان در طي شبانه‌روز مصرف شود تا سطح دارو در خون ثابت باقي بماند. مثلاً اگر قرار است دوبار در روز مصرف شود، هر 12 ساعت (مثلاً 8 صبح و 8 شب . اگر اين با فعاليت‌هاي كاري و خواب شما تداخل ايجاد مي‌كند، در تعيين يك برنامه مناسب زماني از پزشكتان كمك بخواهيد. مهم است كه دارو سر وقت و به‌طور كامل استفاده شود، حتي اگر احساس بهبودي مي‌كنيد. اگر پيش از اتمام دارويتان آن را قطع كنيد ممكن است علايم‌تان مجدداً عود كند. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه به ياد آوريد مصرف كنيد. البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه منظم دارويي‌تان برگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير بلافاصله با پزشكتان تماس بگيريد: كبودي يا خونريزي غيرعادي درد مفاصل اسهال درد شكمي تهوع و استفراغ زخم‌هاي دهاني يا زباني خارش يا ترشح واژن يا پلاك‌هاي سفيد در دهان يا روي زبان يك واكنش حساسيتي نادر به سفيكسيم آنافيلاكسي است كه به مراقبت پزشكي فوري نياز دارد. از آنجا كه آنافيلاكسي به سرعت پيشرفت مي‌كند، در صورت بروز تورم لب‌ها و دور چشم بثورات جلدي كهير، يا تورم‌هاي پوستي تب غش ناگهاني ضربان قلب تند، يا خس خس سينه يا مشكل تنفسي بلافاصله مصرف آنتي‌بيوتيك را قطع كرده با يك مركز خدمات اورژانس پزشكي تماس بگيريد. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف سفيكسيم پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به هر نوع ماده غذايي نگهدارنده‌ها، رنگ‌هاي خوراكي يا داروهاي ديگر، به‌ويژه آنتي‌بيوتيك‌ها (پني‌سيلين‌ها يا سفالوسپورين‌ها). بارداري يا شيردهي مصرف مشروبات الكلي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه ضدالتهابي غيراستروييدي (مثل ايبوپروفن و آسپيرين ، ضدانعقادها (رقيق‌كننده‌هاي خون نظير وارفارين ، و پروبنسيد

(يك داروي درمان نقرس . سابقه يا ابتلا به مشكلات خونريزي‌دهنده (نظير زخم معده هموفيلي و كمبود پلاكتي ؛ كوليت (التهاب روده بزرگ ؛ يا بيماري‌هاي كليوي يا كبدي هنگام مصرف سفيكسيم توصيه مي‌شود حتي در صورت احساس بهبودي داروي تجويز شده را تا آخر مصرف كنيد تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بيماري جلوگيري شود.سفيكسيم را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگه داريد (در اين شرايط سفيكسيم فاسد مي‌شود). سوسپانسيون سفيكسيم بعد از تهيه نيازي به نگهداري در يخچال ندارد. پيش از مصرف سوسپانسيون شيشه دارو را خوب تكان دهيد.از پيمانه داخل جعبه براي اندازه‌گيري مقدار دارو استفاده كنيد. اگر ظرف 3 روز از مصرف دارو احساس بهبودي نداشتيد با پزشكتان مشورت كنيد. هنگام مصرف سفيكسيم نبايد سفيكسيم تاريخ مصرف گذشته استفاده كنيد. پيش از اتمام دارو آن را قطع كنيد، مگر به دستور پزشك

در مورد اين دارو سيپروفلوكساسين يك داروي ضدميكروبي رايج است كه در درمان عفونت‌هاي گوناگون از قبيل عفونت پوست و بافت‌هاي نرم برونشيت سينه‌پهلو (پنوموني ، عفونت‌هاي دستگاه ادراري گاستروانتريت (اسهال شديد)، و نيز عفونت‌هاي كلاميديايي و گنوره‌اي (مثل سوزاك به‌كار مي‌رود. چگونگي مصرف سيپروفلوكساسين را مي‌توان با شكم خالي همراه يك ليوان پر از آب مصرف كرد. اگر معده‌تان را ناراحت كرد آن را با غذا بخوريد. بهتر است اين دارو در طي شبانه‌روز در نوبت‌هايي با فواصل برابر مصرف شود تا سطح دارو در خون يكسان باقي بماند. مثلاً، اگر قرار است روزي 2 بار آن را مصرف كنيد، هر 12 ساعت بايد بخوريد. اگر اين زمانبندي با برنامه كار يا خواب شما تداخل داشت از پزشكتان بخواهيد در تعيين يك برنامه مناسب‌تر به شما كمك كند. مهم است كه دارو را سر وقت و به‌طور كامل مصرف كنيد، حتي اگر احساس بهبودي مي‌كنيد. اگر پيش از اتمام سيپروفلوكساسين مصرفش را قطع كنيد، علايمتان ممكن است عود كند. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه به ياد آورديد مصرفش كنيد. البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي‌در صورت بروز هريك از علايم زير با پزشكتان تماس بگيريد: اضطراب گيجي لرزش دست توهم رفتارهاي غيرمنطقي بثورات جلدي يا خارش كمردرد، ادرار خوني يا كدر، تب يا تورم پاها يا ساق پا. علايم ديگري هم ممكن است مشاهده شوند ولي فقط در صورتي كه مشكل‌ساز شوند. اينها عبارتند از: سرگيجه خواب‌آلودگي سياهي رفتن چشم سردرد، بي‌خوابي درد شكمي (دل‌پيچه ، تهوع و استفراغ اسهال يا افزايش حساسيت به نور خورشيد. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف سيپروفلوكساسين پزشكتان را مطلع سازيد:
حساسيت به سيپروفلوكساسين يا ديگر داروهاي ضدباكتريايي فلوروكينولون سن كمتر از 18 سال بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه گشادكننده‌هاي برونشي (آمينوفيلين اكستريفيلين تئوفيلين ؛ آنتي‌اسيدها؛ قرص آهن سوكرالفات كافئين ديدانوزين يا ضدانعقادها (رقيق‌كننده‌هاي خون مثل وارفارين .سابقه يا ابتلا به بيماري‌هاي تشنجي كليوي يا كبدي هنگام مصرف سيپروفلوكساسين توصيه مي‌شود حتي در صورت احساس بهبود، دارو را تا انتها مصرف كنيد تا عفونت‌تان درمان شده از عود آن جلوگيري شود. روزي هشت ليوان آب بنوشيد، مگر اينكه

پزشكتان دستور ديگري داده باشد. سيپروفلوكساسين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (سيپروفلوكساسين در اين شرايط فاسد مي‌شود). از آفتاب ساعت 10 صبح تا 3 بعدازظهر و دستگاه‌هاي برنزه‌كننده اجتناب كنيد. نواحي در معرض آفتاب پوست بدنتان را با يك كرم ضدآفتاب با قدرت محافظتي (اس‌پي‌اف حداقل 15 بپوشانيد. اگر ظرف 3 روز از آغاز درمان با سيپروفلوكساسين احساس بهبودي نداريد با پزشكتان مشورت كنيد. هنگام مصرف سيپروفلوكساسين نبايد داروهاي آنتي‌اسيد، سوكرالفات يا داروهاي حاوي آهن را همزمان مصرف كنيد. اين داروها را حداقل 6 ساعت قبل يا 2 ساعت پس از سيپروفلوكساسين مصرف كنيد. تا مشخص نشدن پاسخ بدنتان به دارو، رانندگي كنيد يا اقدام به انجام كارهايي كنيد كه نياز به هوشياري دارد. اين دارو ممكن است شما را خواب‌آلوده يا گيج كند.

CISAPRIDE

در مورد اين دارو سيساپرايد براي درمان سوزش سر دل ناشي از بيماري پس‌زنش معدي ـ مروي و نيز تخليه تأخيري معده تجويز مي‌شود. چگونگي مصرف سيساپرايد روزي 4-1 بار با يك ليوان پر از آب مصرف مي‌شود. مقدار تجويزي دارو بسته به علت تجويز متفاوت است اين دارو را معمولاً 15 دقيقه پيش از غذا و هنگام خواب مصرف مي‌كنند. براي جلوگيري از وازنش سيساپرايد روزي يك بار هنگام خواب تجويز مي‌شود. پيش از مصرف نوع سوسپانسيون آن شيشه دارو را به خوبي تكان دهيد. از پيمانه داخل جعبه دارو براي اندازه‌گيري مقدار داروي مصرفي استفاده كنيد. هيچگاه بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. درمان با سيساپرايد معمولاً در حدود 8 هفته به طول مي‌انجامد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه آن را به ياد آورديد مصرفش كنيد. اگر تقريباً موقع نوبت بعدي فرا رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز تشنج دارو را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد. البته تشنج فقط در افرادي روي مي‌دهد كه از قبل سابقه اختلال تشنجي داشته باشند. علايم زير ممكن است رخ دهند، اما فقط در صورت مشكل‌ساز شدن بايد با پزشك در ميان گذاشته شوند: خواب‌آلودگي احساس ناراحتي در شكم (دل بهم‌خوردگي ، يبوست اسهال نفخ افزايش توليد گاز در روده‌ها، تهوع سردرد، آبريزش بيني يا سينوزيت موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف سيساپرايد، پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به سيساپرايد. بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به‌ويژه الكل بنزوديازپين‌ها (آرامبخش‌ها، داروهاي ضداضطراب ، شل كننده‌هاي عضلاني ، سايمتيدن رانيتيدين يا داروهايي كه تخليه معده را به تأخير مي‌اندازند
(مثل داروهاي ضدافسردگي و داروهاي آنتي‌كولينرژيك . سابقه يا ابتلا به اختلال تشنجي يا بيماري‌هاي كبدي يا كليوي هنگام مصرف سيساپرايد توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد.الكل نوشابه‌هاي الكلي قهوه آسپيرين و محصولات تهيه شده از مركبات را كمتر مصرف
كنيد، چرا كه مي‌توانند به معده شما آزار برسانند. از پزشكتان راجع به ساير مواردي كه بايد مصرفشان محدود شود، سؤال كنيد. تا پيش از مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو در هنگام رانندگي يا كار با وسايل خطرناك احتياط كنيد. برخي از افراد هنگام استفاده از اين دارو دچار

خواب‌آلودگي و افت هوشياري مي‌شوند.سيساپريايد را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط سيساپرايد فاسد مي‌شود).سيساپرايد تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد.هنگام مصرف سيساپرايد نبايدنوشيدني‌هاي الكلي بنوشيد.

POTASSIUM CHLORIDE

در مورد اين دارو كلريد پتاسيم يك مكمل رايج براي درمان و جلوگيري از كاهش سطح پتاسيم در افرادي است كه به سبب مصرف داروهاي مُدر، برخي داروهاي ديگر، يا برخي بيماري‌هاي خاص ممكن است دچار افت پتاسيم خون شوند. پتاسيم يك ماده شيميايي است كه براي عملكرد بدن ضروري است كاهش پتاسيم خون (هيپوكالمي موجب ضعف عضلاني و تغييرات الگوي الكتريكي قلب مي‌شود.
چگونگي مصرف كلريد پتاسيم روزي 4-1 نوبت (بسته به تجويز پزشك پس از غذا يا همراه غذا خورده مي‌شود. تمام نوبت‌هاي دارو در طي روز بايد به‌طور كامل و سر ساعت معين مصرف شود. كلريد پتاسيم را با يك ليوان پر از آب بخوريد و تا 30 دقيقه پس از آن دراز نكشيد تا دچار تحريك و آسيب به معده نشويد. اكثر قرص‌هاي غيرجوشان يا كپسول‌هاي كلريد پتاسيم را بايد درسته بلعيد. اما برخي كپسول‌ها را مي‌توان باز كرد و محتوياتش را داخل يك غذاي نرم ريخت يا با آب‌ميوه مخلوط كرد. محلول‌هاي خوراكي قرص‌هاي جوشان و شكل‌هاي پودري كلريد پتاسيم را بايد به‌طور كامل در نصف ليوان آب يا آب‌ميوه خنك حل كرد و طي 10-5 دقيقه به تدريج نوشيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير با پزشكتان تماس بگيريد: ضعف عضلات ضربان قلب كُند يا نامنظم خستگي غيرعادي گيجي گزگز يا بي‌حسي انگشتان دست پا، يا لب‌ها؛ مشكل در تنفس يا تنگي‌نفس سوزش سر دل مداوم درد بالاي شكم استفراغ خوني يا اضطراب و تشويش بي‌دليل موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف كلريد پتاسيم پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به مكمل‌هاي حاوي كلريد پتاسيم بارداري مصرف داروهاي ديگر، به‌ويژه مهاركننده‌هاي آنزيم تبديل‌كننده آنژيوتانسين داروهاي ضدالتهابي غيراستروييدي داروهاي مسدودكننده بتا، داروهاي مُدر نگهدارنده پتاسيم و مصرف شير كم‌نمك اين داروها ممكن است سطح پتاسيم خون را افزايش دهند. داروهايي كه تخليه معده را به تأخير مي‌اندازند، مانند داروهاي آنتي‌كولينرژيك يا برخي داروهاي ضدافسردگي خطر آسيب به معده را بيشتر مي‌كنند.سابقه يا ابتلا به اسهال شديد يا مشكلات گوارشي نظير زخم معده يا دوازدهه تنگي مري تخليه تأخيري معده يا بيماري‌هاي كليوي هنگام مصرف كلريد پتاسيم توصيه مي‌شود كلريد پتاسيم را درست طبق تجويز پزشك مصرف كنيد، به ويژه اگر ديگوكسين و داروهاي مُدر هم همزمان مصرف مي‌كنيد.با پزشكتان درباره توصيه‌هاي تغذيه‌اي مشورت كنيد. بدون تأييد پزشكتان از جايگزين نمك

شير كم‌سديم و ديگر مواد غذايي كم‌نمك (كم‌سديم استفاده نكنيد. اين‌ها داراي مقادير زيادي پتاسيم هستند و مصرف آنها موجب افزايش بيش از حد پتاسيم خون خواهد شد. به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد. ممكن است لازم باشد با انجام آزمايش خون سطح پتاسيم خون را به‌طور مرتبط زير نظر بگيريد. پيش از مصرف يا قطع مصرف هر نوع دارو، حتي داروهاي مجاز بدون نسخه يا داروهاي گياهي با پزشكتان صحبت كنيد. كلريد پتاسيم را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط كلريد پتاسيم فاسد مي‌شود). كلريد پتاسيم تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف كلريد پتاسيم نبايد بدون مشورت با پزشكتان از جايگزين نمك يا ديگر مواد غذايي كم‌نمك (كم‌سديم استفاده كنيد.

FAMOTIDINE

در مورد اين دارو فاموتيدين براي مهار تشرح اسيدمعده براي پيشگيري و درمان زخم‌هاي معده و دوازدهه و نيز بيماري پس‌زنش معده ـ مري تجويز مي‌شود. فاموتيدين يك مسدودكننده گيرنده H2 (هيستاميني نوع دو) است چگونگي مصرف فاموتيدين را مي‌توان با يا بدون غذا با شكم خالي مصرف كرد. معمولاً روزي يك يا دو نوبت تجويز مي‌شود. مقدار تجويزي بسته به شكل‌هاي دارويي (كه قدرت‌هاي متفاوتي دارند) و علت مصرف فرق مي‌كند. هيچگاه بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. درمان با فاموتيدين معمولاً حدود 8 هفته ادامه مي‌يابد، اگرچه علايم شما ممكن است پس از يك يا دو هفته رفع شود. حتي در صورت احساس بهبودي نيز مصرف دارو را دامه دهيد. در هفته اول يا دوم اگر بازهم احساس درد داشتيد، مي‌توانيد از آنتي‌اسيدها استفاده كنيد، البته مشروط به اينكه حداقل يك ساعت بين نوبت دارويي و مصرف آنتي‌اسيد فاصله باشد. اگر دردتان مجدداً عود كرد پزشكتان را مطلع سازيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه به ياد آورديد مصرفش كنيد. اگر تقريباً موقع نوبت بعدي فرا رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم زير فاموتيدين را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: بثورات جلدي خس‌خس سينه تنگي نفس احساس فشار در قفسه سينه گيجي ضربان قلب تند يا كند، گلودرد كبودي يا خونريزي غيرعادي علايم زير ممكن است رخ دهند ولي فقط در صورت ايجاد مشكل بايد گزارش شوند: يبوست اسهال سرگيجه خواب‌آلودگي تهوع يا استفراغ كاهش ميل جنسي يا تورم پستان‌ها موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف فاموتيدين پزشكتان را مطلع سازيد:حساسيت به رانيتيدين سايمتيدين فاموتيدين يا نيزاتيدين بارداري يا شيردهي‌مصرف داروهاي ديگر، به ويژه كتوكونازول (يك داروي ضد قارچ ، داروهاي ضد ديابت (داروهايي كه قند خون را پايين مي‌آورند)، ضد انعقادهاي خوراكي (رقيق كننده‌هاي خون ، داروهاي قلبي يا پرفشاري خون (نيفديپين متوپرولول پروكاينااميد)، فني‌توئين (يك داروي ضد صرع ، يا الكل
سابقه يا ابتلا به بيماري كبدي يا كليوي هنگام مصرف فاموتيدين توصيه مي‌شود به طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بتواند بهبودتان را زير نظر داشته باشد.از پزشكتان در مورد خوراكي‌هايي كه بايد در برنامه غذايي‌تان محدود شود راهنمايي بخواهيد. مثلاً نوشابه‌هاي گازدار، قهوه

آسپيرين و محصولات تهيه شده از مركبات ممكن است براي معده شما مضر باشند.فاموتيدين ممكن است با آزمون‌هاي پوستي يا آزمون‌هاي اندازه‌گيري اسيد معده تداخل ايجاد كند. دراين مورد با پزشكتان مشورت كنيد. فاموتيدين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگه داريد (در اين شرايط فاموتيدين فاسد مي‌شود). فاموتيدين تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت بريزيد.هنگام مصرف فاموتيدين نبايدالكل بنوشيد. سيگار بكشيد. سيگار تأثير اين دارو را كاهش مي‌دهد. سيگار را ترك كنيد يا حداقل بعد از آخرين نوبت مصرف فاموتيدين تا پايان روز سيگار نكشيد.

FEXOFENADINE

در مورد اين دارو فكسوفنادين يك آنتي‌هيستامين طولاني اثر رايج براي درمان علايم گوناگون عطسه خارش و قرمزي چشم آبريزش بيني و كهير، حساسيت فصلي است چگونگي مصرف فكسوفنادين معمولاً روزي دوبار با يا بدون غذا مصرف مي‌شود. براي آنكه مصرف دارو را فراموش نكنيد بهتر است هرروز سر ساعت معيني آن را بخوريد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه به ياد آوريد، مصرفش كنيد. البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده و به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير با پزشكتان تماس بگيريد: خشكي شديد دهان بيني يا گلو؛ سردرد؛ يا خواب‌آلودگي در يك شكل تجاري مقداري پسودوافدرين نيز (به عنوان ضداحتقان به صورت مخلوط با اين دارو وجود دارد كه ممكن است موجب علايم زير شود: تشويش بي‌قراري بي‌خوابي تپش قلب (احساس تكان خوردن شديد قلب در قفسه سينه ، يا ضربان قلب تند. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف فكسوفنادين ، پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به فكسوفنادين هر نوع ماده غذايي نگهدارنده‌ها، رنگ‌هاي خوراكي يا داروهاي ديگر (به ويژه ساير آنتي‌هيستامين‌ها). بارداري يا شيردهي عادت به مصرف مشروبات الكلي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه داروهاي مضعف دستگاه عصبي (آرامبخش‌ها، داروهاي خواب و صرع مسكن‌ها، شل كننده‌هاي عضلاني ؛ كتوكونازول (يك داروي ضدقارچ ؛ يا آنتي‌بيوتيك‌هاي ماكروليدي (اريترومايسين . سابقه يا ابتلا به مشكلات كليوي در مصرف نوع داراي پسودوافدرين سابقه يا ابتلا به پرفشاري خون بيماري قند، بيماري‌هاي قلبي يا پركاري تيروئيد. هنگام مصرف فكسوفنادين توصيه مي‌شوداز مصرف الكل داروهاي خواب يا آرامبخش‌ها اجتناب كنيد؛ اين‌ها اثرات تخديري فكسوفنادين را افزايش مي‌دهند.پيش از رانندگي يا كار با وسايل خطرناك از پاسخ بدنتان به فكسوفنادين مطمئن شويد. اين دارو ممكن است روي ميزان هوشياري اثر بگذارد.اگر خشكي دهان مشكل ساز شد، از آدامس يا آب نبات‌هاي بدون قند استفاده كنيد يا چند جرعه كوچك آب بنوشيد. اگر اين مشكل بيش از دو هفته باقي ماند با پزشكتان مشورت كنيد.

فكسوفنادين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط فكسوفنادين فاسد مي‌شود). اگر ظرف 5 روز درمان با فكسوفنادين احساس بهبودي نداريد،

پزشکتان را مطلع سازید. هنگام مصرف فکسوفنادین نباید از ضد احتقان‌ها یا داروهاي ضد سرفه یا سرماخوردگي که بدون نسخه قابل تهیه هستند استفاده کنید. دارو را پس از تاریخ انقضایش مصرف کرد.

در مورد اين داروفلوكستين يك داروي ضدافسردگي است اين دارو براي تسكين علايم افسردگي و اختلالات وسواسي تجويز مي‌شود. فلوكستين يك داروي مهاركننده بازجذب سروتونين است چگونگي مصرف فلوكستين روزي يك نوبت مصرف مي‌شود. اين دارو را مي‌توان صبح‌ها ناشتا (تا فراموش نشود) يا شب‌ها قبل از خواب مصرف كرد. مهم‌است كه هرروز در ساعت معيني خورده شود. هيچگاه بيشتر يا كمتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. براي جلوگيري از ناراحتي معده مي‌توان آن را با غذا خورد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، در صورتي كه ظرف يك ساعت آن را به ياد آوريد بلافاصله مصرفش كنيد؛ در غير اينصورت نوبت را فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم نادر ولي جدي زير مصرف فلوكستين را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: تب و لرز؛ درد مفاصل يا عضلات بثورات جلدي يا كهير؛ مشكل در تنفس تشنج علايم افت قندخون (اضطراب گيجي خواب‌آلودگي عرق سرد، ضربان قلب سريع عدم تعادل لرزش بدن ضعف يا خستگي غيرعادي سردرد). علايم زير ممكن است رخ دهند ولي فقط در صورتي كه مشكل‌ساز شدند نياز است با پزشك در ميان گذاشته شوند: اضطراب تشويش خواب‌آلودگي خشكي‌دهان تهوع اسهال ضربان قلب تند يا نامنظم افزايش تعريق مشكل در به خواب‌رفتن احساس گرما يا حرارت برافروختگي يا قرمزي پوست افزايش اشتها، دل‌پيچه شكم‌درد يا نفخ يا مشكلات قاعدگي موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف فلوكستين پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به فلوكستين يا ديگر مهاركننده‌هاي بازجذب سروتين بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه ضدانعقادهاي خوراكي (وارفارين ديگوكسين الكل مسكن‌هاي تجويزشده توسط پزشك آرامبخش داروهاي ضدافسردگي شل‌كننده‌هاي عضلاني داروهاي ضدتشنج يا مهار كننده‌هاي مونوآمين‌اكسيداز نظير فورازوليدون ايزوكربوكسازيد، فنلزين پروكاربازين سلژيلين يا ترانيل‌سيپرومين مصرف فلوكستين در حاليكه همزمان مهاركننده‌هاي مونوآمين‌اكسيداز مصرف مي‌كنيد يا كمتر از 2 هفته است كه مصرف چنينن داروهايي را قطع كرده‌ايد، ممكن است موجب گيجي افزايش ناگهاني دماي بدن افزايش شديد فشارخون و بروز تشنج شود. سابقه يا ابتلا به صرع بيماري قند، بيماري كليوي يا كبدي اگر دچار بيماري قند هستيد، ممكن است لازم شود مقدار انسولين يا داروهاي خوراكي

پايين‌آورنده قندخون كه مصرف مي‌كنيد تغيير داده شود. هنگام مصرف فلوكستين توصيه مي‌شود به طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زيرنظر داشته‌باشد. ممكن است 4 هفته طول بكشد تا از اثر دارو ظاهر شود و به حداكثر برسد؛ ممكن است بخواهيد در طي اين مدت پزشكتان ار ملاقات كنيد. به نظر برخي پزشكان مصرف اين دارو افكار خودكشي را افزايش مي‌دهد. در مورد هرگونه اقدامات احتياطي لازم با پزشكتان مشورت كنيد. تا مشخص‌شدن پاسخ بدنتان به اين دارو، هنگام رانندگي يا كار با وسايل خطرناك احتياط كنيد. اين دارو در برخي افراد موجب خواب‌آلودگي و كاهش سطح هوشياري مي‌شود. براي تسكين خشكي دهان از آدامس يا آب‌نبات‌هاي بدون قند استفاده كنيد يا چند جرعه آب بنوشيد. اگر اين مشكل بيش از 2 هفته ادامه پيداكرد با پزشكتان مشورت كنيد. از حالت خوابيده به نشسته يا ايستاده و نشسته به ايستاده به آرامي تغيير وضعيت دهيد؛ در غير اينصورت ممكن است دچار سرگيجه و سياهي رفتن چشم شويد.يك برگ شناسايي پزشكي كه نشان‌دهد فلوكستين مصرف مي‌كنيد، همراه داشته باشيد. فلوكستين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط فلوكستين فاسد مي‌شود). فلوكستين تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف فلوكستين نبايد نوشابه الكلي يا داروهاي آرامبخش مصرف كنيد.

FLUCONAZOLE

در مورد اين دارو فلوكونازول يك داروي ضد قارچ است كه براي عفونت‌هاي كانديدايي دهان (برفك ، گلو، و واژن و ديگر عفونت‌هاي قارچي كمتر معمول تجويز مي‌شود.چگونگي مصرف مقدار تجويزي فلوكونازول طول درمان و برنامه زماني درمان براساس محل عفونت قارچي و پاسختان به دارو متفاوت است اين دارو را مي‌توان با يا بدون غذا مصرف كرد. اگر قرار است روزي يك نوبت فلوكونازول بخوريد، مي‌توانيد صبح‌ها دارو را مصرف كنيد تا آن را فراموش نكنيد. پيش از مصرف سوسپانسيون خوراكي بايد شيشه دارو را به خوبي تكان دهيد. براي اندازه‌گيري دارو در شكل سوسپانسيون از پيمانه داخل جعبه دارو استفاده كنيد. مهم است كه دارو را سروقت و به‌طور كامل مصرف كنيد، حتي اگر احساس بهبودي مي‌كنيد. اگر پيش از اتمام دارو و مصرفش را قطع كنيد، علامت‌هايتان ممكن است عود كند. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه به ياد آورديد مصرفش كنيد. البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم زير با پزشكتان تماس بگيريد: تب لرز؛ گلودرد؛ قرمزي پوست يا تاول از دست رفتن اشتها؛ مدفوع كمرنگ يا ادرار تيره معده درد؛ خستگي زردي چشم‌ها يا پوست خونريزي يا كبودي غيرعادي علايم ديگري نيز ممكن است رخ دهند، ولي فقط اگر مشكل‌ساز شوند لازم است با پزشك مطرح شوند: سرگيجه خواب‌آلودگي سردرد، كاهش اشتها، تهوع اسهال يبوست يا دل‌پيچه موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف فلوكونازول پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به فلوكونازول يا ديگر داروهاي ضد قارچ‌بارداري يا شيردهي‌مصرف بيش از سه قوطي مشروبات الكلي در روز مصرف داروهاي ديگر، به‌ويژه الكل آنتي‌اسيدها؛ اومپرازول سوكرالفات داروهاي ضد زخم معده (سايمتيدين يا رانيتيدين ؛ داروهاي ضد ديابت خوراكي كاربامازپين سيكلوسپوزين داروهاي ضد سل (ايزونيازيد، ريفامپين ؛ فني‌توئين داروهاي ضد انعقاد (رقيق‌كننده‌هاي خون مثل وارفارين .
سابقه يا ابتلا به بيماري‌هاي كليوي يا كبدي و يا الكليسم (اعتياد به الكل هنگام مصرف فلوكونازول توصيه مي‌شود حتي در صورت احساس بهبودي دارو را تا آخر مصرف كنيد تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بيماري جلوگيري شود. از مواجهه با آفتاب ساعات بين10 صبح تا 3 بعدازظهر، و

استفاده از لامپ آفتابي يا ديگر وسايل برنزه‌كننده بپرهيزيد. مناطق در معرض نور پوست را با يك لوسيون ضد آفتاب با قدرت حفاظتي (SPF) حداقل 15 حفاظت كنيد. فلوكونازول را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط فلوكونازول فاسد مي‌شود). اگر ظرف 3 روز از درمان با فلوكونازول احساس بهبودي نداريد با پزشكتان مشورت كنيد. هنگام مصرف فلوكونازول نبايد به هيچ‌وجه الكل يا داروهاي حاوي الكل (برخي از داروهاي سرماخوردگي مصرف كنيد. مصرف الكل همزمان با مصرف اين دارو موجب افزايش احتمال عوارض كبدي و علايمي نظير گرگرفتگي و برافروختگي صورت تنگي نفس احساس گرفتگي سينه و تب مي‌شود.دارو را پس از تاريخ مصرف استفاده كنيد. پيش از اتمام دارو مصرفش را قطع كنيد؛ مگر به دستور پزشكتان

در مورد اين دارو فلووستاتين يك داروي كاهنده سطح كلسترول ليپوپروتئين كم‌چگال خون مي‌باشد؛ و به همين علت از بيماري شريان‌هاي كرونري قلب پيشگيري مي‌كند. فلووستاتين كلسترول بالاي خون را درمان نمي‌كند بلكه آن را كنترل مي‌كند. براي تأثير بيشتر دارو بايد از دستورات پزشكتان مبني بر كاهش دريافت غذاهاي داراي اسيدهاي چرب اشباع و كلسترول پرداختن به ورزش به اندازه كافي رسيدن به وزن مناسب و ترك سيگار (اگر سيگاري هستيد) پيروي كنيد. چگونگي مصرف فلووستاتين را مي‌توان با يا بدون غذا مصرف كرد. اين دارو معمولاً روزي يك نوبت عصرها مصرف مي‌شود. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه آن را به ياد آورديد مصرفش كنيد. اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده بود، نوبت فراموش شده را مصرف نكنيد. مقدار دارو را دوبرار نكنيد.
هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم زير، مصرف فلووستاتين را قطع كرده بلافاصله با پزشكتان تماس بگيريد: تب درد يا گرفتگي عضلاني يا خفيف يا خستگي غيرعادي علايم زير ممكن است رخ دهند كه اگر مشكل‌ساز شدند بايد گزارش شوند: اسهال نفخ يبوست سوزش سردل تهوع سرگيجه سردرد، يا بثورات جلدي‌موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف فلووستاتين پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به فلووستاتين يا ديگر داروهاي پايين‌آورنده كلسترول بارداري يا شيردهي‌مصرف داروهاي ديگر، به‌ويژه سيكلوسپورين يا ديگر داروهاي سركوبگرايمني ژمفيبروزيل اريترومايسين نياسين ديجوكسين يا ضد انعقادهاي خوراكي (وارفارين .سابقه يا ابتلا به الكليسم (اعتياد به الكل يا بيماري‌هاي كبدي يا داشتن عضو پيوندي هنگام مصرف فلووستاتين توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد.از برنامه غذايي پزشكتان و ساير دستورات وي پيروي كنيد. پيش از هرگونه عمل جراحي شامل كارهاي دندانپزشكي ساير پزشكان را از اين كه فلووستاتين مصرف مي‌كنيد مطلع سازيد. فلووستاتين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط فلووستاتين فاسد مي‌شود).فلووستاتين تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف فلووستاتين نبايدبدون مشورت با پزشكتان آن را قطع كنيد. در اين صورت سطح چربي‌هاي خونتان ممكن است به‌شدت افزايش يابد.

در مورد اين دارو فني‌توئين ممكن است به‌عنوان يك داروي ضدتشنج يك داروي قلبي براي بهبود ضرباهنگ قلب يا به‌عنوان يك تسكين‌دهنده درد در موارد درد عصبي عصب تري‌ژمينال تجويز شود. چگونگي مصرف مقدار تجويزي فني‌توئين بسته به علت تجويز متفاوت خواهد بود. هيچگاه بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر از شكل مايع (سوسپانسيون فني‌توئين استفاده مي‌كنيد، قبل از مصرف شيشه دارو را به خوبي تكان دهيد. براي اندازه‌گيري مقدار دارو فقط از پيمانه داخل جعبه استفاده كنيد. نگذاريد اين سوسپانسيون يخ بزند. اگر از قرص‌هاي جويدني فني‌توئين استفاده مي‌كنيد، مي‌توانيد آنها را خرد كنيد، بجويد يا درسته ببلعيد. اما كپسول فني‌توئين حتماً بايد درسته بلعيده شود.اگر فقط روزي يكبار فني‌توئين مصرف مي‌كنيد، و يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه آن را به ياد آورديد مصرفش كنيد . اگر تا روز بعد آن را به ياد نياورديد، نوبت فراموش شده را رها كنيد و به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. اگر روزانه بيش از يك نوبت فني‌توئين مي‌خوريد، و يك نوبت را فراموش كرده‌ايد ، در صورتي كه بيشتر از 4 ساعت تا نوبت بعدي باقي باشد، مي‌توانيد نوبت فراموش شده را مصرف كنيد. در غير اين صورت نوبت فراموش شده را رها كنيد و به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. اگر يك نوبت را دو روز يا بيشتر عقب انداختيد از پزشكتان كسب تكليف كنيد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم نادر ولي جدي زير مصرف فني‌توئين را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: افت مهارت‌هاي حركتي عدم تعدل يا گيجي تغييرات خلقي لرزش بدن تشويش غيرعادي تكلم نامفهوم تاري ديد؛ افزايش در دفعات يا شدت موارد تشنج بثورات جلدي لرز؛ گلودرد؛ تب خستگي غيرعادي تورم لثه‌ها؛ ادرار تيره يا مدفوع بي‌رنگ شكم‌درد؛ حركات غيرارادي دست‌ها، پاها، لب‌ها يا صورت كه قبلاً مشاهده نمي‌شده شكستگي‌هاي متعدد استخواني و وقفه رشد در كودكان بي‌حسي يا گزگز انگشتان دست يا پا؛ مشكل در تنفس يا درد قفسه‌سينه علايم زير ممكن است رخ دهد كه در صورت مشكل‌ساز شدن مي‌توان آنها را با پزشك مطرح كرد: يبوست سرگيجه يا خواب‌آلودگي خفيف تهوع و استفراغ سردرد، مشكل در به خواب رفتن تورم پستان‌ها، تغييرات حالات چهره يا رشد بيش از حد موهاي صورت و بدن موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف فني‌توئين پزشكتان را مطلع سازيد:
حساسيت به فني‌توئين ديگر داروهاي ضدتشنج يا هر نوع رنگ خوراكي

ماده غذايي را نگهدارنده بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه ضدانعقادها؛ الكل متادون داروهاي خواب داروهاي ضدافسردگي آرامبخش‌ها؛ آنتي‌اسيدها؛ داروهاي قلبي (آميودارون پروپرانولول ؛ ضدانعقادها؛ داروهاي ضدعفونت (كلرامفنيكل ايزونيازيد، سولفوناميدها، فلوكونازول ؛ سايمتيدين ديسولفيرام فنيل‌بوتازون داروهاي پرفشاري خون (ديازوكساييد)؛ كلسيم داروهاي آسم (آمينوفيلين اكستريفيلين تئوفيلين ؛ هورمون‌ها (استروژن‌ها، داروهاي ضدبارداري خوراكي كورتيكواستروييدها)؛ يا سوكرالفات سابقه يا ابتلا به مشكلات قلبي يا خوني پورفيري يا بيماري‌هاي كبدي يا كليوي هنگام مصرف فني‌توئين توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد.اگر معده‌تان را ناراحت مي‌كند آن را همراه با غذا مصرف كنيد. به هر حال سعي كنيد هر روز در شرايط يكساني دارو را بخوريد تا به‌طور مشابهي جذب شود.پيش از هرگونه عمل جراحي مداخلات دندانپزشكي يا درمان‌هاي اورژانس ساير پزشكان را از اينكه فني‌توئين مصرف مي‌كنيد، مطلع سازيد. اگر از قرص‌هاي ضدبارداري استفاده مي‌كنيد، يك روش جلوگيري از بارداري ديگر را جايگزين آن كنيد چون فني‌توئين اثربخشي قرص‌هاي ضدبارداري را كاهش مي‌دهد. هر سه ماه به دندانپزشك مراجعه كنيد. در برخي بيماران ـ معمولاً بيماران جوان ـ فني‌توئين موجب تورم خونريزي و حساسيت لثه‌ها مي‌شود. براي پيشگيري از اين مشكل دندان‌هايتان را به‌طور منظم مسواك كنيد و نخ بكشيد. يك برگه شناسايي پزشكي همراه داشته باشيد كه نشان دهد فني‌توئين مصرف مي‌كنيد. فني‌توئين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداي كنيد (در اين شرايط فني‌توئين فاسد مي‌شود). فني‌توئين تاريخ مصرف گذشتهفني‌توئين PHENYTOIN
در مورد اين دارو فني‌توئين ممكن است به‌عنوان يك داروي ضدتشنج يك داروي قلبي براي بهبود ضرباهنگ قلب يا به‌عنوان يك تسكين‌دهنده درد در موارد درد عصبي عصب تري‌ژمينال تجويز شود. چگونگي مصرف مقدار تجويزي فني‌توئين بسته به علت تجويز متفاوت خواهد بود. هيچگاه بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر از شكل مايع (سوسپانسيون فني‌توئين استفاده مي‌كنيد، قبل از مصرف شيشه دارو را به خوبي تكان دهيد. براي اندازه‌گيري مقدار دارو فقط از پيمانه داخل جعبه استفاده كنيد. نگذاريد اين سوسپانسيون يخ بزند. اگر از قرص‌هاي جويدني فني‌توئين استفاده مي‌كنيد، مي‌توانيد آنها را خرد كنيد، بجويد يا درسته ببلعيد. اما كپسول فني‌توئين حتماً بايد درسته بلعيده شود.اگر فقط روزي يكبار فني‌توئين مصرف مي‌كنيد، و يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه آن را به ياد آورديد مصرفش كنيد . اگر تا

روز بعد آن را به یاد نیاوردید، نوبت فراموش شده را رها کنید و به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. اگر روزانه بيش از يك نوبت فني‌توئين مي‌خوريد، و يك نوبت را فراموش كرده‌ايد ، در صورتي كه بيشتر از 4 ساعت تا نوبت بعدي باقي باشد، مي‌توانيد نوبت فراموش شده را مصرف كنيد. در غير اين صورت نوبت فراموش شده را رها كنيد و به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. اگر يك نوبت را دو روز يا بيشتر عقب انداختيد از پزشكتان كسب تكليف كنيد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم نادر ولي جدي زير مصرف فني‌توئين را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: افت مهارت‌هاي حركتي عدم تعدل يا گيجي تغييرات خلقي لرزش بدن تشويش غيرعادي تكلم نامفهوم تاري ديد؛ افزايش در دفعات يا شدت موارد تشنج بثورات جلدي لرز؛ گلودرد؛ تب خستگي غيرعادي تورم لثه‌ها؛ ادرار تيره يا مدفوع بي‌رنگ شكم‌درد؛ حركات غيرارادي دست‌ها، پاها، لب‌ها يا صورت كه قبلاً مشاهده نمي‌شده شكستگي‌هاي متعدد استخواني و وقفه رشد در كودكان بي‌حسي يا گزگز انگشتان دست يا پا؛ مشكل در تنفس يا درد قفسه‌سينه علايم زير ممكن است رخ دهد كه در صورت مشكل‌ساز شدن مي‌توان آنها را با پزشك مطرح كرد: يبوست سرگيجه يا خواب‌آلودگي خفيف تهوع و استفراغ سردرد، مشكل در به خواب رفتن تورم پستان‌ها، تغييرات حالات چهره يا رشد بيش از حد موهاي صورت و بدن موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف فني‌توئين پزشكتان را مطلع سازيد:
حساسيت به فني‌توئين ديگر داروهاي ضدتشنج يا هر نوع رنگ خوراكي ماده غذايي را نگهدارنده بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه ضدانعقادها؛ الكل متادون داروهاي خواب داروهاي ضدافسردگي آرامبخش‌ها؛ آنتي‌اسيدها؛ داروهاي قلبي (آميوداورون پروپرانولول ؛ ضدانعقادها؛ داروهاي ضدعفونت (كلرامفنيكل ايزونيازيد، سولفوناميدها، فلوكونازول ؛ سايمتيدين ديسولفيرام فنيل‌بوتازون داروهاي پرفشاري خون (ديازوكساييد)؛ كلسيم داروهاي آسم (آمينوفيلين اكستريفيلين تئوفيلين ؛ هورمون‌ها (استروژن‌ها، داروهاي ضدبارداري خوراكي كورتيكواستروييدها)؛ يا سوكرالفات سابقه يا ابتلا به مشكلات قلبي يا خوني پورفيري يا بيماري‌هاي كبدي يا كليوي هنگام مصرف فني‌توئين توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد.اگر معده‌تان را ناراحت مي‌كند آن را همراه با غذا مصرف كنيد. به هر حال سعي كنيد هر روز در شرايط يكساني دارو را بخوريد تا به‌طور مشابهي جذب شود.پيش از هرگونه عمل جراحي مداخلات دندانپزشكي يا درمان‌هاي اورژانس ساير پزشكان را از اينكه فني‌توئين مصرف مي‌كنيد، مطلع سازيد. اگر از قرص‌هاي ضدبارداري

استفاده مي‌كنيد، يك روش جلوگيري از بارداري ديگر را جايگزين آن كنيد چون فني‌توئين اثربخشي قرص‌هاي ضدبارداري را كاهش مي‌دهد. هر سه ماه به دندانپزشك مراجعه كنيد. در برخي بيماران ـ معمولاً بيماران جوان ـ فني‌توئين موجب تورم خونريزي و حساسيت لثه‌ها مي‌شود. براي پيشگيري از اين مشكل دندان‌هايتان را به‌طور منظم مسواك كنيد و نخ بكشيد. يك برگه شناسايي پزشكي همراه داشته باشيد كه نشان دهد فني‌توئين مصرف مي‌كنيد. فني‌توئين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداي كنيد (در اين شرايط فني‌توئين فاسد مي‌شود). فني‌توئين تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف فني‌توئين نبايدپيش از مشورت با پزشكتان مصرف هر داروي ديگري را شروع يا قطع كنيد. داروهاي ديگر ممكن است بر نحوه كار فني‌توئين در بدن اثر بگذارند. تا 3-2 ساعت پس از خوردن فني‌توئين آنتي‌اسيد بخوريد؛ اين ممكن است فني‌توئين را كم‌اثر كند. تا مطمئن نشدن از پاسخ بدنتان به دارو رانندگي كنيد يا با وسايل پرخطر كار كنيد؛ اين دارو در برخي افراد موجب سرگيجه خواب‌آلودگي يا افت سطح هوشياري مي‌شود. پيش از مشورت با پزشكتان مصرف فني‌توئين را قطع كنيد. اگر مدتي است فني‌توئين مصرف مي‌كنيد براي قطع اين دارو مقدارش بايد به تدريج كاهش يابد. شكل دارو (مثلاً قرص يا كپسول يا نوع تجاري دارو را تغيير دهيد. اگرچه مقدار مصرفي دارو همان باشد، ممكن است جذب دارو در انواع مختلف متفاوت باشد.
را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف فني‌توئين نبايدپيش از مشورت با پزشكتان مصرف هر داروي ديگري را شروع يا قطع كنيد. داروهاي ديگر ممكن است بر نحوه كار فني‌توئين در بدن اثر بگذارند. تا 3-2 ساعت پس از خوردن فني‌توئين آنتي‌اسيد بخوريد؛ اين ممكن است فني‌توئين را كم‌اثر كند. تا مطمئن نشدن از پاسخ بدنتان به دارو رانندگي كنيد يا با وسايل پرخطر كار كنيد؛ اين دارو در برخي افراد موجب سرگيجه خواب‌آلودگي يا افت سطح هوشياري مي‌شود. پيش از مشورت با پزشكتان مصرف فني‌توئين را قطع كنيد. اگر مدتي است فني‌توئين مصرف مي‌كنيد براي قطع اين دارو مقدارش بايد به تدريج كاهش يابد. شكل دارو (مثلاً قرص يا كپسول يا نوع تجاري دارو را تغيير دهيد. اگرچه مقدار مصرفي دارو همان باشد، ممكن است جذب دارو در انواع مختلف متفاوت باشد.

CAPTOPRIL

در مورد اين دارو كاپتوپريل به تنهايي يا همراه با داروهاي ديگر براي درمان پرفشاري خون تجويز مي‌شود. در كنار داروهاي ديگر براي درمان نارسايي احتقاني قلب هم مصرف مي‌شود. پزشكتان ممكن است به‌دلايل ديگري نيز كاپتوپريل تجويز كند. كاپتوپريل از طريق مهار آنزيمي كه آنژيوتانسين I (شكل غيرفعال را به آنژيوتانسين II (شكل فعال تبديل مي‌كند عمل مي‌كند. آنژيوتانسين II يك ماده پرقدرت است كه موجب تنگ شدن رگ‌هاي خوني و احتباس سديم و آب در بدن مي‌شود. به همين علت كاپتوپريل به عنوان يك مهاركننده آنزيم مبدل آنژيوتانسين شناخته مي‌شود. با جلوگيري از تنگ شدن رگ‌ها و احتباس مايع در آنها، كاپتوپريل فشار داخل رگ‌هاي خوني و بار كاري قلب را كاهش مي‌دهد. چگونگي مصرف كاپتوپريل معمولاً روزي 2 تا 3 نوبت مصرف مي‌شود. مهم است كه دارو هر روز سر ساعت يكساني مصرف شود. كاپتوپريل را مي‌توان با يا بدون غذا مصرف كرد. هيچ‌گاه بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه به ياد آوريد، مصرف كنيد. البته اگر تقريباً موقع مصرف نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي‌تان برگرديد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد و بدون مشورت با پزشكتان دارو را قطع نكنيد. با قطع كاپتوپريل ممكن است دچار "پرفشاري خون برگشتي شويد كه عبارت است از افزايش فشارخون تا اندازه قبل از درمان يا شايد حتي بالاتر از آن در اكثر مواردي كه كاپتوپريل تجويز مي‌شود، بيماري را درمان نمي‌كند بلكه آن را مهار مي‌كند پس حتي در صورت احساس بهبودي نيز ممكن است لازم باشد آن را سال‌ها يا تا آخر عمر مصرف كنيد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم نادر ولي جدي زير، مصرف كاپتوپريل را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: اشكال در تنفس تنگي نفس يا خس خس سينه خشونت صدا؛ تورم صورت لب دست يا پا؛ سرگيجه سياهي رفتن چشم يا غش گيجي بي‌نظمي ضربان قلب درد قفسه سينه درد مفاصل تب بثورات جلدي درد شكمي تهوع و استفراغ علايم ديگري نيز ممكن است رخ دهند ولي فقط در صورتي كه طول كشيده مشكل‌ساز شوند بايد آنها را با پزشكتان در ميان بگذاريد. اين علايم عبارتند از سردرد، سرفه خشك اسهال خستگي يا تهوع ممكن است تا حدي دچار كاهش حس چشايي شويد كه معمولاً ظرف 3-2 ماه درمان رفع مي‌شود، ولي ممكن است در اين مدت كاهش وزن پيدا كنيد. سرفه را مي‌توان با قطره‌هاي ضد سرفه

بدون قند و چند جرعه كوچك آب سرد درمان كرد. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف كاپتوپريل پزشكتان را مطلع سازيد:حساسيت به كاپتوپريل يا ديگر مهاركننده‌هاي آنزيم مبدل‌كننده آنژيوتانسين بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به‌ويژه داروهاي مدر يا ديگر داروهاي پرفشاري خون (كه اگر با كاپتوپريل همزمان مصرف شوند ممكن است فشارخون به‌شدت افت كند)؛ مكمل‌هاي حاوي پتاسيم شير با سديم پايين يا جايگزين‌هاي نمك (كه حاوي مقادير بالاي پتاسيم هستند و ممكن است موجب تجمع بيش از حد پتاسيم در بدن شوند)؛ يا الكل سابقه يا ابتلا به حساسيت كهير، بالا بودن سطح پتاسيم خون يا بيماري كليوي يا كبدي هنگام مصرف كاپتوپريل توصيه مي‌شودبه‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بتواند بهبودتان را زير نظر داشته باشد. وزنتان را متناسب با قد و استخوان بندي‌تان حفظ كنيد. در صورت نياز براي كاهش وزن از پزشكتان كمك بگيريد. اگر سيگاري هستيد سيگار را ترك كنيد. از پزشكتان بخواهيد شما را به يك مشاور يا گروه ترك سيگار معرفي كند. الكل ننوشيد. از حالت درازكشيده به نشسته يا ايستاده يا از حالت نشسته به ايستاده به آرامي تغيير وضعيت دهيد تا دچار سرگيجه و سياهي رفتن چشم يا غش نشويد.فشارخون خود را هر هفته پايش كنيد و تغييرات قابل توجه را به پزشكتان اطلاع دهيد. شارخون‌هاي اندازه‌گيري شده را در جايي ثبت كنيد و در مراجعه به پزشكتان آن را به وي نشان دهيد. براي روزهاي تعطيل داروي كافي در دسترس داشته باشيد. يك برگ شناسايي پزشكي همراه داشته باشيد كه نشان دهد كاپتوپريل مصرف مي‌كنيد.
ساير پزشكتان را از اين كه كاپتوپريل مصرف مي‌كنيد مطلع سازيد، چرا كه اين دارو مي‌تواند روي برخي آزمون‌هاي آزمايشگاهي تأثير بگذارد. كاپتوپريل را دور از دسترس كودكان دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگاه داريد (در اين شرايط كاپتوپريل فاسد مي‌شود).كاپتوپريل تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد.هنگام مصرف كاپتوپريل نبايد بدون مشورت با پزشكتان دارو را قطع كنيد. تا مشخص شدن واكنش بدنتان نسبت به دارو رانندگي كنيد يا با وسايل خطرناك كار كنيد. اگر سرگيجه تداوم يافت با پزشكتان مشورت كنيد. داروهاي ديگر را بدون تأييد پزشكتان مصرف كنيد؛ به‌ويژه داروهاي سرماخوردگي و سرفه و داروهاي محرك بدون نياز به نسخه

CARBAMAZEPINE

در مورد اين دارو كاربامازپين به عنوان يك ضدتشنج براي انواع گوناگوني از صرع تجويز مي‌شود. اين دارو بيشتر از همه داروهاي ضدتشنج تجويز مي‌شود، زيرا سميت نسبتاً كمي دارد و احتمال بروز عوارض جانبي ناشي از مصرف آن كم مي‌باشد. كاربامازپين همچنين براي تسكين درد نورالژي عصب سه‌قلو استفاده مي‌شود. چگونگي مصرف مقدار تجويزي كاربامازپين بر اساس علتي كه برايش تجويز شده است فرق مي‌كند. اين دارو بايد با غذا مصرف شود. هيچگاه بيش از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر از سوسپانسيون كاربامازپين استفاده مي‌كنيد، پيش از مصرف شيشه را به خوبي تكان دهيد. همچنين از پيمانه داخل جعبه خود دارو يا پيمانه‌اي كه پزشكتان در اختيارتان گذاشته است استفاده كنيد. مراقبت باشيد سوسپانسيون يخ نزند. اگر از قرص‌هاي جويدني استفاده مي‌كنيد مي‌توانيد آنها را خرد كنيد، بجويد، يا درسته ببلعيد؛ اما قرص‌هاي طولاني رهش و قرص‌هاي غيرجويدني بايد درسته بلعيده شوند. اگر يك نوبت دارو را فراموش كرديد ، به مجردي كه به ياد آورديد مصرفش كنيد. اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه منظم دارويي‌تان برگرديد. اگر بيش از يك نوبت را در روز فراموش كرده‌ايد براي كسب تكليف با پزشكتان مشورت كنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم نادر ولي جدي زير كاربامازپين را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: بثورات جلدي كهير، يا خارش سردرد مداوم كرختي در حركات يا عدم تعادل گيجي تغييرات خلقي لرزش اضطراب غيرعادي تكلم نامفهوم تاري ديد؛ حركت غيرعادي چشم به عقب و جلو؛ افزايش دفعات تشنج لرز؛ گلودرد؛ تب خستگي غيرمعمول درد استخوان يا ماهيچه كبودي يا خونريزي غيرعادي دفع خون در ادرار يا مدفوع تورم غدد؛ ادرار تيره مدفوع بي‌رنگ درد شكمي انقباضات غيرعادي عضلات در دست بازو، پا، لب يا صورت بي‌حسي يا گزگز انگشتان دست يا پا؛ ضربان قلب كند، تند، يا نامنظم ؛ تنفس مشكل يا درد قفسه سينه علايم زير ممكن است روي دهند اما فقط در صورت مشكل‌ساز شدن بايد با پزشكتان در ميان گذاشته شوند: يبوست سرگيجه خفيف يا خواب‌آلودگي تهوع و استفراغ سردرد، مشكل در به خواب رفتن ريزش مو، افزايش حساسيت به نور خورشيد، يا مشكلات جنسي در افراد مذكر. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف كاربامازپين پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به كاربامازپين يا ديگر داروهاي ضدتشنج داروهاي ضدافسردگي

سه‌حلقه‌اي رنگ‌هاي خوراكي غذاها، يا نگهدارنده‌ها. باداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه ضدتشنج‌ها؛ الكل متادون داروهاي خواب‌آور؛ داروهاي ضدافسردگي داروهاي آرامبخش ضدانعقادها؛ آنتي‌بيوتيك‌ها (كلارتيرومايسين ايزونيازيد، اريترومايسين ، سايمتيدين داروهاي فشار خون و قلبي (ديلتيازم وراپاميل كينيدين ؛ هورمون‌ها (استروژن قرص‌هاي ضدبارداري ، كورتيكواستروييدها، مهاركننده‌هاي مونوآمين اكسيداز؛ يا پروپوكسيفن (يك مسكن . سابقه يا ابتلا به مشكلات قلبي يا خوني نارسايي مغز استخوان يا بيماري‌هاي كبدي هنگام مصرف كاربامازپين توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بتواند بهبودتان را زير نظر داشته باشد. ممكن است لازم باشد براي تعين سطح دارو در خون آزمايش بدهيد. كاربامازپين را با غذا مصرف كنيد تا معده‌تان را ناراحت نكند. مشروبات الكلي و ديگر داروهاي كندكننده دستگاه اعصاب مركزي (آرامبخش‌ها) را استفاده نكنيد.از پوستتان در برابر اشعه آفتاب محافظت كنيد تا دچار آفتاب سوختگي نشويد. كاربامازپين حساسيت پوست آفتاب را افزايش مي‌دهد. از مواجهه با آفتاب ساعت 10 صبح تا 3 بعدازظهر بپرهيزيد. از يك كرم ضدآفتاب با حداقل قدرت 15 (SPF) در مناطق در معرض نور بدنتان استفاده كنيد. از وسايل برنزه‌كننده مثل لامپ آفتابي استفاده نكنيد. پيش از عمل جراحي كارهاي دندانپزشكي يا درمان‌هاي اورژانس ساير پزشكان را از اينكه كاربامازپين مصرف مي‌كنيد مطلع سازيد. اين دارو ممكن است با برخي آزمون‌هاي آزمايشگاهي تداخل ايجاد كند.در مورد استفاده از قرص‌هاي ضدبارداري با پزشكتان مشورت كنيد؛ زيرا كاربامازپين اثر اين قرص‌ها را كاهش مي‌دهد و شايد لازم باشد در طي مصرف اين دارو از يك روش جلوگيري ديگر استفاده كنيد.يك برگه شناسايي پزشكي همراه داشته باشيد كه نشان دهد كاربامازپين مصرف مي‌كنيد.

كاربامازپين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگه داريد (در اين شرايط كاربامازپين فاسد مي‌شود). كاربامازپين تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف كاربامازپين نبايد بدون اجازه پزشكتان دارويي ديگر مصرف كنيد. زيرا ممكن است بر چگونگي كاركرد كاربامازپين در بدنتان اثر بگذارد. تا مشخص نشدن واكنش بدنتان به اين دارو رانندگي كنيد يا با وسايل خطرناك كار كنيد؛ اين دارو برخي از افراد را گيج و خواب‌آلوده مي‌كند و يا هوشياري را كاهش مي‌دهد.دارو را پيش از مشورت با پزشك قطع كنيد. در صورت نياز به قطع دارو اين كار بايد تدريجي صورت پذيرد.

KETOPROFEN

در مورد اين دارو كتوپروفن يك داروي ضد التهابي غيراستروئيدي رايج است از اين دارو براي تسكين درد و كاهش التهاب آرتريت روماتوئيد و استئوآرتريت (آرتروز) در بالغين استفاده مي‌شود. موارد ديگر مصرف اين دارو عبارتند از: سردردهاي عروقي (مثل ميگرن ، مشكلات قاعدگي حمات حاد نقرس و ديگر مشكلات التهابي غيرروماتوئيد. چگونگي مصرف قرص‌هاي كتوپروفن را بايد همراه غذا با يك ليوان پر از آب خورد. تا 30-15 دقيقه پس از مصرف دارو نبايد دراز كشيد چرا كه ممكن است به وي آسيب بزند. قرص‌هاي طولاني‌رهش را بايد يكجا بلعيد و خرد كردن شكستن يا جويدن آنها ممنوع است اگر روزي يك بار كتوپروفن مصرف مي‌كنيد و يك نوبت را فراموش كرده‌ايد، اگر بيش از 8 ساعت تا نوبت بعدي باقي مانده است نوبت فراموش شده را مصرف كنيد. در غير اينصورت آن را رها كرده و به برنامه دارويي منظم‌تان بازگرديد. اگر بيش از يك نوبت در روز كتوپروفن مي‌خوريد، به مجرديكه نوبت فراموش شده را به ياد آورديد مصرفش كنيد، مگر اينكه تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده باشد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم زير مصرف دارو را متوقف ساخته با پزشكتان تماس بگيريد: خستگي شديد، گيجي فراموشكاري يا افسردگي سوزش سر دل يا سوءهاضمه بي‌اشتهايي تهوع يا استفراغ مدفوع سياه قيري يا خوني اسهال علايم شبه آنفلوآنزا (لرز، تب دردهاي عضلاني ، به ويژه اگر اين علايم قبل يا همراه با ظهور بثورات جلدي رخ دهند؛ تنگي نفس يا مشكل در تنفس سرفه كمردرد؛ ادرار كدر، خوني يا صورتي تورم صورت يا پاها يا ساق پاها؛ افزايش وزن سردرد شديد؛ كرخي يا گزگز انگشتان دست يا پا؛ جداشدگي ناخن‌هاي انگشتان دست خون دماغ كبودي يا خونريزي غيرعادي بثورات جلدي خارش كهير، يا ضايعات تاولي زردي پوست يا چشم‌ها؛ احساس صداي زنگ در گوش (وزوز گوش ؛ خشكي تحريك و تورم چشم‌ها؛ تاري ديد؛ زخم‌هاي دهاني يا تب يا گلودردي كه پيش از درمان وجود نداشته و ارتباطي با بيماري اخير كه به خاطرش كتوپروفن تجويز شده نداشته باشد. افراد مسن بيشتر از سايرين در معرض خطر مشكلات گوارشي و خونريزي‌دهنده اين دارو قرار دارند. يك پاسخ حساسيتي نادر به كتوپروفن آنافيلاكسي است كه به توجه و مراقبت فوري پزشكي نياز دارد. از آنجاييكه آنافيلاكسي به سرعت پيشرفت مي‌كند، در صورت مشاهده تورم لب‌ها يا دور چشم‌ها، كهير يا تورم‌هاي پوستي ضربان قلب تند، خس‌خس سينه يا مشكل در تنفس بلافاصله مصرف دارو را قطع كرده با يك مركز

خدمات پزشكي اورژانس تماس بگيريد. علايم ديگري نيز ممكن است مشاهده شوند كه فقط در صورت مشكل‌ساز شدن لازم است با پزشك در ميان گذاشته شوند: اضطراب تشويش سرگيجه سياهي رفتن چشم سردرد خفيف حساسيت به نور، مشكل در به خواب رفتن خشكي دهان دل‌پيچه خفيف نفخ توليد گاز بيش از حد در روده‌ها، يا اسهال يا يبوست موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف كتوپروفن پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به آسپرين يادیگر داروهاي ضدالتهابي غيراستروئيدي بارداري يا شيردهي‌مصرف داروهاي ديگر، به ويژه ديگر داروهاي ضدالتهابي غيراستروئيدي (مثل ناپروكسن آسپيرين ، ضد انعقادها (رقيق كننده‌هاي خون مثل وارفارين ، آنتي‌بيوتيك‌ها (سفالوسپورين‌ها)، داروهاي ضد سرطان (متوتركسات پليكامايسين ، سيكلوسپورين ليتيم پروبنسيد (يك داروي ضد نقرس تريامترن (يك داروي مُدر) يا اسيدوالپروئيك (داروي ضد تشنج . عادت به مصرف مشروبات الكلي سابقه يا ابتلا به پوليپ‌هاي بيني مرتبط با آسم زخم يا التهاب دستگاه گوارش هموفيلي يا ديگر مشكلات خونريزي دهنده نارسايي مغز استخوان زخم‌هاي دهاني پرفشاري خون يا بيماري‌هاي كبدي يا كليوي هنگام مصرف كتوپروفن توصيه مي‌شوددستورالعمل روي بسته‌بندي دارو را بخوانيد و به آن عمل كنيد. برچسب كليه داروهاي بدون نياز به نسخه را مطالعه كنيد تا داروهاي حاوي آسپرين و ايبوپروفن يا حاوي داروهايي كه با كتوپروفن تداخل مي‌كنند مصرف نكنيد. به طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد. پيش از هر نوع عمل جراحي يا كارهاي دندانپزشكي ساير پزشكان را از اينكه كتوپروفن مصرف مي‌كنيد مطلع سازيد. اگر دچار خشكي دهان شديد با جويدن آدامس يا مكيدن آب نبات يا نوشيدن چند جرعه آب آن را تسكين دهيد.اگر حساسيت به نور مشكل‌ساز شده است از آفتاب مستقيم ساعت 10 صبح تا 3 بعدازظهر اجتناب كنيد و از لوسيون‌هاي ضدآفتاب با قدرت محافظتي (اس پي اف حداقل 15 براي مناطق در معرض آفتاب استفاده كنيد. كتوپروفن را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط كتوپروفن فاسد مي‌شود). كتوپروفن تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد.هنگام مصرف كتوپروفن نبايد مشروب الكلي بنوشيد. در اينصورت مشكلات معده متحمل‌تر خواهد شد. تا پيش از مشخص شدن پاسخ بدنشان به دارو رانندگي كنيد يا در فعاليت‌هاي خطرناك شركت كنيد. اين دارو در برخي موجب گيجي سرگيجه يا خواب‌آلودگي مي‌شود.

در مورد اين دارو كلاريترومايسين يك آنتي‌بيوتيك رايج براي درمان گلودرد استرپتوكوكي برونشيت سينوزيت برخي انواع ذات‌الريه (پنوموني ، و عفونت‌هاي ديگر مي‌باشد. چگونگي مصرف كلاريترومايسين را مي‌توان با غذا يا با شكم خالي مصرف كرد. اگر دارو موجب ناراحتي معده شما مي‌شود آن را با غذا مصرف كنيد. اين دارو معمولاً هر 12 ساعت مصرف مي‌شود. لازم است اين دارو در نوبت‌هايي با فواصل زماني برابر استفاده شود تا سطح دارو در خون يكسان باقي بماند. مثلاً مي‌توانيد آن را ساعت 7 صبح و 7 شب يا 8 صبح و 8 شب مصرف كنيد. مهم است كه دارو را سر وقت و به‌طور كامل مصرف كنيد، حتي اگر احساس بهبودي مي‌كنيد. اگر پيش از اتمام داروي‌تان آن را قطع كنيد، علايم‌تان ممكن است مجدداً عود كند. پيش از اندازه‌گيري مقدار دارو توسط پيمانه داخل جعبه شكل سوسپانسيون آن شيشه دارو را به خوبي تكان دهيد. سوسپانسيون اين دارو نيازي به نگهداري در يخچال ندارد، ولي حداكثر تا 14 روز قابل مصرف مي‌باشد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه به ياد آورديد مصرفش كنيد. البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي فرا رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي منظم‌تان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز خونريزي يا كبودي غيرعادي با پزشكتان تماس بگيريد. ساير علايم كه ممكن است رخ دهند و فقط در صورتي كه مشكل‌ساز شوند نياز به گزارش دارند عبارتند از: مزه‌هاي غيرطبيعي (احساس مزه بد دهان ، تهوع استفراغ احساس ناراحتي شكمي اسهال يا سردرد. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف كلاريترومايسين پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به كلاريترومايسين اريترومايسين يا ديگر آنتي‌بيوتيك‌ها. بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه كاربامازپين ريفابوتين استفيرول سيساپرايد، ضدانعقادهاي خوراكي (وارفارين ، تئوفيلين يا زيدووودين ابتلا به يا سابقه بيماري كليوي يا كبدي هنگام مصرف كلاريترومايسين توصيه مي‌شود حتي در صورت احساس بهبودي دارو را تا انتها مصرف كنيد تا عفونت‌تان درمان شده از عود بيماري جلوگيري شود. اگر ظرف 3 روز از درمان با كلاريترومايسين احساس بهبود نداشتيد، با پزشكتان مشورت كنيد.

از پيمانه داخل جعبه دارو براي اندازه‌گيري مقدار دارو استفاده كنيد. كلاريترومايسين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگه داريد (در اين شرايط كلاريترومايسين فاسد

مي‌شود).هنگام مصرف کلاريترومايسين نبايد از کلاريترومايسين تاريخ مصرف گذشته استفاده کنيد.دارو را ناتمام قطع کنيد، مگر به دستور پزشك

CHOLESTYRAMINE

در مورد اين دارو كلستيرامين دارويي است كه براي پايين آوردن كلسترول خون از آن استفاده مي‌شود. با كاهش كلسترول خون از بيماري‌هايي كه در آنها كلسترول موجب انسداد رگ‌هاي خوني مي‌گردد، جلوگيري مي‌شود. سطح بالاي كلسترول خون احتمال بروز آنژين قلبي حمله قلبي يا سكته مغزي را افزايش مي‌دهد. از كلسترول براي كاهش خارش ناشي از افزايش اسيدهاي صفراوي به دنبال بيماري‌هاي كبدي نيز استفاده مي‌شود. كلستيرامين با متصل شدن به اسيدهاي صفراوي به‌دنبال بيماري‌هاي كبدي نيز استفاده مي‌شود. كلستيرامين با متصل شدن به اسيدهاي صفراوي و ديگر مواد داخل روده و كمك به دفع آنها از بدن عمل مي‌كند. بدين طريق كلسترول و اسيدهاي صفراوي اضافي را كاهش مي‌دهد، ولي بيماري زمينه‌اي را درمان نمي‌كند، خارش ناشي از مشكل كبدي 2-1 هفته پس از توقف درمان مجدداً بازمي‌گردد و سطح كلسترول خون 4-2 هفته پس از توقف درمان به سطح پيش از شروع درمان مي‌رسد. چگونگي مصرف كلستيرامين به شكل يك پودر عرضه مي‌شود كه بايد پيش از مصرف با چيزهاي ديگر مخلوط شود. آن را به صورت پودر خشك مصرف نكنيد زيرا ممكن است موجب خفگي شود. پودر را داخل حدوداً 60 ميلي‌ليتر 5-4 قاشق غذاخوري از يك نوشيدني كاملاً مخلوط كنيد و سپس 120-60 ميلي‌ليتر ديگر مايع اضافه كنيد و پس از 2-1 دقيقه مجدداً مخلوط كنيد. اين پودر در مايعات حل نمي‌شود، بنابراين مخلوط شما حالت دانه‌دانه خواهد داشت پس از نوشيدن تمامي ليوان مجدداً كمي نوشيدني داخل ليوان بريزيد و آن را بنوشيد تا مطمئن شويد كه تمامي دارو را مصرف كرده‌ايد. كلستيرامين را همچنين مي‌توان با سوپ يا فريني در صبحانه مخلوط كرد. برخي از بيماران ترجيح مي‌دهند اين دارو را با كمپوت ميوه‌جات يا پوره ميوه‌جات مخلوط كنند. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه به ياد آورديد، مصرفش كنيد. اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي منظم‌تان برگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير مصرف كلستيرامين را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: عده‌درد شديد و تهوع و استفراغ يا مدفوع سياه و قيري بسياري از افرادي كه كلستيرامين مصرف مي‌كنند تا عادت كردن بدنشان به دارو دچار يبوست سوزش سر دل تهوع يا نفخ و آروغ مي‌شوند. اگر اين علايم ادامه پيدا كردند يا مشكل‌ساز شدند پزشكتان را مطلع سازيد. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف كلستيرامين

پزشكتان را مطلع سازيد:حساسيت به كلستيرامين بارداري يا شيردهي صرف داروهاي ديگر، به ويژه ضدانعقادها (رقيق‌كننده‌هاي خون مثل وارفارين ، ديگوكسين (يك داروي قلبي ، ديورتيك‌ها، پروپرانولول (يك داروي فشار خون و قلبي ، آنتي‌بيوتيك‌ها (پني‌سيلين خوراكي تتراسايكلين‌ها، وانكومايسين خوراكي ، و داروهاي تيرويید. سابقه يا ابتلا به يبوست مشكلات كيسه صفرا، زخم‌هاي معده و دوازدهه يا فنيل كتونوري هنگام مصرف كلستيرامين توصيه مي‌شود كلستيرامين را طبق دستور پزشكتان مصرف كنيد.طبق تجويز پزشكتان برنامه غذايي خود را تغيير دهيد. به ياد داشته باشيد كه اين دارو كلسترول بالا را درمان نمي‌كند، بلكه آن را تا حدي مهار مي‌كند. و تغيير در شيوه زندگي در زمينه برنامه غذايي و تحرك (ورزش است كه مهم مي‌باشد. داروهاي ديگرتان را حداقل 1 ساعت پيش يا 4 ساعت پس از خوردن كلستيرامين مصرف كنيد. به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا پيشرفتتان را زير نظر داشته باشد. كلستيرامين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگاه داريد (در اين شرايط كلستيرامين فاسد مي‌شود). كلستيرامين تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف كلستيرامين نبايد بدون هماهنگي با پزشكتان داروي ديگري نيز مصرف كنيد. بدون تأييد پزشكتان مصرف دارو را قطع كنيد.

در مورد اين دارو كلوميپرامين براي رفع علايم افسردگي اختلالات وسواسي ـ اجباري اختلالات خوردن و هراس درد عصبي و برخي موارد ديگر تجويز مي‌شود. كلوميپرامين از دسته داروهاي ضدافسردگي سه‌حلقه‌اي است چگونگي مصرف كلوميپرامين با مقادير متفاوتي براي افراد متفاوت با مشكلات متفاوت تجويز مي‌شود. هيچگاه بيشتر يا كمتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. كلوميپرامين را مي‌توان بدون غذا، يا براي كاهش دل بهم خوردگي با غذا مصرف كرد. اثر دارو 6-1 هفته پس از آغاز درمان ظاهر مي‌شود. پس از آغاز اثر، حتي در صورت احساس بهبودي مصرف دارو را ادامه دهيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه به ياد آورديد مصرفش كنيد. اگر تقريباً موقع نوبت بعدي دارو رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي‌تان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم نادر ولي جدي زير مصرف كلوميپرامين را قطع كرده و با پزشكتان تماس بگيريد. افكار خودكشي تاري ديد؛ گيجي يبوست مشكل در ادرار كردن چشم‌درد؛ ضربان قلب تند، كند يا نامنظم لرزش غش كردن اضطراب مشكل در صحبت كردن به عدم تعادل سفتي بازوها و پاها؛ صورت بدون حالت (مثل ماسك ؛ گلودرد؛ تب كبودي يا خونريزي غيرعادي زردي چشم‌ها يا پوست بثورات جلدي تورم صورت يا زبان يا تشنج علايم زير ممكن است رخ دهند ولي فقط در صورتي كه مشكل‌ساز شوند بايد با پزشك در ميان گذاشته شوند. سرگيجه خواب‌آلودگي خشكي دهان سردرد، افزايش اشتها، تهوع سوزش سر دل اسهال مشكل در خوابيدن يا افزايش وزن ممكن است علايم قطع دارو مثل سردرد، تهوع استفراغ اسهال تحريك‌پذيري يا خواب ناآرام به همراه رؤياهاي واضح در صورت قطع مصرف ناگهاني رخ دهد. مقدار دارو معمولاً در طي يك دوره 2-1 ماهه كاهش داده مي‌شود. در صورت تمايل به قطع دارو با پزشكتان تماس بگيريد. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف كلوميپرامين پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به كلوميپرامين يا ديگر داروهاي ضدافسردگي سه‌حلقه‌اي داروهاي ضدافسردگي ديگر (ماپروتيلين ترازودون ، كاربامازپين (يك ضدتشنج ، يا غذاها، رنگ‌هاي خوراكي يا نگهدارنده‌ها. بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه الكل آرامبخش‌ها، ديگر داروهاي ضدافسردگي داروهاي ضدتشنج داروهاي ضدتيرويد، سايمتيدين داروهاي فشار خون (كلونيدين گوانادرل گوانتيدين ، مهاركننده‌هاي

مونوآمين‌اكسيداز، يا داروهاي سمپاتوميتيك (مثل داروهاي مورد استفاده در حساسيت‌ها، آسم سرفه يا سرماخوردگي . سابقه يا ابتلا به الكليسم (اعتياد به الكل ، آسم اختلال دوقطبي (شيدايي ـ افسردگي ، اسكيزوفرني صرع گلوكوم (افزايش فشار داخل چشم ، پركاري تيروييد، بزرگي پروستات احتباس ادراري مشكلات قلبي يا خوني بيماري‌هاي دستگاه گوارش كبدي يا كليوي هنگام مصرف كلوميپرامين توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد.تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو در هنگام رانندگي و كار كردن با وسايل خطرناك احتياط كنيد. برخي افراد در هنگام استفاده از اين دارو دچار خواب‌آلودگي و افت هوشياري مي‌شوند.
هنگام برخاستن از حالت نشسته يا خوابيده احتياط كنيد؛ زيرا ممكن است دچار سرگيجه يا سياهي رفتن چشم شويد. به آرامي تغيير وضعيت دهيد. براي تسكين خشكي دهان از آدامس‌هاي بدون قند يا آب‌نبات استفاده كنيد. اگر خشكي دهانتان بيش از 2 هفته طول كشيد با پزشكتان مشورت كنيد. از مواجهه با آفتاب يا استفاده از لامپ آفتابي و ساير وسايل برنزه‌كننده اجتناب كنيد؛ زيرا ممكن است دچار آفتاب سوختگي شويد. سعي كنيد در صورت امكان از آفتاب ساعت 10 صبح تا 3 بعدازظهر بپرهيزيد. از عينك آفتابي يك كلاه و لباس مناسب و كرم ضدآفتاب با قدرت محافظتي حداقل 15 استفاده كنيد. پيش از انجام هر عمل جراحي كارهاي دندانپزشكي يا درمان‌هاي اورژانس ساير پزشكان را از اينكه كلوميپرامين مصرف مي‌كنيد مطلع سازيد. يك برگه شناسايي پزشكي همراه داشته باشيد كه نشان دهد كلوميپرامين مصرف مي‌كنيد. كلوميپرامين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم حرارت مرطوب نگاه داريد (در اين شرايط كلوميپرامين فاسد مي‌شود). كلوميپرامين تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف كلوميپرامين نبايد الكل بنوشيد. بدون مشورت با پزشك دارويي مصرف كنيد.

در مورد اين داروكلونازپام به‌عنوان ضدتشنج تجويز مي‌شود.چگونگي مصرف كلونازپام معمولاً 3 بار در روز مصرف مي‌شود. هيچگاه بيشتر يا كمتر از مقدار تجويز مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر حس مي‌كنيد پس از 3 ماه استفاده از اين دارو پاسخ بدنتان نسبت به آن كم شده است با پزشكتان در مورد مقدار دارويتان مشورت كنيد، چرا كه ممكن است دچار نوعي "تحمل به دارو" شده باشيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، اگر ظرف 1 ساعت آن را به ياد آورديد مصرفش كنيد. در غير اين صورت نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي منظم‌تان بازگرديد. از دو برابر كردن مقدار دارو بپرهيزيد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم نادر ولي جدي زير، مصرف كلونازپام را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: گيجي كند شدن قواي ذهني خواب‌آلودگي تكلم نامفهوم ضربان قلب كند، تنگي نفس عدم تعادل بثورات جلدي گلودرد، تب لرز، خونريزي يا كبودي غيرعادي زخم‌هاي دهاني زردي پوست يا چشم‌ها، از دست دادن حافظه بي‌خوابي اضطراب و پريشاني يا تحريك‌پذيري لونازپام مي‌تواند اعتيادآور باشد و اگر دارو به‌طور ناگهاني قطع شود ممكن است علايم قطع دارو مشاهده شود. اين علايم عبارتند از: گيجي افت قواي ذهني دردهاي شكمي افزايش تعريق تهوع استفراغ حساسيت به نور و صدا، و احساس گزگز و سوزن سوزن اگر مي‌خواهيد مصرف كلونازپام را قطع كنيد، با پزشكتان تماس بگيريد تا اين كار را تدريجي انجام دهيد. علايم زير ممكن است رخ دهد اما فقط در صورتي كه مشكل‌ساز شوند لازم است با پزشك در ميان گذاشته شوند: سرگيجه خواب‌آلودگي خشكي دهان سردرد، تهوع يبوست اسهال ضربان قلب تند يا شديد، يا لرزش بدن موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف كلونازپام پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به كلونازپام يا ساير بنزوديازپين‌ها (مثلاً ديازپام اكسازپام ، غذاها، رنگ‌هاي خوراكي يا نگهدارنده‌ها. بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه الكل آرامبخش‌ها، داروهاي ضدافسردگي يا داروهاي ضدتشنج سابقه يا ابتلا به گلوكوم (افزايش فشار داخل چشم ، مياستني گراويس اعتياد به الكل يا مواد مخدر، بيماري انسدادي مزمن ريوي شديد، يا آمفي‌زم هنگام مصرف كلونازپام توصيه مي‌شودبه‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بتواند بهبودتان را زير نظر بگيرد. دفعات تشنج را ثبت كرده براي پزشكتان ببريد تا بر اساس آن پاسخ شما به دارو را ارزيابي كند.

تا پيش از مشخص شدن پاسخ بدنتان به كلونازپام در هنگام رانندگي يا كار كردن با وسايل خطرناك احتياط كنيد. كلونازپام در برخي افراد موجب خواب‌آلودگي يا كاهش سطح هوشياري مي‌شود. در صورت بروز افكار يا احساسات عجيب با پزشكتان مشورت كنيد. يك برگه شناسايي پزشكي همراه داشته باشيد كه نشان دهد در حال مصرف كلونازپام هستيد. كلونازپام را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب قرار دهيد (كلونازپام در اين شرايط فاسد مي‌شود).كلونازپام تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف كلونازپام نبايد الكل بنوشيد. از ديگر داروهاي آرامبخش استفاده كنيد.

LORAZEPAM

در مورد اين دارو لورازپام براي كاهش علايم اضطراب اختلالات خواب و اختلالات ترس تجويز مي‌شود؛ از اين دارو همچنين به عنوان يك شل‌كننده عضلاني استفاده مي‌شود. لورازپام يك داروي بنزوديازپين است
چگونگي مصرف لورازپام با مقادير متفاوت براي افراد متفاوت با مشكلات متفاوت تجويز مي‌شود. هيچ‌گاه بيشتر يا كمتر از مقدارتجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروري كنيد، شكل مايع اين دارو را مي‌توانيد با غذاهاي نيمه جامد يا مايعات مخلوط كنيد. نگذاريد شكل مايع آن يخ بزند. قرص‌هاي زير زباني لورازپام را نبايد جويد يا درسته بلعيد، بلكه بايد حداقل 2 دقيقه زير زبان نگاه داشت تا بهتر جذب شود. اگر يك نوبت مصرف دارو را فراموش كرديد، به مجرديكه آن را به ياد آوريد مصرفش كنيد، مگر اين كه بيشتر از يك ساعت از آن گذشت باشد. در اين صورت نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان باز گرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم نادر ولي جدي زير مصرف لورازپام را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: گيجي افت قواي ذهني خواب‌آلودگي شديد، تكلم نامفهوم ضربان قلب كند؛ تنگي نفس عدم تعادل بثورات جلدي گلو درد؛ تب لرز؛ كبودي يا خونريزي غيرعادي زخم‌هاي دهاني زردي پوست يا چشم‌ها؛ از دست رفتن حافظه (فراموشي ؛ بي‌خوابي تشويش تحريك‌پذيري لورازپام مي‌تواند اعتيادآور باشد، و در صورت قطعه ناگهاني آن ممكن است علايم ترك دارو رخ دهد؛ اين علايم عبارتند از: گيجي افت قواي ذهني دل پيچه افزايش تعريق تهوع استفراغ حساسيت به نور يا صدا، احساس گزگز يا سوزن سوزن شدن براي قطع مصرف لورازپام با پزشكتان مشورت كنيد تا اين كار تدريجي انجام شود. علايم زير ممكن است مشاهده شوند، ولي فقط در صورتي كه مشكل‌ساز شدند نياز است با پزشك در ميان گذاشته شوند: سرگيجه خواب‌آلودگي خشكي دهان سردرد، تهوع يبوست اسهال ضربان قلب تند يا شديد، لرزش بدن‌موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف لورازپام پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به لورازپام ديگر بنزوديازپين‌ها (مثل ديازپام يا اكسازپام ، هر نوع ماده غذايي رنگ‌هاي خوراكي يا نگهدارنده‌هابارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به‌ويژه الكل آرامبخش‌ها، داروهاي ضد افسردگي يا داروهاي ضد تشنج
ابتلا به يا سابقه گلوكوم (افزايش فشار داخل چشم ، مياستني گراويس بيماري انسدادي مزمن تنفسي يا آمفيزم‌هنگام مصرف لورازپام توصيه

مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد.تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو هنگام رانندگي يا كار با ابزار خطرناك احتياط كنيد. لورازپام در برخي افراد موجب خواب‌آلودگي و افت سطح هوشياري مي‌شود. اگر به مصرف بيش از حد دارو و مسموميت با آن شك كرديد بلافاصله درخواست كمك پزشك كنيد. در صورت بروز افكار يا احساسات عجيب با پزشكتان مشورت كنيد. يك برگه شناسايي پزشكي همراه داشته باشيد كه نشان دهد لورازپام مصرف مي‌كنيد. لورازپام را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط لورازپام فاسد مي‌شود).لورازپام تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان از توالت دور بريزيد. هنگام مصرف لورازپام نبايد مشروبات الكلي بنوشيد. داروهاي آرامبخش ديگري مصرف كنيد. به عنوان قرص خواب از لورازپام استفاده كنيد، مگر اين كه برنامه شما اجازه دهد 7 تا 8 ساعت خواب داشته باشيد؛ در غير اين صورت تا از بين رفتن اثر دارو خواب آلوده بوده دچار فراموشي خواهيد شد.

در مورد اين دارو لووتيروكسين به عنوان يك هورمون تيروئيدي در مواردي كه غده تيروئيد مقادير كافي هورمون توليد نمي‌كند، تجويز مي‌شود. از اين دارو همچنين در كاهش اندازه يك تيروئيد بزرگ يا گواتر يا درمان سرطان غده تيروئيد استفاده مي‌شود. در ابتداي درمان با لووتيروكسين مقدار تجويزي دارو كم خواهد بود. سپس لازم است در حالي كه مقدار دارو به تدريج افزايش مي‌يابد. با مراجعات مكرر به پزشكتان و انجام آزمايشات مقدار مناسب دارو براي سوخت و ساز بدن شما مشخص شود. بعد از اين كه اين مقدار تعيين شد، اين آزمايشات سالي يك بار تكرار شوند.چگونگي مصرف لووتيروكسين معمولاً روزي يك بار با شكم خالي خورده مي‌شود. مهم است كه هر روز ساعت معيني مصرف شود. معمولاً بهتر است ناشتا خورده شود تا بعداً فراموش نشود. از آنجايي كه اين دارو مي‌تواند بي‌خوابي ايجاد كند، مصرفش در صبح هنگام از اين نظر هم بهتر مي‌باشد. هيچگاه بيشتراز مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. هر روز پيش از مصرف لووتيروكسين نبضتان را بشماريد (اگر اين كار را بلد نيستيد، روش آن را از پزشكتان بياموزيد). اگر ضربان قلبتان بالاي 100 در دقيقه بود يا منظم بود پيش از مصرف نوبت آن روز با پزشكتان تماس بگيريد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجرديكه آن را به ياد آورديد مصرفش كنيد. البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي مصرف دارو رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه منظم دارويي‌تان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. اگر 2 نوبت يا بيشتر را فراموش كرديد براي تعيين يك برنامه جديد با پزشكتان مشورت كنيد. اگر لووتيروكسين را به عنوان يك درمان جايگزيني استفاده مي‌كنيد، ممكن است مجبور باشيد تا آخر عمر مصرفش كنيد. حتي در صورت احساس بهبودي دارويتان را طبق دستور ادامه دهيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم زير، مصرف لووتيروكسين را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: درد قفسه سينه ضربان قلب تند، تنگي نفس سردرد شديد، يا بثورات جلدي ممكن است چند هفته طول بكشد تا مقدار درست دارو برايتان تنظيم شود. اگر لووتيروكسين براي كم كاري غدد تيروئيد به شما تجويز شده است علايم زير بايد رفع شوند: يبوست خشكي پوست خستگي خواب‌آلودگي ضعف افت مهارت‌هاي بدني دردهاي ماهيچه‌اي و افزايش وزن اگر احساس نمي‌كنيد اين علايم در شما بهبود يافته‌اند با پزشكتان مشورت كنيد. از طرف ديگر اگر دچار علايم زير شديد يعني مقدار داروي مصرفي شما بيش از نياز بدنتان است و مقدار دارو را

بايد با صلاحديد پزشك كاهش دهيد: اسهال تب عدم تحمل گرما، تعريق بي‌قراري تحريك‌پذيري لرزش دستان مشكل در به خواب رفتن تغييرات دوره ماهانه يا اشتها، يا كاهش وزن با پزشكتان تماس بگيريد. موارد احتياط‌در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف لووتيروكسين ، پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به لووتيروكسين يا موارد ديگر مثل غذاها، نگه‌دارنده‌ها، يا رنگ‌هاي خوراكي
بارداري يا شيردهي‌مصرف داروهاي ديگر، به ويژه ضدانعقادهاي خوراكي (رقيق‌كننده‌هاي خون ؛ داروهاي آسم سرفه سرماخوردگي و سينوزيت (تلقيدكننده‌هاي سمپاتيك ؛ يا داروهاي كاهنده كلسترول سابقه يا ابتلا به بيماري‌هاي قلبي عروقي يا غددي‌هنگام مصرف لووتيروكسين توصيه مي‌شود به طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد. پزشكان ديگر را از اينكه لووتيروكسين مصرف مي‌كنيد، مطلع سازيد. يك برگه شناسايي پزشكي به همراه داشته باشيد كه نشان دهد لولوتيروكسين مصرف مي‌كنيد. لووتيروكسين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط لووتيروكسين فاسد مي‌شود). لووتيروكسين تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف لووتيروكسين نبايد هيچ دارويي را پيش از مشورت با پزشكتان مصرف كنيد

در مورد اين دارو لووستاتين دارويي است كه سطح كلسترول ليپوپروتئين كم چگال (LDL) را پايين مي‌آورد؛ و در نتيجه به پيشگيري از بيماري كرونري قلبي كمك مي‌كند. لووستاتين بالا بودن كلسترول خون را درمان نمي‌كند؛ بلكه آن را مهار مي‌كند. براي افزايش تأثير اين دارو، بايد از دستورات پزشكتان مبني بر كاهش مصرف اسيدهاي چرب اشباع و كلسترول در برنامه غذايي شروع يك برنامه ورزشي كاهش وزن تا محدوده مناسب و ترك سيگار (اگر سيگاري هستيد) پيروي كنيد. چگونگي مصرف لووستاتين بايد با غذا مصرف شود. اگر روزي يك‌بار آن را مصرف مي‌كنيد توصيه مي‌شود با غذاي عصر خورده شود. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجرديكه به ياد آوريد، مصرفش كنيد. اگرتقريباً موقع نوبت بعدي فرارسيده است نوبت فراموش شده را كنار بگذاريد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم زير بلافاصله با پزشكتان تماس بگيريد: تاري ديد، تب درد يا گرفتگي عضلاني ضعف يا خستگي غيرعادي علايم زير ممكن است روي دهند ولي فقط در صورتي كه مشكل‌ساز شدند لازم است با پزشك در ميان گذاشته شوند: اسهال نفخ يبوست سوزش سردل تهوع سرگيجه سردرد، بي‌خوابي بثورات جلدي يا كاهش تواناييهاي جنسي موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف لووستاتين پزشكتان را مطلع سازيد:
حساسيت به لووستاتين يا ديگر داروهاي كاهنده كلسترول مصرف داروهاي ديگر، به ويژه سيكلوسپورين يا ديگر داروهاي مهاركننده ايمني ژمفيبروزيل ايتراكونازول اريترومايسين نياسين يا ضد انعقادهاي خوراكي (وارفارين ابتلا به يا سابقه الكليسم (اعتياد به الكل ، بيماري كبدي يا داراي عضو پيوندي هنگام مصرف لووستاتين توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد.از دستورات تغذيه‌اي و ديگر توصيه‌هاي پزشكتان پيروي كنيد. پيش از انجام هرگونه عمل جراحي و كارهاي دندانپزشكي ساير پزشكان را از اين كه لووستاتين مصرف مي‌كنيد مطلع سازيد. لووستاتين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط لووستاتين فاسد مي‌شود). لووستاتين تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف لووستاتين نبايد بدون مشورت با پزشك مصرف دارو را قطع كنيد. با قطع دارو و چربي‌هاي خون ممكن است به شدت افزايش يابند.

در مورد اين داروليتيوم براي درمان مرحله شيدايي در اختلال دوقطبي (شيدايي ـ افسردگي و افسردگي تجويز مي‌شود. اين دارو از فراواني و شدت تغييرات خلقي مي‌كاهد و به شما اجازه مي‌دهد كنترل بيشتري برروي احساسات خود داشته باشيد. چگونگي مصرف مقدار تجويزي ليتيم براي افراد مختلف متفاوت است هيچ‌گاه كمتر يا بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. ممكن است 3-1 هفته طول بكشد تا اثرات ليتيوم ظاهر شود، اما مهم است كه حتي در صورت احساس بهبودي مصرف دارو را ادامه دهيد. اگر از قرص‌ها يا كپسول‌هاي طولاني رهش يا كند رهش استفاده مي‌كنيد، آنها را نشكنيد، خرد نكنيد، و نجويد؛ اين نوع قرص‌ها را بايد به همان صورت ببلعيد. شكل شربت ليتيم را مي‌توان پيش از مصرف در مقدار كمي آب ميوه يا نوشيدني‌هاي ديگر رقيق كرد؛ فقط اطمينان حاصل كنيد كه تمام مقدار لازم از دارو را مصرف مي‌كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه به ياد آوريد مصرفش كنيد. اما اگر كمتر از 4 ساعت (6 ساعت در مورد قرص‌ها يا كپسول‌هاي طولاني رهش يا كند رهش به زمان مصرف نوبت بعدي مانده بود، نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي منظمتان برگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم زير، مصرف ليتيم را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: غش ضربان قلب تند، كند يا نامنظم ضعف يا خستگي غيرمتعارف افزايش وزن سرگيجه تهوع يا استفراغ مشكلات بينايي يا چشم درد؛ كبودي و درد در انگشتان دست و پا؛ سردي بازوها و پاها؛ اسهال خواب آلودگي تكلم نامفهوم لرزش بدن گيجي تاري ديد؛ تشنج آكنه بي‌اختياري ادراري يا عدم توانايي كنترل ادرار موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف ليتيوم پزشكتان را مطلع سازيد:حساسيت به ليتيم يا داروهاي ديگر، غذاها، رنگ‌هاي خوراكي يا نگهدارنده‌بارداري يا شيردهي‌مصرف داروهاي ديگر، به ويژه داروهاي ضد التهابي غيراستروئيدي داروهاي ضد روان‌پريشي (كلرپرومازين هالوپريدول موليدون ، يا داروهاي مدر سابقه يا ابتلا به مشكلات قلبي يا فشارخون صرع پاركينسونيسم از دست دادن شديد مايعات يا عفونت احتباس ادراري يا مشكلات كليوي هنگام مصرف ليتيوم توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد. براي جلوگيري از خاصيت مليني و تحريك و آسيب به معده و نيز لرزش دست ليتيم را با غذا مصرف كنيد تا آهسته‌تر جذب شود. روزي 3 تا 6 ليتر آب بنوشيد و به

مقدار كافي سديم (نمك بخوريد. تا پيش از آگاهي از اثر دارو بر بدنتان در هنگام رانندگي يا كار با وسايل خطرناكي كه احتياج به هوشياري كامل دارند، احتياط كنيد. ليتيم در برخي افراد موجب خواب‌آلودگي يا سرگيجه مي‌شود. در هنگام ورزش استفاده از حمام بخار (سونا)؛ يا طي فعاليت‌هايي كه موجب از دست‌رفتن آب بدن مي‌شوند؛ در هواي گرم هنگام تب و تعريق شديد، يا استفراغ و اسهال احتياط كنيد. اين كاهش مايعات بدن ممكن است موجب مسموميت با ليتيوم شود. يك برگه شناسايي با خود به همراه داشته باشيد كه نشان دهد ليتيم مصرف مي‌كنيد. ليتيم را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب قرار دهيد (در اين شرايط ليتيم فاسد مي‌شود). ليتيم تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان از در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف ليتيوم نبايدكپسول‌هاي كند رهش را با اشكال دارويي ديگر ليتيم عوض كنيد؛ بدن آنها را به مقادير متفاوتي جذب مي‌كند. مقدار زيادي قهوه چاي يا كولا بنوشيد زيرا اين نوشيدني‌ها خواص افزاينده ادرار دارند. پيش از مشورت با پزشكتان وزنتان را كاهش دهيد. از دست‌دادن آب و نمك در طي رژيم گرفتن ممكن است منجر به مسموميت با ليتيوم شود.

METRONIDAZOLE

در مورد اين دارو مترونيدازول يك آنتي‌بيوتيك رايج براي درمان عفونت‌هاي باكتريايي و تك‌ياخته‌اي است نظير عفونت‌هاي پوست استخوان مفاصل و بافت نرم برخي از انواع اسهال عفونت‌هاي واژن و ساير عفونت‌هاي لگني عفونت‌هاي داخل شكمي سينه‌پهلو (پنوموني ؛ سپتي‌سمي (عفونت در خون ؛ و اندوكارديت (عفونت لايه خوني قلب و دريچه‌هاي قلبي ، و آميبياز (عفونت با آميب و تريكوموناز‌يس (عفونت با تريكوموناس . چگونگي مصرف مترونيدازول را مي‌توان با وعده‌هاي اصلي غذا يا مقداري خوراكي مصرف كرد تا معده را ناراحت نكند. بهتر است اين دارو طي شبانه روز در نوبت‌هايي با فواصل يكسان مصرف شود تا سطح دارو در خون ثابت باقي بماند. اگر قراراست روزي 4 نوبت مترونيدازول مصرف كنيد، هر 6 ساعت (مثلاً 12 ظهر، 6 عصر، 12 شب و 6 صبح . اگر اين با برنامه كاري يا خواب شما تداخل دارد، براي تعيين يك برنامه مناسب‌تر از پزشكتان كمك بخواهيد. مهم است كه دارو سر وقت و به طور كامل مصرف شود، حتي اگر احساس بهبودي داريد. اگر پيش از اتمام دارو، مصرفش را قطع كنيد، ممكن است علايمتان مجدداً عود كند. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه به ياد آورديد مصرفش كنيد. البته اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده‌است به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير، با پزشكتان تماس بگيريد: اسهال دل پيچه تهوع و استفراغ سوزش دهان يا زبان خارش يا ترشح واژن كه قبل از درمان وجودنداشته پلاك‌هاي سفيد در دهان يا روي زبان گلودرد، تب بثورات جلدي سرگيجه سياهي رفتن‌چشم سردرد، افت مهارت‌هاي بدني عدم تعادل يا بي‌حسي ضعف يا گزگز انگشتان دست و پا. ادرارتان ممكن‌است تيره شود، كه از نظر پزشكي بي‌اهميت است . موارد احتياطدر صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف مترونيدازول ، پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به مترونيدازول بارداري يا شيردهي عادت به مصرف مشروبات الكلي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه ضدانعقاد (رقيق كننده‌هاي خون مثل وارفارين يا ديسولفيرام
سابقه يا ابتلا به بيماري‌هاي مغزي مثل صرع مشكلات خوني يا بيماي‌هاي كبدي هنگام مصرف مترونيدازول توصيه مي‌شود حتي در صورت احساس بهبودي دارو را تا آخر مصرف كنيد تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بيماري جلوگيري شود. با جويدن آدامس يا مكيدن آب‌نبات‌هاي بدون قند و يا نوشيدن چند جرعه آب خشكي‌دهان را تسكين دهيد.اگر در حال درمان

براي عفونت با تريكوموناس هستيد، براي جلوگيري از عفونت مجدد همسرتان نيز بايد همزمان با مترونيدازول درمان شود و تا بهبود كامل حتماً از كاندوم استفاده شود.
مترونيدازول را دور از دسترس كودكان دور از گرما، نور مستقيم يا حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط مترونيدازول فاسد مي‌شود). اگر ظرف 3 روز درمان با مترونيدازول احساس بهبودي نمي‌كنيد، با پزشكتان مشورت كنيد.هنگام مصرف مترونيدازول نبايد به هيچ وجه نوشابه‌هاي الكلي بنوشيد يا داروهاي حاوي الكل مصرف كنيد. و اين نكته را بايد حداقل تا يك روز پس از اتمام درمان با مترونيدازول رعايت كنيد. در غيراينصورت ممكن است دچار يك واكنش بسيار ناخوشايند شويد كه علايمش عبارتند از، تهوع استفراغ دل‌پيچه سردرد، تپش‌قلب و برافروختگي و گُرگرفتگي دارو را پس از تاريخ مصرفش استفاده كنيد.
پيش از اتمام دارو، مصرفش را قطع كنيد؛ مگر به دستور پزشكتان

METFORMIN

در مورد اين دارو متفورمين يك داروي خوراكي براي درمان ديابت نوع دو (ديابت غيروابسته به انسولين است در اين نوع بيماري قند، لوزالمعده نمي‌تواند انسولين كافي توليد كند تا سلول‌هاي بدن بتوانند غذايي را كه مي‌خوريد مصرف كنند. متفورمين از طريق كاهش توليد گلوكز (قند موجود در خون توسط كبد، كاهش جذب گلوكز از دستگاه گوارش و افزايش حساسيت بدن به انسولين قند خون را به‌طور ثابت و پس از غذا پايين مي‌آورد. چون اين دارو قند خون را پايين مي‌آورد، ممكن است لازم باشد قند خونتان را به‌طور مرتب اندازه بگيريد تا ببينيد دارو چقدر مؤثر است چگونگي مصرف متفورمين معمولاً 2 يا 3 نوبت در روز همراه با غذا خورده مي‌شود. هيچگاه بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه آن را به ياد آورديد مصرفش كنيد. اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. در حين مصرف متفورمين اگر بيش از هميشه ورزش كنيد، مقدار زيادي مشروب الكلي بنوشيد، يا كمتر از هميشه غذا بخوريد، ممكن است دچار افت قند خون (هيپوگليسمي شويد. علايم كاهش قند خون عبارتند از: احساس اضطراب تشويش لرزش بدن مشكل در تمركز، ضعف خستگي عرق سرد، پوست رنگ‌پريده و سرد، گرسنگي خواب‌آلودگي ضربان قلب تند، سردرد، تهوع استفراغ درد شكمي گيجي تغييرات بينايي مشكل در راه رفتن عدم هوشياري و تشنج به مجردي كه دچار اين علايم شديد، چيزي حاوي قند بخوريد يا بنوشيد. منابع خوب و سريع قند عبارتند از: آب‌ميوه عسل نوشابه غيررژيمي يا شربت قند. بعضي از بيماران قرص گلوكز يا آب‌نبات‌هاي قندي با خود همراه دارند. همچنين خوب است كه قند خونتان را اندازه بگيريد تا اگر پايين است در اسرع وقت پزشكتان را مطلع سازيد. اگر احساس مي‌كنيد داريد دچار كاهش هوشياري يا تشنج مي‌شويد، چيزي نخوريد يا ننوشيد (چرا كه ممكن است دچار خفگي شويد)، بلكه بلافاصله تقاضاي كمك پزشكي اورژانس نماييد. حتي اگر علايمتان با خوردن قند رفع شد نيز با پزشكتان تماس بگيريد؛ متفورمين قند خونتان را براي مدتي طولاني پايين مي‌آورد و علايمتان ممكن است برگردد. اگر علايمتان بهبود نيافت از كسي بخواهيد شما را به بخش اورژانس يك بيمارستان برساند. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير مصرف متفورمين را قطع كرده در اسرع وقت با پزشكتان تماس بگيريد: خستگي دردهاي عضلاني تنگي

نفس خواب‌آلودگي يا معده‌درد. اين علايم نادرند ولي بايد بلافاصله با پزشك در ميان گذاشته شوند. اين‌ها مي‌توانند علايم اسيدوز لاكتيك باشند كه اگرچه نادر است ولي اغلب كشنده مي‌باشد. علايم خفيف‌تر و معمول‌تر عبارتند از: از دست دادن اشتها، تهوع استفراغ نفخ توليد گاز بيش از حد در روده‌ها، و اسهال اگر اين علايم مشكل‌ساز شدند با پزشكتان تماس بگيريد. موارد احتياطدر صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف متفورمين پزشكتان را مطلع سازيد:حساسيت به متفورمين يا هر نوع ماده غذايي نگهدارنده رنگ خوراكي يا دارو.بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه الكل فوروسمايد و تريامترن و ديگر داروهاي مُدر؛ داروهاي قلبي نظير نيفديپين ديگوكسين پروكاينااميد، و كينيدين كينين سايمتيدين و رانيتيدين تريمتوپريم آميلورايد؛ مورفين و وانكومايسين سابقه يا ابتلا به صرع مشكلات قلبي يا بيماري‌هاي كبدي يا كليوي هنگام مصرف متفورمين توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد.از برنامه غذايي توصيه شده توسط پزشكتان پيروي كنيد. اين برنامه معمولاً داراي يك تعادل در مقدار هيدرات‌هاي كربن چربي‌ها و پروتئين‌ها است يك متخصص تغذيه به شما كمك خواهد كرد تا به وزن مناسب‌تان برسيد و آن وزن را حفظ كنيد. او برنامه وعده‌هاي غذايي و نوبت‌هاي ميان‌وعده‌اي را به نحوي برنامه‌ريزي خواهد كرد كه در تمامي ساعات روز انرژي لازم به بدنتان برسد. اگر نمي‌دانيد با برنامه غذايي خود چه كنيد، از يك متخصص تغذيه كمك بگيريد. برنامه غذايي شما در مهار بيماري قندتان نقش اساسي دارد.هنگام مصرف متفورمين نبايدپيش از هماهنگي با پزشكتان هر نوع داروي ديگر اعم از داروهاي مجاز بدون نسخه و فراورده‌هاي گياهي را مصرف كنيد. مشروبات الكلي بنوشيد؛ كه ممكن است خواب‌آلودگي و سرگيجه ناشي از دارو تشديد شود.

در مورد اين دارو متيل‌پردنيزولون براي رساندن كورتيكواستروييدها به افرادي كه بدنشان دچار كمبود آنهاست تجويز مي‌شود. اين دارو همچنين براي خواص ضدالتهابي و اثراتي كه در سركوب دستگاه ايمني بدن دارد به كار مي‌رود. متيل‌پردنيزولون كمك مي‌كند تا تورم قرمزي خارش و واكنش‌هاي حساسيتي كاهش يابند. متيل‌پردنيزولون همچنين در درمان بيماري‌هاي گوناگوني مثل آسم آرتريت مشكلات پوستي حساسيت شديد، و برخي سرطان‌ها كاربرد دارد. چگونگي مصرف متيل‌پردنيزولون به مقادير متفاوتي براي بيماران متفاوت با بيماري‌هاي متفاوت تجويز مي‌شود. اين دارو بايد طبق دستور پزشك يا طبق دستورالعمل همراه دارو مصرف شود. هيچگاه بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر يك روز در ميان از اين دارو مصرف مي‌كنيد و يك نوبت را فراموش كرديد ، در صورتي كه صبح همان روز يادتان آمد بلافاصله دارو را مصرف كنيد و سپس به برنامه دارويي معمولتان ادامه دهيد. اما اگر ساعاتي پس از صبح روزي كه بايد دارو را مصرف مي‌كرديد آن را به ياد آورديد تا صبح روز فردا صبر كنيد، و پس از خوردن دارو يك برنامه جديد را شروع كنيد. يعني يك روز جا بياندازيد و سپس مجدداً يك نوبت مصرف كنيد. اگر روزي يك نوبت دارو مصرف مي‌كنيد، در صورتي كه همان روز متوجه شديد مصرفش كنيد، اما اگر تا روز بعد يادتان نيامد لازم نيست نوبت قبلي را مصرف كنيد؛ بلكه آن را حذف كرده و مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. اگر روزي چند نوبت دارو مصرف مي‌كنيد، نوبت فراموش شده را بلافاصله پس از به ياد آوردن مصرف كنيد و اگر تا نوبت بعدي متوجه آن نشديد، مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير مصرف متيل‌پردنيزولون را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: علايم عفونت (تب گلودرد، سرفه عطسه ؛ كاهش يا تاري ديد؛ افت قواي ذهني گيجي تغييرات خلقي بي‌قراري يا احساس هيجان اگر براي مدت طولاني متيل‌پردنيزولون مصرف مي‌كنيد ممكن است دچار علايمي شويد كه آنها را نيز بايد گزارش كنيد: شكم‌درد يا سوزش سر دل آكنه مدفوع خوني يا سياه صورت گرد؛ خستگي ضعف گرفتگي‌هاي عضلاني ضعف يا درد؛ ضربان قلب نامنظم پوست نازك يا براق خطوط قرمزرنگ روي صورت بازوها، پاها، يا تنه كبودي غيرعادي زخم‌هايي كه دير بهبود مي‌يابند؛ تهوع و استفراغ تورم پاها و ساق‌ها؛ افزايش وزن سريع يا اختلالات قاعدگي (دوره ماهانه . علايم ديگري نيز ممكن است به‌عنوان عوارض جانبي پردنيزولون تا پيش از

عادت كردن بدنتان به دارو رخ دهند كه اگر مشكل‌ساز شدند بايد با پزشك در ميان گذاشته شوند؛ اينها عبارتند از: افزايش اشتها، مشكل در به خواب رفتن تيره يا روشن شدن رنگ پوست سياهي رفتن چشم سردرد، يا افزايش عادي رشد موهاي صورت و تنه موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف متيل‌پردنيزولون پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به كورتيكواستروييدها، داروهاي ديگر، يا هر نوع ماده غذايي نگهدارنده يا رنگ خوراكي بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه آنتي‌اسيدها، انسولين داروهاي ضددیابت خوراكي داروهاي قلبي (ديگوكسين ، داروهاي مدر يا داروهاي ديگري كه موجب دفع پتاسيم از بدن مي‌شوند، داروهاي حاوي پتاسيم غذاها يا داروهاي حاوي سديم هورمون رشد (سوماتروپين ، داروهايي كه آنزيم‌هاي كبدي را تحريك مي‌كنند (الكل داروهاي ضدتشنج ، ريتودرين (دارويي كه براي جلوگيري از زايمان زودرس به‌كار مي‌رود)، يا واكسن‌هاي حاوي ويروس زنده سابقه يا ابتلا به ايدز يا عفونت HIV ؛ عفونت تبخال آبله مرغان يا سرخك (يا مواجهه اخير با آنها)، بيماري قند (متيل‌پردنيزولون ممكن است روي سطح قند خونتان تأثير بگذارد)؛ سل مياستني گراويس عفونت‌هاي قارچي منتشر؛ التهاب مري معده يا زخم معده يا دوازدهه بيماري قلبي يا كليوي هنگام مصرف متيل‌پردنيزولون توصيه مي‌شود مرتب به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد. ممكن است لازم باشد پيش از مصرف طولاني‌مدت متيل‌پردنيزولون و نيز در طول درمان به صورت دوره‌اي چشمهايتان توسط يك چشم‌پزشك معاينه شود. براي جلوگيري از مشكلات گوارشي متيل‌پردنيزولون را با غذا بخوريد. در مورد تغييراتي كه بايد در برنامه غذايي خود دهيد با پزشكتان مشورت كنيد. برخي از اين تغييرات عبارتند از محدوديت سديم يا كالري يا افزايش دريافت پتاسيم مقادير اضافي پروتئين نيز ممكن است موردنياز باشد. اگر براي برنامه‌ريزي تغذيه‌اي خود به كمك بيشتري نياز داريد از پزشكتان بخواهيد شما را به يك متخصص تغذيه معرفي كند. اگر قرار است اين دارو را به مدتي طولاني مصرف كنيد، با پزشكتان در مورد راهكارهايي براي جلوگيري از پوكي استخوان (مثل مصرف كلسيم و ويتامين D يا يك برنامه ورزشي مرتب مشورت كنيد. اگر با كاهش مقدار يا قطع دارويتان علايم قبلي عود كردند يا بدتر شدند با پزشكتان تماس بگيريد. پيش از هر نوع عمل جراحي كارهاي دندانپزشكي يا واكسيناسيون ديگر پزشكتان را از اينكه متيل‌پردنيزولون مصرف مي‌كنيد، مطلع سازيد. از تماس با افرادي كه دچار آبله‌مرغان يا سرخك هستند يا به تازگي واكسن خوراكي فلج اطفال خورده‌اند اجتناب كنيد. در صورت هرگونه شك به تماس با اين افراد با پزشكتان تماس بگيريد. يك برگه شناسايي پزشكي همراه داشته باشيد كه

نشان دهد متيل‌پردنيزولون مصرف مي‌كنيد.
متيل‌پردنيزولون را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم يا حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط متيل‌پردنيزولون فاسد مي‌شود). متيل‌پردنيزولون تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف متيل‌پردنيزولون نبايدمشوربات الكلي بنوشيد؛ چرا كه احتمال تحريك دستگاه گوارش را افزايش دهد.بدون هماهنگي با پزشكتان مصرف دارو را قطع كنيد.

در مورد اين دارو متيل‌فنيديت دارويي است كه در برنامه درمان كلي اختلال بيش‌فعالي كم‌توجهي به كار مي‌رود. اين برنامه شامل بخش‌هاي رفتاري (اجتماعي تحصيلي و روان‌شناختي است اين اختلال با كاهش گسترده توجه افزايش حركات تكانه‌اي و (معمولاً) بيش‌فعالي شناخته مي‌شود. از اين دارو در درمان ناركولپسي (يك بيماري كه در آن بيمار دچار حملات خواب ناگهاني مي‌شود) نيز استفاده مي‌شود. نام تجاري اين دارو ريتالين است چگونگي مصرف قرص‌هاي متيل‌فنيدات معمولاً روزي 2 يا 3 بار، 45-30 دقيقه پيش از غذا مصرف مي‌شود. مصرف به موقع تمامي نوبت‌ها در طي روز بسيار ضروري است آخرين نوبت بايد پيش از ساعت 6 بعدازظهر خورده شود تا از بي‌خوابي ناشي از آن جلوگيري شود. در مورد كودكان متيل‌فنيدات هفته‌اي 5 روز (در روزهاي مدرسه تجويز مي‌شود و دو روز آخر هفته دارو مصرف نمي‌شود. در ماه‌هاي تابستان و بقيه اوقاتي كه كودك استرس كمتري دارد مي‌توان مقدار دارو را كاهش داد. قرص‌هاي طولاني‌رهش تا 8 ساعت اثر دارند و مي‌توان آنها را 3-1 نوبت در روز تجويز كرد. اين قرص‌ها ترجيحاً بهتر است با شكم خالي خورده شود.قرص‌ها را يكجا ببلعيد، آنها را نشكنيد، خرد نكنيد، و نجويد. هيچگاه كمتر يا بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد، زيرا اين دارو مي‌تواند در شما ايجاد عادت نمايد. اگر حس مي‌كنيد اثر دارو برايتان كم شده است مقدار دارو را افزايش ندهيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه به ياد آوريد مصرفش كنيد (البته اگر حداكثر يك ساعت دير شده باشد). نوبت‌هاي باقيمانده همان روز را با فواصل مساوي تقسيم كنيد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير، مصرف متيل‌فنيديت را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: درد قفسه سينه ضربان قلب تند؛ حركات كنترل نشده بدن واكنش‌هاي حساسيتي (تب درد مفصلي بثورات جلدي كهير)؛ ضعف يا خستگي غيرمعمول تاري ديد يا ديگر تغييرات بينايي تغييرات خلقي يا ذهني گيجي يا تشنج گلودرد يا تب خشكي دهان سردرد شديد؛ يا لرزش بدن يا دست علايم زير ممكن است مشاهده شوند ولي فقط در صورتي كه مشكل‌ساز شدند بايد با پزشك در ميان گذاشته شوند: تشويش بي‌خوابي كاهش اشتها، سرگيجه سردرد ، خواب‌آلودگي ، تهوع ، يا دل‌پيچه موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف متيل‌فنيدات پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به متيل‌فنيدات بارداري يا شيردهي مصرف

داروهاي ديگر، به ويژه ديگر داروهاي محرك دستگاه عصبي مركزي نظير مهاركننده‌هاي اشتها و كافئين پيموزيد و مهاركننده‌هاي مونوامين اكسيداز (فورازوليدون ، پروكاربازين يا سلژيلين سابقه يا ابتلا به اضطراب يا بي‌قراري شديد؛ گلوكوم (افزايش فشار داخل چشم : اختلال تورِت و ديگر اختلالات حركتي تيك‌دار؛ پرفشاري خون هنگام مصرف متيل‌فنيدات توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد.با كمك پزشكتان دوره‌هايي بدون دارو براي خودتان برنامه‌ريزي كنيد. ممكن است براي جلوگيري از بروز علايم ترك دارو ضروري باشد، مقدار دارو بايد به صورت تدريجي كاهش يابد.قد و وزن به‌صورت دوره‌اي اندازه گرفته شود.در صورت شك به مصرف بيش از حد دارو و مسموميت بلافاصله درخواست كمك پزشكي كنيد.
در صورت داشتن افكار يا احساسات عجيب با پزشكتان مشورت كنيد.يك برگه شناسايي پزشكي همراه داشته باشيد كه نشان دهد متيل‌فنيدات مصرف مي‌كنيد.
متيل‌فنيدات را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط متيل‌فنيدات فاسد مي‌شود).متيل‌فنيدات تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد.هنگام مصرف متيل‌فنيدات نبايد بدون مشورت با پزشكتان دارو را به يك باره قطع كنيد. ممكن است علايم ترك رخ دهند.

در مورد اين دارو كرومولين براي پيشگيري از علايم آسم و رينيت آلرژيك (آبريزيش حساسيتي بيني تجويز مي‌شود. اين دارو جلوي آزاد شدن مواد ايجاد كننده اين علايم را از سلول‌هايي خاص در خون مي‌گيرد. وقتي كرومولين به طور مستقيم مصرف مي‌شود، جلوي تعداد و شدت آسم و حملات رينيت آلرژيك را مي‌گيرد. شكل استنشاقي كرومولين را مي‌توان براي جلوگيري از حمله آسمي به دنبال مواجه با هواي سرد، ورزش يا مواجه با موادي نظير آلوده‌كننده‌ها و حساسيت‌آورها مصرف كرد. به مجرديكه وضعيت بدن شما با كرومولين تثبيت شد، ممكن است بتوان مقدار ساير داروهاي ضد آسم يا ضد حساسيتي را كه مصرف مي‌كنيد، كاهش داد. كرومولين در طي يك حمله آسمي هيچ كمكي نمي‌تواند بكند و حتي ممكن است حمله را تشديد كند. كرومولين تثبيت كننده ماست سل‌ها است چگونگي مصرف كرومولين را با افشانه‌هاي دهاني يا اسپري بيني مصرف مي‌كنند. برخي از بيماران در يك هفته ممكن است احساس بهبودي داشته باشند. اما گاهي اين ممكن است تا 4 هفته نيز به طول انجامد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. هيچگاه بيش از مقدار تجويز شده كرومولين مصرف نكنيد. اگر طبق يك برنامه منظم كرومولين مصرف مي‌كنيد و يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجرديكه به ياد آورديد مصرفش كنيد. سپس نوبت‌هاي باقيمانده تا پايان روز را در فواصل مساوي مصرف كنيد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد. آئروسل استنشاقي كرومولين از دستورالعمل داخل بسته دارو پيروي كنيد. تعداد اسپري‌هاي استفاده شده را ثبت كنيد. برخي كپسول‌ها حاوي 112 يا 200 بار اسپري هستند. براي آنكه ببينيد چقدر از كپسول پر مي‌باشد آن را داخل ظرف آب نياندازيد. افشانه را قبل از اولين استفاده و اگر مدت‌ها است كه مورد استفاده قرار نگرفته‌است بيازماييد. براي آزمودن افشانه ظرف فلزي محتوي دارو (كپسول را به قطعه دهاني داخل كنيد. پوشش روي قطعه دهاني را برداريد و افشانه را به طور خوبي تكان دهيد. درحالي كه افشانه را در جهتي مخالف به طرف يك سطح تيره گرفته‌ايد، بالاي افشانه را يك بار فشار دهيد و دارو را داخل هوا كنيد. اگر يك ابر با دانه‌هاي زير مشاهده كرديد، افشانه كار مي‌كند. در غير اين صورت دوباره سعي كنيد. از پزشكتان بخواهيد روش استفاده از افشانه را به شما نشان دهد. مثلاً برخي از پزشكان يك وسيله به نام آسم‌يار را كه بين افشانه و دهان استفاده مي‌شود، توصيه مي‌كنند و برخي روش‌هاي دهان بسته يا دهان باز را ترجيح مي‌دهند. بيش از دوبار در يك نوبت آنهم با حداقل 2-1 دقيقه

فاصله از دارو استفاده نكنيد. از اسپري كردن به داخل چشم خودداري كنيد. 60-15 دقيقه پيش از مواجهه با هر عاملي كه در شما موجب حمله مي‌شود از اين دارو استفاده كنيد. ظرف محتوي دارو را بيش از مصرف تكان دهيد.حداقل هفته‌اي دوبار افشانه را تميزكنيد تا باقيمانده‌هاي دارو را تميز كنيد. ظرف محتوي دارو را از قطعه دهاني جدا كنيد. از خيس كردن ظرف خودداري كنيد. بقيه قسمت‌هاي افشانه را با آب و صابون گرم بشوييد و سپس به خوبي زير شير آب گرم آب بكشيد. آب روي افشانه را با تكان دادن بريزيد و بگذاريد با پيش از وصل كردنش به ظرف محتوي دارو، خشك شود. كپسول كروموليـن سديم براي استنشاق توسط وسايل خاصي استفاده مي‌شوند. از پزشكتان بخواهيد روش كار با اين وسايل را به شما بياموزد. كپسول را از راه دهان نبلعيد؛ اين دارو به شكل خوراكي اثر نمي‌كند. آمپول كروموليـن سديم استنشاقي را بايد براي دسترسي به دارو شكست اين دارو فقط بايد در يك دستگاه نبولايزر برقي استفاده شود. از پزشكتان بخواهيد روش شكستن آمپول و روش استفاده از نبولايزر را به شما بياموزد و دستورالعمل مكتوب در اختيارتان بگذارد. اطمينان حاصل كنيد كه روش صحيح كار با اين وسيله را آموخته باشيد. هر سؤالي داشتيد از پزشك يا دارو سازتان بپرسيد. كروموليـن سديم براي استفاده از راه بيني و محلول‌هاي مخصوص بيني با وسايل خاصي استفاده مي‌شود تا داروي تجويز شده را در فواصل منظم به بدن برساند. براي مصرف هر دو شكل دارو ابتدا بايد مجاري بيني خود را با فين‌كردن پاك كنيد. در هنگام مصرف دارو از راه دهان نفس بگيريد. براي محلول مخصوص بيني كروموليـن از يك اسپري مخصوص استفاده مي‌شود، پس از استفاده قطعه بيني اين وسيله را با يك دستمال پاك كنيد و در پوش وسيله را بگذاريد. براي استفاده محلول كروموليـن (از راه بيني ، از يك وسيله براي تسهيل استنشاق محلول استفاده مي‌شود. پس اين وسيله بايد قطعه بيني با دستمال تميز شود. اما براي تميز كردن اين وسيله، بايد آن را شست داخل حباب را نبايد بشوييد. پودر را در جاي خشك نگه داريد تا قابل استفاده باقي بماند.هشدارها و عوارض جانبي درصورت بروز هريك از علايم نادر ولي جدي زير مصرف كروموليـن را قطع كرده بلافاصله با پزشكتان تماس بگيريد: سرگيجه احساس ضعف افزايش خس‌خس سينه يا تنگي نفس بثورات جلدي يا كهير؛ تورم صورت لب‌ها، پلك‌ها، داخل دهان دست‌ها يا پاها؛ درد قفسه صدري لرز؛ ادرارکردن دردناك يا مشكل سردرد شديد؛ درد يا تورم مفاصل اثرات معمول دارو عبارتند از سرفه خشكي دهان يا گلو، تهوع گرفتگي بيني يا سوزش گلو. براي تسكين خشكي دهان بايد پس از استفاده از دارو، دهان را با آب گرم بشوييد؛ براي سردرد استامينوفن مصرف كنيد. علايم نامعمول‌تر عبارتند از خشونت صدا و

آبریزش از چشم اگر این علایم مشکل‌ساز شدند پزشکتان را مطلع سازید.
موارد احتیاط در صورت وجود هریك از موارد زیر پیش از مصرف کرومولین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایي نگهدارنده‌ها، رنگ‌هاي خوراکي یا داروها (به ویژه کرومولین یا دیگر داروهاي استنشاقي بارداري یا شیردهي مصرف داروهایي دیگر دچار پولیپ بیني اگر مجاري بیني بسته باشند کرومولین بیني به همان اندازه مؤثر نخواهدبود. هنگام مصرف کرومولین توصیه مي‌شودبه‌طور مستقیم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. اگر ظرف 4 هفته از درمان بهبود نداشته‌اید یا اصولاً علایم‌تان بدتر شده است پزشکتان را مطلع سازید. کرومولین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداري کنید (در این شرایط کرومولین فاسد مي‌شود). کرومولین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان دور بریزید. ظرف محتوي دارو را حتي در صورت خالي بودن نشکنید، نسوزانید، یا سوراخ نکنید. هنگام مصرف کرومولین نباید پیش از هماهنگي و تأیید پزشکتان داروهاي دیگري را که به خاطر بیماري تان مصرف مي‌کنید (مثل کورتیکواستروئیدها یا گشادکننده‌هاي برونش قطع کنید.

در مورد اين دارو نفازودون يك داروي ضد افسردگي است اين دارو براي تسكين علايم دوره‌هاي افسردگي ماژور تجويز مي‌شود. نفازودن يك مهاركننده بازجذب سروتونين است چگونگي مصرف نفازودون معمولاً روزي دو نوبت به مقدار مساوي مصرف مي‌شود. مهم است كه اين دارو هر روز در ساعت معيني خورده شود. هيچگاه كمتر يا بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. ممكن است چند هفته طول بكشد تا اثرات دارو ظاهر شود و به حداكثر برسد. مهم است كه تا زماني كه پزشكتان دستور نداده مصرف نفازودون را ادامه دهيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. نفازودن را مي‌توان با يا بدون غذا مصرف كرد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه به ياد آورديد، مصرفش كنيد. اگر تقريباً موقع نوبت بعدي فرا رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد، مقدار دارو را دو برابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم نادرولي جدي زير، مصرف نفازودون را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: بثورات جلدي گيجي از دست دادن هماهنگي در حركات يا خواب‌آلودگي شديد. علايم زير ممكن است رخ دهند ولي فقط در صورتي كه مشكل‌ساز شوند نياز است با پزشك در ميان گذاشته شوند: سردرد، خواب‌آلودگي ضعف سرگيجه خواب‌آلودگي سرفه خشكي دهان تهوع استفراغ احساس طعم نامطبوع در دهان اسهال يبوست تاري ديد، درد عضلاني يا روياهاي غيرعادي موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف نفازودون پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به نفازودون يا ديگر مهاركننده‌هاي بازجذب سروتونين بارداري شيردهي‌مصرف داروهاي ديگر به ويژه داروهاي پرفشاري خون الكل مسكن‌هاي تجويزي توسط پزشك آرامبخش‌ها، داروهاي ضد افسردگي شل‌كننده‌هاي عضلاني داروهاي ضد تشنج استميزول سيساپرايد، ديگوكسين مهاركننده‌هاي مونوآمين اكسيداز مثل فورازوليدون ايزوكربوكسازيد، فنلزين پروكاربازين سلژيلين و ترانيل‌سيپرومين مصرف نفازودون در حاليكه همزمان مهاركننده‌هاي مونوآمين اكسيداز مصرف مي‌كنيد يا كمتر از 2هفته است كه مصرف چنين داروهايي را قطع كرده‌ايد ممكن است موجب گيجي افزايش ناگهاني دماي بدن افزايش شديد فشار خون و بروز تشنج شود. سابقه يا ابتلا به بيماري‌هاي قلبي الكليسم (اعتياد به الكل يا بيماري‌هاي كليوي يا كبدي هنگام مصرف نفازودونتوصيه مي‌شود به طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهودتان را زير نظر داشته باشد. ممكن است 4 هفته طول بكشد تا

اثر دارو ظاهر شده به حداكثر برسد؛ ممكن است بخواهيد در اين مدت با پزشكتان ملاقات كنيد. چنين پيشنهاد شده است كه مصرف اين دارو افكار خودكشي را افزايش مي‌دهد. در اين مورد، و در مورد هرگونه اقدامات احتياطي لازم با پزشكتان مشورت كنيد. تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به اين دارو، در هنگام رانندگي يا كار با وسايل خطرناك احتياط كنيد. اين دارو در برخي افراد موجب خواب‌آلودگي و كاهش سطح هوشياري مي‌شود. براي تسكين خشكي دهان از آدامس يا آب‌نبات‌هاي بدون قند استفاده كنيد يا چند جرعه آب بنوشيد. اگر اين مشكل بيش از 2 هفته ادامه پيدا كرد با پزشكتان مشورت كنيد.
از حالت خوابيده به نشسته يا ايستاده و نشسته به ايستاده به آرامي تغيير وضعيت دهيد؛ در غير اينصورت ممكن است دچار سرگيجه و سياهي رفتن چشم شويد.يك برگه شناسايي پزشكي كه نشان دهد نفازودون مصرف مي‌كنيد به همراه داشته باشيد.
نفازودون را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين صورت شرايط نفازودون فاسد مي‌شود). نفازودون تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف نفازودون نبايد نوشابه‌هاي الكلي بنوشيد يا از داروهاي آرامبخش ديگر استفاده كنيد؛ زيرا اين‌ها خواب‌آلودگي و سرگيجه‌اي را كه ممكن است در اثر مصرف نفازودون ايجاد شود، تشديد خواهند كرد.

در مورد اين دارو نيتروگليسرين براي كاهش آنژين صدري تجويز مي‌شود. آنژين صدري درد قفسه سينه‌اي است كه مشخصاً كمتر ار 15 دقيقه طول مي‌كشد و ناشي از خونرساني ضعيف به ماهيچه قلبي است اين دارو در سه مورد مفيد است و كاربرد دارد: (1) تخفيف يك آنژين صدري با مصرف دارو و پس از شروع درد، (2) جلوگيري از حمله قلبي با مصرف دارو و درست پيش از بروز حمله و (3) كاهش تعداد حملات با مصرف دائمي و منظم دارو. قرص‌هاي زير زباني نيتروگليسرين قرص‌هايي كه در دهان بين لب يا گونه و لثه‌هاي فوقاني گذاشته مي‌شوند، يا اسپري آئروسل كه در زير زبان زده مي‌شود، همگي حملات آنژيني را تخفيف داده يا از آن‌ها جلوگيري مي‌كنند. چگونگي مصرف دارو را درست مطابق تجويز پزشك مصرف كنيد. اگر مطمئن نيستيد كه چه شكلي از دارو را مصرف مي‌كنيد، قبل از استفاده از دارو با پزشكتان مشورت كنيد. هر شكل از نيتروگليسرين دستور مصرف خاص خودش را دارد: قرص زير زباني نيتروگليسرين براي تخفيف يا جلوگيري از درد حمله آنژين مصرف مي‌شود. اين قرص‌ها را نبايد بلعيد، خردكرد، يا جويد، بلكه بايد در زير زبان يا ميان لب يا گونه و لثه‌ها فوقاني قرار داد. وقتي قرص را در محل قرار داده‌ايد، سيگار نكشيد و چيزي نخوريد و ننوشيد. با آغاز درد آنژيني بنشينيد و يك قرص را زير زبان يا بين گونه و لثه بالايي قرار دهيد. اگر احساس غش سرگيجه يا سياهي رفتن چشم داشتيد، چند نفس عميق بكشيد و سرتان را بين دو زانوي‌تان نگه داريد تا اينكه اين احساس ار بين برود.مي‌توان هر 5 دقيقه تا دو بار ديگر دارو را تكرار كرد. اگر پس از 15 دقيقه با مصرف 3 قرص دردتان برطرف نشد، با پزشكتان يا يك مركز فوريت‌هاي پزشكي تماس بگيريد، يا از كسي بخواهيد شمارا فوراً به يك بخش فوريت‌هاي پزشكي برساند. اگر نيتروگليسرين را براي پيشگيري از حمله آنژيني مصرف مي‌كنيد، 15-10 دقيقه پيش از هر فعاليت تنش‌زايي كه قبلاً هم موجب حمله مي‌شده است يك قرص زير زبان بگذاريد. نيتروگليسرين در معرض هوا، گرما، و رطوبت فاسد مي‌شود. پنبه داخل ظرف دارو را پيش از اولين استفاده دورانداريد و در ظرف را محكم ببنديد. دارو را در محلي خنك و خشك نگهداري كنيد. قرص‌ها را به يك ظرف ديگر منتقل نكنيد مگر آنكه آن ظرف براي نگهداري نيتروگليسرين ساخته شده باشد. داروي ديگري داخل ظرف حاوي نيتروگليسرين نريزيد، و ظرف حاوي نيتروگليسرين را با خود داخل جيبتان حمل نكنيد، چرا كه در اينصورت ممكن‌است بيش از حدگرم شود. با رعايت اين نكات احتياطي

نيتروگليسرين تا آخر تاريخ انقضايش (كه روي ظرف دارو مشخص شده مؤثر و كارا باقي خواهد ماند. آئروسل زباني نيتروگليسرين توسط يك ظرف مجهز به اسپري استفاده مي‌شود. در موقع نياز ظرف را سربالا گرفته يك يا دو بار (البته به تجويز پزشكتان رو يا زير زبان اسپري كنيد. بعد از هر بار اسپري دهانتان را ببنديد و همان موقع آب دهانتان را قورت ندهيد. ظرف محتوي دارو را تكان ندهيد و اسپري را استنشاق نكنيد. وقتي احساس مي‌كنيد درد آنژيني مي‌خواهد شروع شود، بنشينيد و دارو به زير زبان‌تان اسپري كنيد. اگر احساس غش سرگيجه يا سياهي رفتن چشم داشتيد، چند نفس عميق بكشيد و سرتان را بين دو زانو قرار دهيد تا به تدريج اين احساس رفع شود. و در صورت عدم بهبود درد دارو را مي‌توان هر 5 دقيقه (مجوعاً تا سه نوبت تكرار كرد. اگر پس از 15 دقيقه يا سه بار اسپري هنوز درد داشتيد با پزشكتان يا يك مركز فوريت‌هاي پزشكي تماس بگيريد، يا از كسي بخواهيد فوراً شما را به بخش فوريت‌هاي يك بيمارستان برساند.قرص‌هاي كامي طولاني‌رهش نيتروگليسرين را بين لب يا گونه و لثه‌هاي فوقاني قرار مي‌دهند تا به تدريج در دهان حل شود. اين قرص‌ها را نبايد بلعيد، جويد، يا خردكرد. اگر در طي 5-3 ساعتي كه قرص در محل است مي‌خواهيد چيزي بخوريد يا بنوشيد، قرص را بين لب بالا و لثه قرار دهيد. اگر اتفاقي يك قرص را بلعيديد، فقط كافي است يك قرص ديگر را جايگزين كنيد.با وجود يك قرص در دهان براي خواب به بستر نرويد؛ ممكن است باعث خفگي شود. نوشيدن نوشيدني‌هاي داغ و لمس قرص با زبان موجب مي‌شود تا قرص سريع‌تر حل شود.ساير قرص‌ها و كپسول‌هاي نيتروگليسرين را مي‌توان در سه يا يك ليوان پر از آب با شكم خالي بلعيد. اين دارو را بايد در محل خنك و خشك نگهداري كرد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه آن را به ياد آورديد مصرفش كنيد. اگر كمتر از 2 ساعت تا نوبت بعدي مانده بود، نوبت فراموش شده را رها كرده و به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد.پماد نيتروگليسرين براي جلوگيري يا كاهش دفعات حملات آنژيني استفاده مي‌شود. اين شكل از دارو روي حمله‌اي كه هم اكنون رخ داده اثري ندارد. دستورالعمل روي جعبه دارو را به دقت بخوانيد. پيش از ماليدن اين پماد، باقيمانده پماد قبلي را از روي پوستتان پاك كنيد. از خط‌كش كاغذي داخل جعبه دارو براي اندازه‌گيري مقداري از دارو كه بايد از لوله محتوي پماد خارج شود استفاده كنيد. يك لايه نازك را به دارو آغشته كنيد. پماد را به پوست نماليد. براي جلوگيري از التهاب و تحريك پوست در هر نوبت محل استعمال دارو را عوض كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه آن را به ياد آورديد، از دارو استفاده كنيد. اگر كمتر از 2 ساعت تا نوبت بعدي مانده‌استِ نوبت فراموش شده را استفاده كنيد و نوبت بعدي را جا اندازيد

و مجدداً به برنامه دارويي معمولتان باز گرديد.پلاك‌هاي نيتروگليسرين (روش پوست گذر) براي جلوگيري يا كاهش دفعات حملات آنژيني استفاده مي‌شود. پيش از گذاشتن يك پلاك جديد، قبلي را برداريد. لبه‌هاي پلاك را نبريد و آن را كوچك نكنيد، زيرا با اينكار مقداري از دارو را كه بايد به بدنتان برسد تغيير مي‌دهيد. پلاك را در يك محل پاكيزه و خشك پوست كه بدون مو (يا كم‌مو)، و فاقد جوشگاه بريدگي يا بثورات جلدي باشد بكار بريد. براي جلوگيري از تحريك پوست محل پلاك را هربار عوض كنيد. اگر پلاك جدا شد، يك پلاك جديد نصب كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد ، به مجردي كه آن را به ياد آورديد پلاك را نصب كنيد و به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير با پزشكان تماس بگيريد: تاري ديد، خشكي دهان سردرد شديد، يا بثورات جلدي علايم مسموميت در اثر مصرف بيش از حد نيتروگليسرين عبارتند از: كبودي لب‌ها، بستر ناخن‌ها، و كف دست‌ها؛ سرگيجه شديد؛ احساس فشار در سر؛ مشكل در تنفس خستگي شديد؛ ضربان قلب تند؛ تب و تشنج برخي از مصرف كنندگان نيتروگليسرين همچنين ممكن است دچار سردرد خفيف برافروختگي صورت و گردن و تهوع شوند. با استفاده مداوم از دارو سردرد معمولاً طي چند روز يا هفته رفع خواهد شد. اين سردردها را مي‌توان با مسكن‌هاي معمولي تسكين داد. اگر اين علايم مشكل‌ساز شدند يا نمي‌دانستيد كه براي تسكين سردردتان چه دارويي مصرف كنيد با پزشكتان مشورت كنيد.موارد احتياطدر صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف نيتروگليسرين ، پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به هر نوع ماده غذايي نگه‌دارنده‌ها، يا رنگ‌هاي خوراكي نيتروگليسرين يا داروهاي ديگر (به ويژه نيترات‌ها و نيتريت‌ها). بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه داروهاي پرفشاري خون يا ديگر داروهاي قلبي سابقه يا ابتلا به خونريزي مغزي يا ضربه به سر اخير، كم خوني گلوكوم (افزايش فشار داخل چشم ، پركاري تيروئيد، مشكلات قلبي يا بيماري‌هاي كليوي هنگام مصرف نيتروگليسرين توصيه مي‌شود به طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زيرنظر داشته باشد.به آرامي از حالت نشسته يا خوابيده برخيزيد تا دچار سرگيجه و سياهي رفتن چشم نشويد. يك برگه شناسايي پزشكي به همراه داشته باشيد كه نشان دهد نيتروگليسرين مصرف مي‌كنيد. نيتروگليسرين را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شريط نيتروگليسرين فاسد مي‌شود). نيتروگليسرين تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف نيتروگليسرين نبايد بدون مشورت با پزشكتان دارو را قطع كنيد. براي قطع اين دارو مقدارش بايد تدريجاً كاهش يابد.

الكل بنوشيد، براي مدتي طولاني سرپا بايستيد، يا در هواي گرم ورزش كنيد. اين فعاليت‌ها ممكن‌است موجب سياهي رفتن چشم يا سرگيجه شوند.

NIFEDIPIN

در مورد اين دارونيفديپين براي درمان پرفشاري خون تسكين درد قلبي در قفسه سينه (آنژين صدري ، نارسايي احتقاني قلب و پديده رينود و نيز جلوگيري از سردردهاي ميگرني تجويز مي‌شود. پزشكان ممكن است در شرايط ديگري نيز نيفديپين را تجويز كنند. اين دارو از طريق مسدودكردن ورود كلسيم به داخل سلول‌ها عمل مي‌كند؛ به همين علت آن را يك داروي مسدودكننده كانال كلسيمي مي‌نامند. اين خاصيت مسدودكنندگي باعث مي‌شود تا مقدار كلسيم در سلول‌هاي قلبي و رگ‌هاي خوني كاهش يابد كه موجب كاهش ضربان قلب و گشادي عروق (رگ‌ها) مي‌شود. بنابراين فشارخون پايين مي‌آيد، جريان خون افزايش مي‌يابد و بار كاري قلب كاهش پيدا مي‌كند. چگونگي مصرف مقادير متفاوتي از نيفديپين براي موارد گوناگوني تجويز مي‌شود. مهم است كه دارويتان را هر روز در ساعت يكساني مصرف كنيد. شكل‌هاي طولاني اثر نيفديپين روزي يك بار مصرف مي‌شود. و بهتر است صبح ناشتا خورده شود تا فراموش نشود. در مواردي كه روزي چند نوبت نيفديپين تجويز مي‌شود، بايد مطمئن شويد همه نوبت‌ها را مي‌خوريد. نيفديپين را مي‌توان با يا بدون غذا مصرف كرد. هيچ‌گاه بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجرديكه به ياد آورديد، مصرفش كنيد. در مواردي كه دارو را روزي يك بار مصرف مي‌كنيد اگر كمتر 8 ساعت تا نوبت بعدي مصرف دارو مانده بود، نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. اگر نيفديپين را روزي چندبار مصرف مي‌كنيد، اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را حذف كنيد. مقدار دارو را دو برابر نكنيد و پيش از هماهنگي و مشورت با پزشكتان مصرف دارو را قطع نكنيد. براي قطع اين دارو مقدار داروي مصرفي بايد به تدريج كاهش داده شود. در اكثر مواردي كه نيفديپين تجويز مي‌شود براي مهار بيماري است نه درمان آن بنابراين ممكن است مجبور باشيد كه آن را در سال‌ها يا حتي تا پايان عمر مصرف كنيد، حتي اگر احساس بهبودي مي‌كنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از نشانه‌هاي نادر ولي جدي زير مصرف نيفديپين را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: درد قفسه سينه مشكل در تنفس تنگي نفس يا خس خس سينه سرگيجه يا سياهي رفتن چشم پس از برخاستن از حالت خوابيده يا نشسته تورم دست‌ها و پاها يا افزايش وزن ناگهاني (5/1 كيلو در 4-24.8 ساعت ؛ التهاب لثه‌ها؛ بثورات جلدي تپش قلب (احساس حركت سريع قلب در قفسه سينه . علايم زير ممكن است

تا تنظيم شدن بدنتان با دارو مشاهده شوند: سردرد، خستگي برافرواختگي و احساس گرمي تهوع يا يبوست يا اسهال اگر اين علايم ادامه يافتند يا مشكل‌ساز شدند، موضوع را با پزشكان درميان بگذاريد. موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف نيفديپين پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به نيفديپين يا ديگر داروهاي مسدودكننده كانال كلسيم بارداري و شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه كاربامازپين سيكلوسپورين استروئيدها، يا ديگر داروهاي پرفشاري خون (مسدودكننده‌هاي بتا، كينيدين ديگوكسين ديسوپيراميد، فلكاينيد، يا پروكايناميد
سابقه يا ابتلا به حساسيت فشارخون پايين حمله قلبي يا بيماري كليوي يا كبدي هنگام مصرف نيفديپين توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودي‌تان را زيرنظر داشته باشد. در مورد يك سطح فعاليت بدني بي‌خطر با پزشكتان مشورت كنيد. نيفديپين ممكن است درد قلبي را كاهش دهد يا آن را كاملاً رفع كند و شما در نتيجه بيشتر از مقدار قابل قبول فعاليت بدني انجام دهيد.وزنتان را نسبت به قد و استخوان‌بندي‌تان در محدوده مناسب نگاه داريد. در صورت نياز از پزشكتان بخواهيد در كاهش وزن به شما كمك كند. اگر براي كاهش فشارخون نيفديپين مصرف مي‌كنيد، مصرف سديم (نمك خود را محدود كنيد. از پزشكتان درخواست كنيد دستورات تغذيه‌اي در اختيارتان بگذارد يا شما را به يك متخصص تغذيه معرفي كند. اگر سيگاري هستيد، سيگار را ترك كنيد. از پزشكتان بخواهيد شما را به يك مشاوره يا گروه ترك سيگار معرفي كند. الكل ننوشيد. به آرامي از حالت خوابيده به نشسته يا ايستاده و يا از حالت نشسته به ايستاده تغيير وضعيت دهيد تا دچار سرگيجه و سياهي رفته چشم نشويد. فشارخونتان را هر هفته اندازه بگيريد و تغييرات قابل توجه را به پزشكتان اطلاع دهيد. فشارخون‌هاي اندازه‌گيري شده را ثبت كنيد و در هنگام مراجعه به پزشكتان آن را همراه ببريد. پيش از مصرف نيفدپيين نبضتان را بشماريد. اگر مساوي يا كمتر از 60 بود در مورد اين كه بايد آن نوبت دارو مصرف كنيد يا خير، با پزشكتان تماس بگيريد. براي جلوگيري از مشكلات دنداني و لثه‌اي ناشي از اين دارو بهداشت دهان خود را با مسواك زدن استفاده نخ دندان و مراجعه منظم به دندانپزشك حفظ كنيد. قرص‌هاي طولاني رهش را درسته ببلعيد؛ آنها را نجويد، خرد نكنيد و نشكنيد. داروي كافي براي روزهاي تعطيل در دسترس داشته باشيد. يك برگه شناسايي پزشكي كه نشان دهد نيفديپين مصرف مي‌كنيد همراه داشته باشيد.
از آنجايي كه اين دارو مي‌تواند روي نتايج برخي آزمون‌هاي آزمايشگاهي اثر بگذارد، ساير پزشكان را از اين كه نيفديپين مصرف مي‌كنيد، مطلع

سازيد. نيفديپين را از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط نيفديپين فاسد مي‌شود).نيفديپين تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف نيفديپين نبايد تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگي كنيد يا با وسايل خطرناك كار كنيد. اگر خواب‌آلودگي يا سرگيجه مشكل‌ساز شد، با پزشكتان مشورت كنيد. بدون مشورت با پزشكتان مقادير زيادي آب گريپ فروت بنوشيد. گريپ فروت اثرات نيفديپين را افزايش مي‌دهد. داروي ديگري (به ويژه محرك‌هاي بدون نياز به نسخه و داروهاي سرفه يا سرماخوردگي را بدون هماهنگي قبلي با پزشكتان مصرف كنيد.

در مورد اين دارو هيدروكلروتيازيد يك داروي مدر (ادارآور) رايج است اين دارو با كمك به دفع آب و سديم اضافي بدن از طريق ادرار، و در نتيجه كاهش مايعات در گردش خون فشارخون را پايين مي‌آورد. كاهش اين فشار، از بار كاري قلب نيز مي‌كاهد. بالا باقي ماندن فشار داخل سرخرگ‌ها به سرخرگ (شريان هاي مغز، قلب و كليه‌ها صدمه مي‌زند. اين آسيب احتمال سكته مغزي و حمله قلبي و نارسايي كليه را زياد مي‌كند. هيدروكلروتيازيد همچنين موجب دفع برخي مواد شيميايي نظير سديم و پتاسيم از بدن مي‌شود. چگونگي مصرف هيدروكلروتيازيد را مي‌توان با غذا يا شير مصرف كرد تا معده را ناراحت نكند. سعي كنيد دارويتان را هر روز سرساعت معيني بخوريد تا آن را فراموش نكنيد. اگر روزي يك نوبت هيدروكلروتيازيد مصرف مي‌كنيد، سعي كنيد صبح هنگام باشد يا وقتي كه به توالت دسترسي داشته باشيد. اگر به خاطر رفتن به خريد يا هر كاري مصرف دارو به تأخير انداختيد پيش از ساعت 4 بعدازظهر آن نوبت را مصرف كنيد. اگر بيش از يك نوبت هيدروكلروتيازيد مي‌خوريد، باز هم آخرين نوبت بايد پيش از ساعت 4 بعدازظهر مصرف شود. اين برنامه كمك مي‌كند تا شبانگاه جهت ادرارکردن از خواب برنخيزيد. اگر از شكل مايع دارو استفاده مي‌كنيد براي اندازه‌گيري مقدار دارو از قطره چكان همراه دارو استفاده كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، به مجردي كه به ياد آوريد مصرفش كنيد. اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده است نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي منظم‌تان بازگرديد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم زير با پزشكتان تماس بگيريد: واكنش‌هاي حساسيتي (بثورات جلدي يا كهير)؛ خشكي دهان تشنگي شديد؛ بي‌نظمي ضربان قلب دردها و گرفتگي‌هاي عضلاني تهوع و استفراغ خستگي يا خواب آلودگي شديد؛ شكم‌درد يا سوزش شديد معده كبودي يا خونريزي غيرعادي مدفوع سياه و قيري لكه‌هاي قرمز روي پوست وجود خون در ادار يا مدفوع درد مفاصل كمردرد؛ زردي چشم يا پوست موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف هيدروكلروتيازيد، پزشكتان را مطلع سازيد:
حساسيت به هيدروكلروتيازيد يا ديگر داروهاي سولفاميدي بومتانيد؛ فوروسمايد؛ يا داروهاي مدر ديگر مثل مهار كننده‌هاي كربونيك آيندراز. بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه ديگوكسين ليتيم يا داروهاي كاهنده كلسترول (كلستيرامين كلستيپول . سابقه يا ابتلا به بيماري قند، اختلال چربي‌هاي خون يا بيماري‌هاي كليوي هنگام مصرف

هيدروكلروتيازيد توصيه مي‌شود دارو را طبق تجويز پزشكتان مصرف كنيد.در مورد نياز به كاهش وزن ترك سيگار، پرداختن به ورزش يا تغييرات در برنامه غذايي (مثل محدوديت مصرف نمك يا مصرف بيشتر غذاهاي حاوي پتاسيم مثل موز، آب پرتقال خشكبار، طالبي و گرمك . به طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبوديتان را زير نظر داشته باشد. هفته‌اي يك بار (يا طبق دستور پزشكتان فشارخون و وزنتان را اندزه بگيريد و مقادير آن‌ها را يادداشت كنيد تاآن را در هر مراجعه به پزشكتان نشان دهيد. (روش اندازه‌گيري فشار خون را از يك پزشك يا پرستار بياموزيد.) هرگونه افزايش يا كاهش وزن هفتگي در حدود 2-5/1 كيلوگرم را به اطلاع پزشكتان برسانيد. پيش از مصرف هرگونه دارو، حتي داروهاي مجاز بدون نسخه يا داروهاي گياهي حتماً با پزشكتان مشورت كنيد. از مواجهه بدون محافظت با نور خورشيد اجتناب كنيد؛ به ويژه آفتاب ساعت 10 صبح تا 3 بعدازظهر و نيز وسايل برنزه كننده از يك ضدآفتاب با قدرت حفاظتي (SPF) حداقل 15 يا بيشتر براي مناطق در معرض نور پوست استفاده كنيد. هيدروكلروتيازيد موجب حساسيت به آفتاب مي‌شود و در مناطق بدون پوشش موجب آفتاب سوختگي شديد يا تغيير رنگ پوستي مي‌شود.
هيدروكلروتيازيد را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم يا حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط هيدروكلروتيازيد فاسد مي‌شود). هيدروكلروتيازيد تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف هيدروكلروتيازيد نبايدبه سرعت از حالت خوابيده به نشسته يا ايستاده يا نشسته به ايستاده تغيير وضعيت دهيد. زيرا ممكن است دچار سياهي رفتن چشم يا احساس غش شويد. الكل بنوشيد، براي مدتي طولاني بايستيد، يا در هواي گرم ورزش كنيد، اين فعاليت‌ها مي‌تواند موجب سياهي رفتن چشم و احساس غش شود. حتي در صورت احساس بهبودي دارويتان را قطع كنيد. اين دارو مشكل شما را كنترل مي‌كند، نه درمان و ممكن است لازم باشد آن را براي مدتي طولاني مصرف كنيد. اگر در مورد اين دارو سؤالي داريد از پزشكتان بپرسيد.

VERAPAMILE

در مورد اين دارو وارپاميل براي كنترل پرفشاري خون آنژين صدري (درد قلبي قفسه سينه ، و بي‌نظمي ضربان قلب و نيز جلوگيري از سردرد ميگرني تجويز مي‌شود. پزشكتان ممكن است به‌دلايل ديگري نيز برايتان وراپاميل تجويز كند. اين دارو در بدن از طريق جلوگيري از ورود كلسيم به داخل سلول‌ها عمل مي‌كند؛ به‌همين علت است كه آن را مسدودكننده كانال كلسيمي مي‌نامند. اين خاصيت مسدودكنندگي باعث مي‌شود مقدار كلسيم در سلول‌هاي عروق خوني و قلب كاهش يابد و به‌دنبالش ضربان قلب كندتر و عروق خوني گشادتر شوند. كه در نتيجه فشارخون پايين مي‌آيد، جريان خون افزايش مي‌يابد، و از بار‌كاري قلب نيز كاسته مي‌شود. چگونگي مصرف مهم است كه هر روز دارويتان را سر ساعت معيني مصرف كنيد. انواع طولاني اثر وارپاميل معمولاً روزي يك بار مصرف مي‌شوند. معمولاً بهتر است دارو ناشتا خورده شود تا بعداً فراموش نشود. اگر روزي چند نوبت وارپاميل مصرف مي‌كنيد بايد تلاش كنيد، هيچ نوبتي فراموش نشود. اكثر انواع وارپاميل را مي‌توان با يا بدون غذا مصرف كرد، بجز دو نوع خاص (كالان طولاني رهش و ايزوپتين طولاني رهش كه معده را ناراحت مي‌كنند و بايد با غذاخورده شوند. هرروز پيش از خوردن وراپاميل نبض‌تان را يك دقيقه بشماريد (اگر اين كار را بلد نيستيد از يك پزشك يا پرستار بخواهيد به شما آموزش دهد). اگر نبضتان 50 يا كمتر بود. پيش از خوردن وارپاميل آن روز با پزشكتان مشورت كنيد. هيچ‌گاه بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات به دقت پيروي كنيد. اگر يك نوبت را فراموش كرديد، اگر بيش از 8 ساعت تا نوبت بعدي مانده بود، به مجردي كه آن را به ياد آورديد مصرف كنيد. در غير اين‌صورت نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان باز گرديد. در مواردي كه بيش از يك نوبت در روز وارپاميل مي‌خوريد اگر تقريباً موقع نوبت بعدي رسيده بود، نوبت فراموش شده را رها كنيد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد و بدون مشورت با پزشكتان آن را قطع نكنيد. پيش از قطع وارپاميل مقدارش بايد به تدريج كاهش يابد. در اكثر مواردي كه وراپاميل تجويز مي‌شود، بيماري را كنترل مي‌كند نه درمان بنابراين ممكن است لازم باشد آن را سال‌ها يا تا پايان عمر مصرف كنيد، حتي اگر احساس بهبودي داشته باشيد.هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هر يك از علايم زير مصرف وارپاميل را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: درد قفسه سينه مشكل در تنفس تنگي نفس يا خس‌خس سينه ضربان قلب زير 50 در دقيقه سرگيجه يا سياهي رفتن چشم شديد پس از برخاستن از

وضعيت خوابيده يا نشسته تورم دست‌ها و پاها يا افزايش وزن ناگهاني (5/1 كيلو در 48-24 ساعت ؛ التهاب لثه‌ها؛ بثورات جلدي يا تپش قلب (احساس تكان خوردن شديد قلب در قفسه سينه . علايم زير ممكن است تا عادت كردن بدنتان به دارو رخ دهند: سردرد، سرگيجه خستگي ضعف گرگرفتگي و احساس گرما، تهوع يا يبوست اگر اين علايم ادامه يافتند يا مشكل‌ساز شدند، وضعيت را با پزشكتان در ميان بگذاريد.موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف وارپاميل پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به وراپاميل يا ديگر مسدودكننده‌هاي كانال كلسيمي بارداري يا شيردهي‌مصرف داروهاي ديگر، به‌ويژه كاربامازپين سيكلوسپورين استروئيدها، يا ديگر داروهاي فشارخون يا قلب (داروهاي مُدر، مسدودكننده‌هاي بتا، كينيدين ديگوكسين ديزوپيراميد، فلكاينيد، يا پروكايناميد). سابقه يا ابتلا به حساسيت‌ها، كم‌فشاري خون حملات قلبي يا بيماري‌هاي كليوي يا كبدي هنگام مصرف وارپاميل توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زيرنظر داشته باشد. در مورد يك سطح فعاليت بدني بي‌خطر با پزشكتان مشورت كنيد. وارپاميل ممكن است درد قفسه سينه را كاهش دهد يا حتي از آن جلوگيري كند و در نتيجه شما بيشتر از مقدار مجاز فعاليت كنيد. وزنتان را متناسب با قد و استخوانبندي‌تان نگاه داريد. در صورت نياز به كاهش وزن از پزشكتان كمك بخواهيد.اگر وارپاميل را براي درمان پرفشاري خون مصرف مي‌كنيد، نمك كمتر مصرف كنيد. از پزشكتان دستورات تغذيه‌اي بخواهيد يا درخواست كنيد تا براي كمك بيشتر شما را به يك متخصص تغذيه معرفي كند. اگر سيگاري هستيد، سيگار را ترك كنيد. از پزشكتان بخواهيد شما را به يك مشاور يا گروه ترك سيگار معرفي كند. الكل ننوشيد. از حالت خوابيده به نشسته يا ايستاده يا نشسته به ايستاده آرام تغيير وضعيت دهيد تا دچار سرگيجه سياهي رفتن چشم و غش نشويد. براي جلوگيري از مشكلات دنداني و لثه‌اي ناشي از اين دارو بهداشت دهانتان را با زدن مسواك نخ كشيدن و مراجعه منظم به دندانپزشك حفظ كنيد. قرص‌هاي طولاني رهش را درسته ببلعيد؛ آنها را نجويد، نشكنيد يا خرد نكنيد. اگر با مصرف وراپاميل دچار تهوع شديد، آن را با شير يا غذا بخوريد. براي روزهاي تعطيل داروي كافي در دسترس داشته باشيد. يك برگ شناسايي پزشكي همراه داشته باشيد كه نشان دهد وراپاميل مصرف مي‌كنيد.ساير پزشكان را از اين كه وراپاميل مصرف مي‌كنيد آگاه سازيد؛ اين دارو ممكن است روي برخي آزمون‌هاي آزمايشگاهي تأثير بگذارد. وراپاميل را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط وراپاميل فاسد مي‌شود). وراپاميل تاريخ مصرف گذشته را دور از دستر كودكان در توالت دور بريزيد.هنگام مصرف

وارپاميل نبايد تا پيش از مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگي كنيد يا با ابزار خطرناك كه نياز به هوشياري كامل دارند كار كنيد. اگر ضعف يا سرگيجه مشكل‌ساز شد با پزشكتان مشورت كنيد.
بدون مشورت با پزشكتان هيچ دارويي را، حتي داروهاي محرك و سرفه يا سرماخوردگي كه بدون نسخه قابل تهيه هستند، مصرف كنيد.بدون مشورت با پزشكتان زياد آب گريپ فروت مصرف كنيد. آب گريپ فروت اثرات وراپاميل را افزايش مي‌دهد. بدون هماهنگي با پزشكتان نوع وراپاميل مصرفي خود را تغيير دهيد. برخي انواع وراپاميل بايد يك نوبت در روز و برخي انواع چند نوبت در روز مصرف شوند.

VALPRAIC ACID

در مورد اين دارو والپروئيك اسيد براي درمان صرع اَبسنس ساده و مركب تجويز مي‌شود. در اين نوع صرع بيمار به‌طور ناگهاني دچار از دست دادن هوشياري مي‌شود به‌طوري كه چهره‌اش بي‌حالت شده بي‌حركت باقي مي‌ماند. والپروئيك اسيد كمك مي‌كند تا دفعات بروز اين صرع كمتر گردد. چگونگي مصرف مقدار تجويزي والپروئيك اسيد بر اساس پاسخ باليني بيمار و سطح دارو در خون تعيين مي‌شود. دارو را ميتوان با يا بدون غذا مصرف كرد. هيچگاه بيشتر از مقدار تجويز شده مصرف نكنيد. از دستورات پزشكتان به دقت پيروي كنيد. اگر شكل مايع (سوسپانسيون والپروئيك اسيد را مصرف مي‌كنيد، فقط از پيمانه داخل جعبه دارو يا پيمانه‌اي كه پزشك در اختيارتان گذاشته است براي اندازه‌گيري داروي مصرفي استفاده كنيد. شربت اين دارو را مي‌توان با مقدار كمي آب‌ميوه يا غذا مخلوط كرد تا راحت‌تر خورده شود. مراقب باشيد سوسپانسيون يا شربت اين دارو در يخچال منجمد نشود. اگر كپسول والپروئيك اسيد مصرف مي‌كنيد، آن را درسته ببلعيد و كپسول‌ها را نشكنيد، خرد نكنيد، يا نجويد. اگر روزي يك نوبت والپروئيك اسيد مصرف مي‌كنيد و حال يك نوبت را فراموش كرده‌ايد ، به مجردي كه آن را به ياد آورديد مصرفش كنيد. البته اگر روزي دو يا چند نوبت والپروئيك اسيد مي‌خوريد و حال يك نوبت را فراموش كرده‌ايد، در صورتي كه ظرف 6 ساعت آن را به ياد آورديد مصرفش كنيد و نوبت‌هاي باقيمانده آن روز را در فواصل يكسان بخوريد. اگر تقريباً موقع نوبت بعدي بود، نوبت فراموش شده را رها كرده به برنامه دارويي معمولتان بازگرديد. مقدار دارو را دوبرابر نكنيد. هشدارها و عوارض جانبي در صورت بروز هريك از علايم نادر ولي جدي زير مصرف والپروئيك اسيد را قطع كرده با پزشكتان تماس بگيريد: گيجي تغييرات خلقي يا رفتاري تاري ديد؛ حركت‌هاي غيرعادي چشم‌ها به عقب و جلو، دوبيني مشاهده لكه در ميدان بينايي افزايش دفعات صرع كبودي يا خونريزي غيرعادي خون در ادرار يا مدفوع بي‌اشتهايي تهوع و استفراغ درد شكمي شديد؛ خستگي و ضعف زردي پوست يا چشم‌ها. علايم زير ممكن است رخ دهند، كه اگر مشكل‌ساز شدند مي‌توان آنها را با پزشك مطرح كرد: اسهال يبوست سرگيجه يا خواب‌آلودگي خفيف سوءهاضمه تهوع و استفراغ سردرد، بي‌قراري مشكل در به خواب رفتن ريزش مو، تغييرات دوره ماهانه بثورات جلدي افت مهارت‌هاي حركتي بدني يا كاهش يا افزايش وزن غيرعادي موارد احتياط در صورت وجود هريك از موارد زير پيش از مصرف والپروئيك اسيد، پزشكتان را مطلع سازيد:

حساسيت به والپروئيك اسيد يا ديوالپروكس بارداري يا شيردهي مصرف داروهاي ديگر، به ويژه ضدتشنج‌هاي ديگر (فني‌توئين كاربامازپين ؛ باربيتورات‌ها؛ پريميدون الكل متادون داروهاي خواب داروهاي ضدافسردگي داروهاي آرامبخش يا ساير داروهاي ضعيف‌كننده دستگاه عصبي مركزي داروهاي ضدانعقاد؛ يا داروهاي ضدمالاريا. سابقه يا ابتلا به بيماري‌هاي كبدي هنگام مصرف والپروئيك اسيد توصيه مي‌شود به‌طور منظم به پزشكتان مراجعه كنيد تا بهبودتان را زير نظر داشته باشد.براي جلوگيري از ناراحتي معده والپروئيك اسيد را با غذا مصرف كنيد. از مصرف الكل و ساير داروهاي ضعيف‌كننده دستگاه اعصاب مركزي (آرامبخش‌ها) اجتناب كنيد.

پيش از عمل جراحي كارهاي دندانپزشكي يا درمان‌هاي اضطراري ساير پزشكان را از اينكه والپروئيك اسيد مصرف مي‌كنيد مطلع سازيد. اين دارو ممكن است زمان خونريزي را افزايش دهد و با برخي آزمون‌هاي آزمايشگاهي تداخل كند. يك برگه شناسايي پزشكي همراه داشته باشيد كه نشان دهد والپروئيك اسيد مصرف مي‌كنيد.

والپروئيك اسيد را دور از دسترس كودكان و دور از گرما، نور مستقيم و حرارت مرطوب نگهداري كنيد (در اين شرايط والپروئيك اسيد فاسد مي‌شود). والپروئيك اسيد تاريخ مصرف گذشته را دور از دسترس كودكان در توالت دور بريزيد. هنگام مصرف والپروئيك اسيد نبايد پيش از مشورت با پزشكتان مصرف هر دارويي را شروع يا قطع كنيد. ساير داروها ممكن است بر چگونگي اثر والپروئيك اسيد بر بدنتان تأثير بگذارند.پيش از اطمينان يافتن از پاسخ بدنتان به دارو رانندگي كنيد يا با وساير خطرناك كار كنيد؛ اين دارو برخي افراد را دچار سرگيجه و خواب‌آلودگي مي‌كند و سطح هوشياري‌شان را پايين مي‌آورد.پيش از هماهنگي با پزشكتان دارو را قطع كنيد. اگر مدتي است فني‌توئين مصرف مي‌كنيد، براي قطع اين دارو مقدارش بايد به تدريج كاهش يابد.

# ACETYLCYSTEINE

موارد مصرف استيل سيستئين براي‌درمان مسموميت با استامينوفن و به‌منظور جلوگيري از اثر سمي آن بر كبدبه‌كار برده مي‌شود.
مكانيسم اثر: استيل سيستئين مي‌تواند كبدرا در برابر عوارض سمي متابوليت فعال‌استامينوفن از طريق افزايش ميزان‌گلوتاتيون و پيوند با متابوليت فعال محافظت نمايد.
موارد منع مصرف در آسم شديد وحساسيت به استيل سيستئين نبايدمصرف گردد.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود زخم معده‌با احتياط مصرف گردد.
2 ـ درمان با اين دارو حتي در صورت‌بروز كهير بايد ادامه يابد.
عوارض جانبي عوارض اين دارو خيلي‌شايع نيست ولي شامل واكنش‌هاي‌حساسيتي انقباض برونش ادم صورت بثورات جلدي آنافيلاكسي گيجي تب تهوع و استفراغ مي‌باشد.
نكات قابل توصيه 1 ـ دارو را مي‌توان‌به‌صورت تزريق داخل وريدي تجويز كرد.
2 ـ قبل از استفاده از اين دارو در درمان‌مسموميت با استامينوفن ضروري است‌كه محتويات داخل معده تخليه شود.
3 ـ درمان با اين دارو حداكثر ظرف 24ساعت اول پس از مسموميت صورت گيرد.
مقدار مصرف به‌عنوان پادزهر درمسموميت با استامينوفن در ابتدا مقدار150mg/kg در 200 ميلي‌ليتر دكستروز 5%طي 15 دقيقه انفوزيون وريدي مي‌شود ومتعاقب? مقدار 50mg/kg در 500 ميلي‌ليتردكستروز 5% طي 4 ساعت و سپس100mg/kg در 1000 ميلي‌ليتر دكستروز5% وراري 16 ساعت انفوزيون مي‌گردد.مقدار مصرف اين دارو در كودكان مشابه‌بزرگسالان است
اشكال دارويي
Injection: 200mg / ml

ACTIVATED CHARCOAL

موارد مصرف زغال فعال براي درمان‌غيراختصاصي اورژانس در مسموميت‌ناشي از اكثر داروها و مواد شيميايي‌مصرف مي‌شود. اين دارو مي‌تواند به‌بسياري از سموم در معده پيوند يافته وجذب آنها را كاهش دهد، هر چند كه درمسموميت با سيانور كاملا بي‌اثر و درمسموميت با اسيدهاي معدني بازهاي‌سوزاننده اتانول متانول و املاح آهن اسيدبوريك و مواد پاك كننده نسبت؟ بي‌اثراست اين دارو براي درمان اسهال سوءهاضمه هيپركلسترولميا و كمك به جذب‌گازهاي روده كه موجب نفخ مي‌شوند نيزمصرف مي‌شود.

مكانيسم اثر: به‌عنوان داروي ضداسهال زغال فعال شده بسياري از محركهايي راكه موجب اسهال و نارحتي گوارشي‌مي‌شوند، جذب سطحي مي‌كند. به‌عنوان‌پادزهر اين دارو مواد سمي خورده شده راجذب سطحي كرده و مانع از جذب آنها درمعده و روده مي‌شود.

فارماكوكينتيك اين دارو از مجراي

گوارش جذب نمي‌شود و متابوليزه نيزنمي‌گردد. راه اصلي دفع آن از طريق

مدفوع است حداكثر اثر درماني چنانچه‌دارو طي 30 دقيقه پس از بلع ماده سمي‌تجويز گردد، حداكثر اثر درماني حاصل‌مي‌گردد.

هشدارها: 1 ـ مصرف دارو ممكن است‌موجب بروز تهوع و استفراغ گردد كه ممكن است در موارد بلع مواد

سوزاننده يا هيدروكربن‌هاي فرارخطرناك باشد.

2 ـ مصرف طولاني اين دارو براي رفع‌ناراحتي‌هاي گوارشي كودكان زير 3 سال ممكن است سوء تغذيه ايجاد نمايد.

تداخل‌هاي دارويي زغال فعال مي‌تواندداروهاي موجود در لوله گوارش را جذب‌كند. جذب استيل سيستئين خوراكي وشربت ايپكا را كاهش مي‌دهد. لذا درمواردي كه مصرف هر دو دارو لازم است‌توصيه مي‌شود كه زغال را فقط پس ازاتمام استفراغ تجويز كرد. زغال را نبايد باشير يا شربت مخلوط كرد زيرا ظرفيت‌جذب با آن كاهش مي‌يابد.

نكات قابل توصيه 1 ـ دارو در ظرف‌دربسته نگهداري شود.

2 ـ اگر قبلا به مسموم شربت ايپكا داده‌شده است بعد از بروز استفراغ از اين دارواستفاده شود.

3 ـ استفاده طولاني مدت اين دارو به‌عنوان‌ضد نفخ توصيه نمي‌گردد.

4 ـ اين دارو رنگ مدفوع را سياه مي‌كند،اگرچه اين مسأله از نظر درماني

اهميت‌ندارد.
5 ـ از مصرف همزمان با ساير داروهاخودداري شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان در مسموميت حاد مقدار
100g ـ 30 گرم (2 g/kg ـ 1) به‌صورت‌سوسپانسيون در آب مصرف مي‌شود. دردرمان اسهال مقدار 520 ميلي‌گرم‌مصرف مي‌شود كه برحسب نياز، هر 30دقيقه تا يكساعت تكرار مي‌شود، حداكثرمقدار مصرف در اين موارد 4g/dayمي‌باشد. به‌عنوان ضد نفخ مقدار 4 - 1گرم از دارو سه بار در روز بعد از غذامصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 250mg
Suspension: 30g / 240ml

# AMYL NITRITE

موارد مصرف آميل نيتريت براي درمان‌حملات حاد آنژين صدري به‌كار مي‌رود.ولي بدليل وجود داروهايي با سميت كمترمانند نيترات‌ها كمتر مورد استفاده قرارمي‌گيرد. اين تركيب عموم؟ در درمان‌مسموميت با سيانيد مصرف مي‌شود. اين دارو همچنين به‌عنوان داروي كمك‌تشخيصي در بررسي عملكرد ذخيره‌اي‌قلب استفاده مي‌شود.

مكانيسم اثر: به‌نظر مي‌رسد كه اثر ضدآنژين آميل نيتريت در نتيجه كاهش فشارشرياني سيستميك و ريوي باشد و كاهش‌برونده قلبي به دنبال مصرف آميل نيتريت ناشي از گشاد شدن عروق محيطي‌مي‌باشد. به عنوان پادزهر مسموميت باسيانيد، آميل نيتريت موجب تشكيل‌متهموگلوبينمي مي‌گردد. اين ماده باسيانيد تركيب شده و تبديل به تركيب غيرسمي سيانومتهموگلوبين مي‌شود.

فارماكوكينتيك اثر آن طي 30 ثانيه شروع‌شده و 5 ـ 3 دقيقه ادامه خواهد داشت متابوليسم آن كبدي است و تقريب؟ 1/3 آن‌از راه كليه‌ها دفع مي‌گردد.

هشدارها: 1 ـ در بيماران سالخورده احتمال بروز كمي فشار خون در حالت‌ايستاده بيشتر است

2 ـ در كم خوني شديد، خونريزي مغزي وضربات وارده به سر، پركاري تيروئيد وانفاركتوس اخير ميوكارد با احتياطمصرف گردد.

عوارض جانبي عوارض شايع شامل‌سرگيجه و يا منگي هنگام برخاستن ازحالت خوابيده و يا نشسته برافروختگي‌صورت و گردن سردرد خفيف تهوع يااستفراغ نبض سريع و بيقراري مي‌باشد.

تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان باداروهاي پايين آورنده فشار خون و ياساير داروهاي گشادكننده عروق اثر آن راتشديد مي‌كند. اثرات هيستامين ونوراپي‌نفرين و استيل كولين در مصرف‌همزمان با آميل نيتريت كاهش مي‌يابد.داروهاي مقلد سمپاتيك اثر آميل نيتريت راكم مي‌كنند.

نكات قابل توصيه 1 ـ بيمار بايد آمپول رادر ميان دستمالي شكسته و 6 ـ 1 بار آنرااستنشاق كند و سپس در حالت نشسته وخوابيده قرار گيرد.

2 ـ اين دارو قابل اشتعال است

مقدار مصرف به عنوان ضد آنژين مقدار0/3 ميلي‌ليتر (يك آمپول استنشاق‌مي‌شود و مي‌توان آنرا هر 5 ـ 3 دقيقه تكرارکرد به عنوان پادزهر مسموميت با سيانيددر صورت لزوم هر 5 دقيقه به مدت

60 ـ 30 ثانيه تا زمان بهوش آمدن‌استنشاق مي‌شود و سپس فاصله

مقاديرمصرف را طولاني كرده و تا 24 ساعتمصرف دارو ادامه مي‌يابد.
اشكال دارويي
Ampules for Inhalation

# ATROPINE

موارد مصرف آتروپين در درمان اسپاسم‌پيلور، اسپاسم مجراي گوارشي همراه بامرفين در درمان اختلالهاي اسپاسمي‌مجاري صفراوي در قولنج كليه در درمان‌قاعدگي دردناك و شب اداري براي‌كاهش تنوس عضلات روده بهنگام‌عكسبرداري براي كاهش ترشحات بزاق وترشحات دستگاه تنفسي پيش از بيهوشي براي جلوگيري از براديكاردي و ايست‌سينوسي و كمي فشار خون ناشي ازسوكسينيل كولين به‌عنوان پادزهر دردرمان مسموميت با مهاركننده‌هاي كولين‌استراز از جمله سموم ارگانو فسفره همراه نئوستيگمين يا پيريدوستيگمين دررفع آثار مسددهاي عصبي ـ عضلاني و دربيماري پاركينسون مصرف مي‌شود.

مكانيسم اثر: اين دارو اثر استيل كولين برگيرنده‌هاي موسكاريني را مهار مي‌كند وبنابراين مي‌تواند روي عضلات صاف گيرنده‌هاي پس عقده‌اي ميوكارد، گره‌سينوسي و دهليزي و دهليزي ـ بطني غددمترشحه برون ريز، حركت دستگاه‌گوارش و تنوس ميزناي و مثانه تاثيربگذارد. با همين مكانيسم به‌عنوان پادزهربه‌كار مي‌رود. اثر ضدسرگيجه حقيقي وپاركينسون آن نيز بدليل همين اثر در مغزمي‌باشد. در مجموع مقادير كم آتروپين‌موجب مهار ترشحات بزاق و برونش وتعريق مي‌شود در حالي كه تجمع داروموجب گشاد شدن مردمك‌ها و افزايش‌سرعت ضربانات قلب مي‌گردد.

فارماكوكينتيك آتروپين در كبد هيدروليزآنزيمي شد. و در تمام بدن انتشار مي‌يابد وبراحتي از سد خوني ـ مغزي عبور مي‌كند.طول مدت اثر آن بسيار كوتاه است و 50درصد دارو از راه كليه‌ها دفع مي‌گردد.نيمه عمر حذف آتروپين از بدن 2/5 ساعت‌مي‌باشد.

هشدارها: 1 ـ نوزادان و كودكان به‌عوارضي سمي آتروپين حساسترند.

2 ـ به دليل كاهش عرق دماي بدن افزايش‌مي‌يابد.

3 ـ احتمال بروز هيجان و تحريك‌پذيري‌در سالخوردگان با مقادير درماني وجوددارد.

4 ـ در آريتمي قلبي نارسايي احتقاني قلب فقدان تنوس دستگاه گوارش احتباس‌ادرار، بزرگ شدن پروستات كوليت‌اولسراتيو، بارداري و شيردهي و گلوكوم‌با احتياط مصرف گردد.

5 ـ آتروپين از جفت عبور كرد و در شيرنيز ترشح مي‌شود.

موارد منع مصرف اين دارو در گلوكوم بازاويه بسته نبايد مصرف شود.

عوارض جانبي از عوارض شايع اين دارومي‌توان از يبوست خشكي دهان

بيني گلويا پوست و اشكال در بلع گشاد شدن‌مردمك‌ها، براديكاردي و سپس تاكيكاردي‌و كاهش تعريق نام برد.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان
اين دارو با گلوكوكورتيكوئيدها
و هالوپريدول مي‌تواند فشار داخل
چشم را افزايش دهد. در صورت مصرف‌همزمان با داروهاي آنتي‌هيستامين و ساير داروهاي ضد موسكاريني ديسوپيراميد، فنوتيازين‌ها و داروهاي ضد افسردگي سه حلقه‌اي اثرات‌آنتي‌موسكاريني تشديد مي‌شود. درصورت مصرف همزمان با داروهاي ضدمياستني سبب كاهش هر چه بيشتر تحرك‌روده مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ پس از مصرف دارواز رفتن در محيطهاي گرم و از پرداختن به‌فعاليت بدني شديد خودداري گردد.
2 ـ احتمال ايجاد اختلال ديد يا حساسيت به‌نور وجود دارد.
3 ـ احتمال بروز خشكي دهان بيني يا گلووجود دارد.
4 ـ تزريق وريدي آتروپين بايد به آهستگي‌صورت گيرد.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان ضد موسكاريني مقدار 0/6 ـ 0/4 ميلي‌گرم هر 6 ـ 4 ساعت‌به‌صورت عضلاني وريدي يا زير جلدي‌تزريق مي‌گردد. به‌عنوان ضد آريتمي
1 ـ 0/4 ميلي‌گرم هر 2 ـ 1 ساعت حداكثر تا2 ميلي‌گرم تزريق مي‌شود.
براي جلوگيري از ترشح بيش از حدبزاق مقدار 0/6 ـ 0/2 ميلي‌گرم هر 1 ـ 0/5ساعت قبل از اعمال جراحي 1/2 ـ 0/6ميلي‌گرم به‌طور همزمان با تزريق 2 ـ 0/5ميلي‌گرم نئوستيگمين به‌صورت وريدي ودر مسموميت كورار براي مهار كننده‌هاي‌كولين استراز مقدار 4 ـ 2 ميلي‌گرم تزريق‌وريدي مي‌گردد. سپس مقدار 2 ميلي‌گرم‌هر 10 ـ 5 دقيقه تا زمان برطرف شدن‌علايم موسكاريني و يا بروز علايم‌مسموميت با آتروپين تزريق مي‌گردد.
كودكان مقدار 0/01mg/kg (حداكثر 0/4ميلي‌گرم هر 6 ـ 4 ساعت به‌عنوان آنتي‌كولينرژيك تجويز مي‌گردد. به‌عنوان ضدآريتمي مقدار 0/03mg/kg ـ 0/01 تزريق‌وريدي مي‌شود. براي جلوگيري از ترشح‌بيش از حد بزاق و ترشحات مجاري تنفسي‌پيش از بيهوشي در كودكان با وزن 3 تاكيلوگرم بين 0/6 ـ 0/1 ميلي‌گرم استفاده‌مي‌شود. به‌عنوان پادزهر مهاركننده‌هاي‌كولين استراز مقدار اوليه 1 ميلي‌گرم‌تزريق وريدي يا عضلاني مي‌شود و سپس‌مقادير 1 ـ 0/5 ميلي‌گرم هر 10 ـ 5 دقيقه‌تزريق مي‌شود.
اشكال دارويي

Injection (as Sulfate) : 0.5mg / ml
mg / 10 ml 10

CALCIUM DISODIUME EDTATE

موارد مصرف اين دارو در درمان‌مسموميت حاد و مزمن با سرب و بعضي‌فلزات سنگين و همچنين در آنسفالوپاتي‌ناشي از آن استفاده مي‌گردد.
مكانيسم اثر: فلزات سنگين مانند سرب بسهولت جانشين كلسيم موجود در اين‌دارو شده و در نتيجه كمپلكس پايداري‌تشكيل مي‌شود كه از طريق ادرار دفع‌مي‌گردد.
فارماكوكينتيك نيمه عمر دفع دارو حدود20-60 دقيقه است و از راه كليه‌ها دفع‌مي‌گردد.
موارد منع مصرف دارو در بي‌ادراري و كم‌ادراري نبايد مصرف شود.
هشدارها: به‌دليل عوارض سمي و كشنده‌آن از انفوزيون سريع داخل وريدي‌خودداري گردد و حتي‌الامكان به‌صورت‌عضلاني استفاده شود.
عوارض جانبي احتمال نكروز لوله‌هاي‌كليوي به‌خصوص در كم ادراري وجوددارد.
مقدار مصرف يك گرم از دارو با
500 - 250 ميلي‌ليتر محلول كلرور سديم‌تزريقي يا محلول دكستروز 5% رقيق‌مي‌شود.
بزرگسالان در بزرگسالان بدون علايم‌باليني اين محلول در مدت حداقل يك‌ساعت دو بار در روز و به مدت 5 روزانفوزيون وريدي مي‌شود و سپس درمان‌به مدت 2 روز قطع مي‌گردد و در صورت‌لزوم پس از آن به مدت 5 روز از سر گرفته‌مي‌شود. در افراد با مسموميت متوسط يابدون علامت نبايد بيشتر از 50mg/kg/dayمصرف مي‌گردد. تجويز عضلاني دارونبايد از 35mg/kg دو بار در روز (مقدار كل75mg/kg/day) تجاوز كند.
كودكان همين مقدار مصرف روزانه بايددر فواصل 8-12 ساعته تجويز گردد ودرمان براي 5ـ3 روز ادامه يابد. دومين‌دوره درمان پس از يك دوره استراحت‌چهار روزه يا بيشتر شروع مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection: 50 mg/ml
آتروپين آميل نيتريت

DEFEROXAMINE

موارد مصرف دفروكسامين يك عامل‌شلاته كننده فعال است كه به‌عنوان داروي‌كمكي در درمان مسموميت با آهن به‌كاربرده مي‌شود. اين دارو همچنين براي‌تسريع دفع آهن مصرف مي‌شود.دفروكسامين از راه تزريق وريدي عضلاني و يا داخل صفاقي براي كنترل‌تجمع آلومينيوم در استخوان در مبتلايان‌به نارسايي كليه و در درمان‌مسموميت‌هاي عصبي و يا ناهنجاري‌هاي‌استخواني در بيماران تحت دياليز به‌كاربرده مي‌شود.
مكانيسم اثر: دفروكسامين با آهن سه‌ظرفيتي اتصال پيدا كرده و از شركت آن درواكنش‌هاي شيميايي جلوگيري مي‌كند. اين‌دارو مي‌تواند با آهن آزاد سرم آهن‌فريتين و هموسيدرين اتصال پيدا كند ولي‌از هموگلوبين و ميوگلوبين نمي‌تواند آهن‌برداشت كند. دفروكسامين همچنين‌مي‌تواند از بافت‌هاي مختلف آلومينيوم رابرداشت كرده و يك كمپلكس پايدار محلول‌در آب ايجاد كند.
فارماكوكينتيك كمتر از 15% دارو از طريق‌دستگاه گوارش جذب مي‌شود.دفروكسامين بوسيله آنزيم‌هاي پلاسمايي‌متابوليزه و از طريق ادرار دفع مي‌شود.مقداري از دارو نيز از طريق صفرا و مدفوع‌دفع مي‌گردد و نيمه عمر آن 6/1 ساعت‌مي‌باشد. آهن شلات شده كه از طريق‌كليه‌ها دفع مي‌گردد، رنگ ادرار را به قرمزمتمايل مي‌كند.
موارد منع مصرف اين دارو در بيماري‌هاي‌شديد كليوي يا بي‌ادراري و درهموكروماتوز اوليه نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ احتمال بروز آب مرواريد دربيماراني كه تحت درمان طولاني بادفروكسامين هستند وجود دارد.
2 ـ مصرف اين دارو در كودكان زير سه‌سال منوط به دفع 1mg/day آهن مي‌باشد.
3 ـ در افراد سالخورده همراه ويتامين Cاستفاده گردد.
4 ـ راه تجويز وريدي فقط در بيماران مبتلابه كلاپس قلبي ـ عروقي مورد استفاده قرارگيرد و در اولين فرصت تجويز داروبه‌صورت داخل عضلاني ادامه يابد.
عوارض جانبي در محل تزريق گاهي‌خارش درد و سفتي ايجاد مي‌گردد. دردرمان درازمدت ممكن است واكنش‌هاي‌آلرژيك شامل تورم روي پوست خارش‌عمومي بدن بثورات جلدي و واكنش‌هاي‌آنافيلاكتيك رخ دهد.
تداخل‌هاي دارويي تجويز همزمان باويتامين C باعث افزايش توانايي اين دارودر دفع بيشتر آهن مي‌گردد اگرچه احتمال‌سميت آهن نيز افزايش مي‌يابد.

مقدار مصرف
بزرگسالان در مسموميت با آهن در ابتدامقدار يك گرم و سپس هر چهار ساعت500 ميلي گرم (تا دوبار) به‌صورت‌عضلاني تزريق مي‌شود. در صورت لزوم‌تجويز دارو به ميزان 500 ميلي گرم هر
12 ـ 4 ساعت تا حداكثر 6g/day قابل تكراراست
مقدار اوليه تجويز داخل وريدي دارو يك گرم است كه با سرعت كمتر از 15mg/kg/hانفوزيون مي‌گردد و سپس مقدار 500 ميلي‌گرم هر چهار ساعت (تا دوبار) تا حداكثر6g/24h تجويز مي‌شود.
براي تجويز زير جلدي مقدار 2g ـ 1 طي‌مدت 24 ـ 8 ساعت توسط يك پمپ سيارتزريق مي‌گردد. مقدار مصرف دارو از20mg/kg شروع و به 110mg/kg يا مقدارتام 3 گرم در 10 ميلي ليتر آب مقطراستريل افزايش مي‌يابد كه طي 10 ساعت‌در بافت زير جلد انفوزيون مي‌شود.
در مسموميت مزمن 50mg/kg/day ـ 20 ازدارو طي مدت 8 ساعت به‌صورت زيرجلدي انفوزيون مي‌گردد. معهذا، تزريق‌عضلاني راه تجويز ترجيحي دارو است كه‌بايد در تمام بيماراني كه در حالت شوك‌نمي‌باشند، مورد استفاده قرار گيرد. دوزمعمول داخل عضلاني بالغين و اطفال
1g/day ـ 0/5 مي‌باشد. بعلاوه در صورت‌انتقال خون به بيمار، لازم است يك دوز 2گرمي دارو همراه با هر واحد خون تزريقي‌به‌صورت انفوزيون آهسته داخل وريدي‌با حداكثر سرعت 15mg/kg/h تجويز گردد.
كودكان دوز توصيه شده اطفال درمسموميت حاد با آهن مقدار50mg/kg/dose است كه هر 6 ساعت و تازماني كه رنگ ادرار تغيير نيافته است‌به‌صورت داخل عضلاني تجويز مي‌گردد.سلامت و كارآيي دارو در اطفال كوچكتر از3 سال ثابت نشده است
اشكال دارويي
For Injection (as Mesylate): 500mg
CALCIUM DISODIUME EDTATE
موارد مصرف اين دارو در درمان‌مسموميت حاد و مزمن با سرب و بعضي‌فلزات سنگين و همچنين در آنسفالوپاتي‌ناشي از آن استفاده مي‌گردد.
مكانيسم اثر: فلزات سنگين مانند سرب بسهولت جانشين كلسيم موجود در اين‌دارو شده و در نتيجه كمپلكس پايداري‌تشكيل مي‌شود كه از طريق ادرار دفع‌مي‌گردد.
فارماكوكينتيك نيمه عمر دفع دارو حدود20-60 دقيقه است و از راه كليه‌ها دفع‌مي‌گردد.
موارد منع مصرف دارو در بي‌ادراري و كم‌ادراري نبايد مصرف شود.
هشدارها: به‌دليل عوارض سمي و كشنده‌آن از انفوزيون سريع داخل

وريدي‌خودداري گردد و حتي‌الامكان به‌صورت‌عضلاني استفاده شود.
عوارض جانبي احتمال نكروز لوله‌هاي‌كليوي به‌خصوص در كم ادراري وجوددارد.
مقدار مصرف يك گرم از دارو با
500 - 250 ميلي‌ليتر محلول كلرور سديم‌تزريقي يا محلول دكستروز 5% رقيق‌مي‌شود.
بزرگسالان در بزرگسالان بدون علايم‌باليني اين محلول در مدت حداقل يك‌ساعت دو بار در روز و به مدت 5 روزانفوزيون وريدي مي‌شود و سپس درمان‌به مدت 2 روز قطع مي‌گردد و در صورت‌لزوم پس از آن به مدت 5 روز از سر گرفته‌مي‌شود. در افراد با مسموميت متوسط يابدون علامت نبايد بيشتر از 50mg/kg/dayمصرف مي‌گردد. تجويز عضلاني دارونبايد از 35mg/kg دو بار در روز (مقدار كل75mg/kg/day) تجاوز كند.
كودكان همين مقدار مصرف روزانه بايددر فواصل 8-12 ساعته تجويز گردد ودرمان براي 5ـ3 روز ادامه يابد. دومين‌دوره درمان پس از يك دوره استراحت‌چهار روزه يا بيشتر شروع مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection: 50 mg/ml
آتروپين آميل نيتريت

DICOBALT EDETATE

موارد مصرف اين دارو در درمان‌مسموميت شديد با سيانور به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: تركيبات كبالت كمپلكس‌پايداري با سيانور تشكيل مي‌دهند.
فارماكوكينتيك به‌صورت كمپلكس باسيانيد از راه كليه‌ها دفع مي‌گردد.
موارد منع مصرف 1 ـ همانند بقيه تركيباتEDTA در بي‌ادراري و كم ادراري نبايدمصرف شود.
2 ـ به‌دليل عوارض سمي از تزريق سريع‌داخل وريدي و همچنين مواردي كه‌مسموميت با سيانيد ثابت نشده باشد بايدخودداري گردد.
3 ـ دارو با هدف پيشگيري نبايد مصرف‌شود.
عوارض جانبي اين دارو ممكن است سبب‌بروز كمي فشار خون تاكيكاردي استفراغو واكنش‌هاي آنافيلاكتيك شود.
مقدار مصرف مقدار 300 ميلي‌گرم (20ميلي‌ليتر) از دارو طي يك دقيقه به‌صورت‌وريدي تزريق مي‌شود. پس از آن‌بلافاصله مقدار 50 ميلي‌ليتر محلول‌دكستروز 50 درصد از طريق همان سوزن‌تزريق مي‌شود. در صورت لزوم مي‌توان‌تزريق دارو و دكستروز را تكرار كرد.
اشكال دارويي
Injection: 300mg/20ml
DEFEROXAMINE
موارد مصرف دفروكسامين يك عامل‌شلاته كننده فعال است كه به‌عنوان داروي‌كمكي در درمان مسموميت با آهن به‌كاربرده مي‌شود. اين دارو همچنين براي‌تسريع دفع آهن مصرف مي‌شود.دفروكسامين از راه تزريق وريدي عضلاني و يا داخل صفاقي براي كنترل‌تجمع آلومينيوم در استخوان در مبتلايان‌به نارسايي كليه و در درمان‌مسموميت‌هاي عصبي و يا ناهنجاري‌هاي‌استخواني در بيماران تحت دياليز به‌كاربرده مي‌شود.
مكانيسم اثر: دفروكسامين با آهن سه‌ظرفيتي اتصال پيدا كرده و از شركت آن درواكنش‌هاي شيميايي جلوگيري مي‌كند. اين‌دارو مي‌تواند با آهن آزاد سرم آهن‌فريتين و هموسيدرين اتصال پيدا كند ولي‌از هموگلوبين و ميوگلوبين نمي‌تواند آهن‌برداشت كند. دفروكسامين همچنين‌مي‌تواند از بافت‌هاي مختلف آلومينيوم رابرداشت كرده و يك كمپلكس پايدار محلول‌در آب ايجاد كند.
فارماكوكينتيك كمتر از 15% دارو از طريق‌دستگاه گوارش جذب مي‌شود.دفروكسامين بوسيله آنزيم‌هاي پلاسمايي‌متابوليزه و از طريق ادرار دفع مي‌شود.مقداري از دارو نيز از طريق صفرا و مدفوع‌دفع مي‌گردد و نيمه عمر آن 6/1 ساعت‌مي‌باشد. آهن شلات شده كه از

طريق‌كليه‌ها دفع مي‌گردد، رنگ ادرار را به قرمزمتمايل مي‌كند.
موارد منع مصرف اين دارو در بيماري‌هاي‌شديد كليوي يا بي‌ادراري و درهموكروماتوز اوليه نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ احتمال بروز آب مرواريد دربيماراني كه تحت درمان طولاني بادفروكسامين هستند وجود دارد.
2 ـ مصرف اين دارو در كودكان زير سه‌سال منوط به دفع 1mg/day آهن مي‌باشد.
3 ـ در افراد سالخورده همراه ويتامين Cاستفاده گردد.
4 ـ راه تجويز وريدي فقط در بيماران مبتلابه كلاپس قلبي ـ عروقي مورد استفاده قرارگيرد و در اولين فرصت تجويز داروبه‌صورت داخل عضلاني ادامه يابد.
عوارض جانبي در محل تزريق گاهي‌خارش درد و سفتي ايجاد مي‌گردد. دردرمان درازمدت ممكن است واكنش‌هاي‌آلرژيك شامل تورم روي پوست خارش‌عمومي بدن بثورات جلدي و واكنش‌هاي‌آنافيلاكتيك رخ دهد.
تداخل‌هاي دارويي تجويز همزمان باويتامين C باعث افزايش توانايي اين دارودر دفع بيشتر آهن مي‌گردد اگرچه احتمال‌سميت آهن نيز افزايش مي‌يابد.
مقدار مصرف
بزرگسالان در مسموميت با آهن در ابتدامقدار يك گرم و سپس هر چهار ساعت500 ميلي گرم (تا دوبار) به‌صورت‌عضلاني تزريق مي‌شود. در صورت لزوم‌تجويز دارو به ميزان 500 ميلي گرم هر
12 ـ 4 ساعت تا حداكثر 6g/day قابل تكراراست
مقدار اوليه تجويز داخل وريدي دارو يك‌گرم است كه با سرعت كمتر از 15mg/kg/hانفوزيون مي‌گردد و سپس مقدار 500 ميلي‌گرم هر چهار ساعت (تا دوبار) تا حداكثر6g/24h تجويز مي‌شود.
براي تجويز زير جلدي مقدار 2g ـ 1 طي‌مدت 24 ـ 8 ساعت توسط يك پمپ سيارتزريق مي‌گردد. مقدار مصرف دارو از20mg/kg شروع و به 110mg/kg يا مقدارتام 3 گرم در 10 ميلي ليتر آب مقطراستريل افزايش مي‌يابد كه طي 10 ساعت‌در بافت زير جلد انفوزيون مي‌شود.
در مسموميت مزمن 50mg/kg/day ـ 20 ازدارو طي مدت 8 ساعت به‌صورت زيرجلدي انفوزيون مي‌گردد. معهذا، تزريق‌عضلاني راه تجويز ترجيحي دارو است كه‌بايد در تمام بيماراني كه در حالت شوك‌نمي‌باشند، مورد استفاده قرار گيرد. دوزمعمول داخل عضلاني بالغين و اطفال
1g/day ـ 0/5 مي‌باشد. بعلاوه در صورت‌انتقال خون به بيمار، لازم است يك دوز 2گرمي دارو همراه با هر واحد خون تزريقي‌به‌صورت انفوزيون آهسته داخل وريدي‌با حداكثر سرعت 15mg/kg/h تجويز گردد.

کودکان دوز توصیه شده اطفال درمسمومیت حاد با آهن مقدار50mg/kg/dose است که هر 6 ساعت و تازماني که رنگ ادرار تغییر نیافته استبه‌صورت داخل عضلاني تجویز مي‌گردد.سلامت و کارآیي دارو در اطفال کوچکتر از3 سال ثابت نشده است
اشکال دارویي
For Injection (as Mesylate): 500mg
CALCIUM DISODIUME EDTATE
موارد مصرف این دارو در درمان‌مسمومیت حاد و مزمن با سرب و بعضي‌فلزات سنگین و همچنین در آنسفالوپاتي‌ناشي از آن استفاده مي‌گردد.
مکانیسم اثر: فلزات سنگین مانند سرب بسهولت جانشین کلسیم موجود در این‌دارو شده و در نتیجه کمپلکس پایداري‌تشکیل مي‌شود که از طریق ادرار دفع‌مي‌گردد.
فارماکوکینتیك نیمه عمر دفع دارو حدود20-60 دقیقه است و از راه کلیه‌ها دفع‌مي‌گردد.
موارد منع مصرف دارو در بي‌ادراري و کم‌ادراري نباید مصرف شود.
هشدارها: به‌دلیل عوارض سمي و کشنده‌آن از انفوزیون سریع داخل وریدي‌خودداري گردد و حتي‌الامکان به‌صورت‌عضلاني استفاده شود.
عوارض جانبي احتمال نکروز لوله‌هاي‌کلیوي به‌خصوص در کم ادراري وجوددارد.
مقدار مصرف یك گرم از دارو با
500 - 250 میلي‌لیتر محلول کلرور سدیم‌تزریقي یا محلول دکستروز 5% رقیق‌مي‌شود.
بزرگسالان در بزرگسالان بدون علایم‌بالیني این محلول در مدت حداقل یك‌ساعت دو بار در روز و به مدت 5 روزانفوزیون وریدي مي‌شود و سپس درمان‌به مدت 2 روز قطع مي‌گردد و در صورت‌لزوم پس از آن به مدت 5 روز از سر گرفته‌مي‌شود. در افراد با مسمومیت متوسط یابدون علامت نباید بیشتر از 50mg/kg/dayمصرف مي‌گردد. تجویز عضلاني دارونباید از 35mg/kg دو بار در روز (مقدار کل75mg/kg/day) تجاوز کند.
کودکان همین مقدار مصرف روزانه بایددر فواصل 8-12 ساعته تجویز گردد ودرمان براي 5ـ3 روز ادامه یابد. دومین‌دوره درمان پس از یك دوره استراحت‌چهار روزه یا بیشتر شروع مي‌شود.
اشکال دارویي
Injection: 50 mg/ml
آتروپین آمیل نیتریت

DIMERCAPROL

موارد مصرف اين دارو در درمان‌مسموميت با آرسنيك آنتيموان بيسموت طلا و جيوه مصرف مي‌شود. اين داروهمراه EDTA در درمان مسموميت حاد باسرب نيز استفاده مي‌گردد. همچنين دردرمان مسموميت حاد با جيوه درصورتيكه درمان طي 1-2 ساعت بعد ازمسموميت شروع شود، موثر است
مكانيسم اثر: ديمركاپرول بواسطه اتصال‌به آرسنيك طلا، سرب و جيوه مي‌تواندفع آنها را سرعت ببخشد. به دليل تمايل‌آرسنيك به ديمركاپرول با مصرف اين‌دارو از وقفه در كار آنزيم‌هاي داراي گروه‌سولفيدريل جلوگيري مي‌شود.ديمركاپرول ممكن است آنزيم‌هاي مهارشده توسط آرسنيك را نيز دوباره فعال‌كند.
فارماكوكينتيك بالاترين غلظت پلاسمايي‌ديمركاپرول نيم تا يك ساعت بعد از تزريق‌عضلاني آن حاصل مي‌شود. نيمه عمر آن‌كوتاه است و حداكثر طي 4 ساعت‌متابوليزه و دفع مي‌گردد.
موارد منع مصرف 1 ـ در بي‌كفايتي كبدي به استثناي يرقان ناشي از آرسنيك نبايدمصرف شود.
2 ـ در بي‌كفايتي كليه (مگر در شرايطخاص كه در آنصورت دارو بايد با احتياطكامل مصرف گردد) نبايد مصرف گردد.
3 ـ در مسموميت با آهن كادميوم وسلنيوم نبايد مصرف گردد زيرا كمپلكس‌دارو و فلز از خود فلز به تنهايي به ويژه‌براي كليه‌ها سمي‌تر است
هشدارها: 1 ـ در طول درمان مزمن تب واكنشي كه ظاهر? مخصوص اطفال است ممكن است در 30 درصد از اطفال بروزكند.
2 ـ در افراد مبتلا به كمبود G6PD با احتياطمصرف شود.
3 ـ در افراد مسن دوران بارداري وشيردهي و افزايش فشارخون با احتياطمصرف شود.
عوارض جانبي بالا رفتن فشار خون
همراه با تاكي كاردي كه به مقدار
مصرف دارو بستگي دارد از عوارض‌شايع اين دارو است از عوارض ديگرمي‌توان تهوع و استفراغ سردرد واحساس سوزش در لب‌ها، دهان و گلو،اسپاسم پلكها، ترشح از بيني و دهان احساس تنگي گلو و سينه درد شكم درد وآبسه در محل تزريق اضطراب ضعف وبيقراري را نام برد.
تداخل‌هاي دارويي اين دارو بافرآورده‌هاي حاوي آهن در صورتي كه‌به‌طور همزمان مصرف گردند، تداخل‌دارد.
نكات قابل توصيه در طول درمان با اين‌دارو بايد ادرار را قليايي نگهداشت

زيراكمپلكس ديمركاپرول و فلز به‌راحتي درمحيط اسيدي شكسته مي‌شود. ادرارقلیایي كليه‌ها را در مقابل اثرات سمي فلزحفظ مي‌كند.
مقدار مصرف تزريق ديمركاپرول بايدبه‌صورت عميق و عضلاني باشد و درمان‌هرچه سريعتر با ساير درمانها و يا بدون‌آنها آغاز گردد. در مسموميت خفيف باآرسنيك و طلا، ابتدا 2/5mg/kg چهار باردر روز به مدت 2 روز تزريق مي‌شود وسپس درمان با همين مقدار در روز سوم دو بار در روز و بعد يك بار در روز تا 10روز ادامه مي‌يابد. در مسموميت شديد باطلا و يا آرسنيك ابتدا 3mg/kg هر چهارساعت به مدت 2 روز تزريق مي‌شود وسپس درمان با همين مقدار در روز سوم چهار بار در روز و سپس يك تا دو بار درروز تا 10 روز، ادامه مي‌يابد. در درمان‌انسفالوپاتي حاد ناشي از سرب ابتدا4mg/kg به تنهايي تزريق مي‌شود و بعددرمان با همين مقدار همراه با كلسيم‌ادتات‌دي‌سديم هر چهار ساعت ادامه‌مي‌يابد. در مسموميتهاي با شدت كمتر،مقدار 3mg/kg تجويز مي‌گردد.
اشكال دارويي
Injection: 300mg/3ml
DICOBALT EDETATE
موارد مصرف اين دارو در درمان‌مسموميت شديد با سيانور به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: تركيبات كبالت كمپلكس‌پايداري با سيانور تشكيل مي‌دهند.
فارماكوكينتيك به‌صورت كمپلكس باسيانيد از راه كليه‌ها دفع مي‌گردد.
موارد منع مصرف 1 ـ همانند بقيه تركيباتEDTA در بي‌ادراري و كم ادراري نبايدمصرف شود.
2 ـ به‌دليل عوارض سمي از تزريق سريع‌داخل وريدي و همچنين مواردي كه‌مسموميت با سيانيد ثابت نشده باشد بايدخودداري گردد.
3 ـ دارو با هدف پيشگيري نبايد مصرف‌شود.
عوارض جانبي اين دارو ممكن است سبب‌بروز كمي فشار خون تاكيكاردي استفراغو واكنش‌هاي آنافيلاكتيك شود.
مقدار مصرف مقدار 300 ميلي‌گرم (20ميلي‌ليتر) از دارو طي يك دقيقه به‌صورت‌وريدي تزريق مي‌شود. پس از آن‌بلافاصله مقدار 50 ميلي‌ليتر محلول‌دكستروز 50 درصد از طريق همان سوزن‌تزريق مي‌شود. در صورت لزوم مي‌توان‌تزريق دارو و دكستروز را تكرار كرد.
اشكال دارويي
Injection: 300mg/20ml
DEFEROXAMINE
موارد مصرف دفروكسامين يك عامل‌شلاته كننده فعال است كه به‌عنوان داروي‌كمكي در درمان مسموميت با آهن به‌كاربرده مي‌شود. اين دارو همچنين براي‌تسريع دفع آهن مصرف مي‌شود.دفروكسامين از راه تزريق

وريدي عضلاني و يا داخل صفاقي براي كنترل‌تجمع آلومينيوم در استخوان در مبتلايان‌به نارسايي كليه و در درمان‌مسموميت‌هاي عصبي و يا ناهنجاري‌هاي‌استخواني در بيماران تحت دياليز به‌كاربرده مي‌شود.
مكانيسم اثر: دفروكسامين با آهن سه‌ظرفيتي اتصال پيدا كرده و از شركت آن درواكنش‌هاي شيميايي جلوگيري مي‌كند. اين‌دارو مي‌تواند با آهن آزاد سرم آهن‌فريتين و هموسيدرين اتصال پيدا كند ولي‌از هموگلوبين و ميوگلوبين نمي‌تواند آهن‌برداشت كند. دفروكسامين همچنين‌مي‌تواند از بافت‌هاي مختلف آلومينيوم رابرداشت كرده و يك كمپلكس پايدار محلول‌در آب ايجاد كند.
فارماكوكينتيك كمتر از 15% دارو از طريق‌دستگاه گوارش جذب مي‌شود.دفروكسامين بوسيله آنزيم‌هاي پلاسمايي‌متابوليزه و از طريق ادرار دفع مي‌شود.مقداري از دارو نيز از طريق صفرا و مدفوع‌دفع مي‌گردد و نيمه عمر آن 6/1 ساعت‌مي‌باشد. آهن شلات شده كه از طريق‌كليه‌ها دفع مي‌گردد، رنگ ادرار را به قرمزمتمايل مي‌كند.
موارد منع مصرف اين دارو در بيماري‌هاي‌شديد كليوي يا بي‌ادراري و درهموكروماتوز اوليه نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ احتمال بروز آب مرواريد دربيماراني كه تحت درمان طولاني بادفروكسامين هستند وجود دارد.
2 ـ مصرف اين دارو در كودكان زير سه‌سال منوط به دفع 1mg/day آهن مي‌باشد.
3 ـ در افراد سالخورده همراه ويتامين Cاستفاده گردد.
4 ـ راه تجويز وريدي فقط در بيماران مبتلابه كلاپس قلبي ـ عروقي مورد استفاده قرارگيرد و در اولين فرصت تجويز داروبه‌صورت داخل عضلاني ادامه يابد.
عوارض جانبي در محل تزريق گاهي‌خارش درد و سفتي ايجاد مي‌گردد. دردرمان درازمدت ممكن است واكنش‌هاي‌آلرژيك شامل تورم روي پوست خارش‌عمومي بدن بثورات جلدي و واكنش‌هاي‌آنافيلاكتيك رخ دهد.
تداخل‌هاي دارويي تجويز همزمان باويتامين C باعث افزايش توانايي اين دارودر دفع بيشتر آهن مي‌گردد اگرچه احتمال‌سميت آهن نيز افزايش مي‌يابد.
مقدار مصرف
بزرگسالان در مسموميت با آهن در ابتدامقدار يك گرم و سپس هر چهار ساعت500 ميلي گرم (تا دوبار) به‌صورت‌عضلاني تزريق مي‌شود. در صورت لزوم‌تجويز دارو به ميزان 500 ميلي گرم هر
12 ـ 4 ساعت تا حداكثر 6g/day قابل تكراراست
مقدار اوليه تجويز داخل وريدي دارو يك‌گرم است كه با سرعت كمتر از

15mg/kg/hانفوزيون مي‌گردد و سپس مقدار 500 ميلي‌گرم هر چهار ساعت (تا دوبار) تا حداكثر6g/24h تجويز مي‌شود.
براي تجويز زير جلدي مقدار 2g ـ 1 طي‌مدت 24 ـ 8 ساعت توسط يك پمپ سيارتزريق مي‌گردد. مقدار مصرف دارو از20mg/kg شروع و به 110mg/kg يا مقدارتام 3 گرم در 10 ميلي ليتر آب مقطراستريل افزايش مي‌يابد كه طي 10 ساعت‌در بافت زير جلد انفوزيون مي‌شود.
در مسموميت مزمن 50mg/kg/day ـ 20 ازدارو طي مدت 8 ساعت به‌صورت زيرجلدي انفوزيون مي‌گردد. معهذا، تزريق‌عضلاني راه تجويز ترجيحي دارو است كه‌بايد در تمام بيماراني كه در حالت شوك‌نمي‌باشند، مورد استفاده قرار گيرد. دوزمعمول داخل عضلاني بالغين و اطفال 1g/day ـ 0/5 مي‌باشد. بعلاوه در صورت‌انتقال خون به بيمار، لازم است يك دوز 2گرمي دارو همراه با هر واحد خون تزريقي‌به‌صورت انفوزيون آهسته داخل وريدي‌با حداكثر سرعت 15mg/kg/h تجويز گردد.
كودكان دوز توصيه شده اطفال درمسموميت حاد با آهن مقدار50mg/kg/dose است كه هر 6 ساعت و تازماني كه رنگ ادرار تغيير نيافته است‌به‌صورت داخل عضلاني تجويز مي‌گردد.سلامت و كارآيي دارو در اطفال كوچكتر از3 سال ثابت نشده است
اشكال دارويي
For Injection (as Mesylate): 500mg
CALCIUM DISODIUME EDTATE
موارد مصرف اين دارو در درمان‌مسموميت حاد و مزمن با سرب و بعضي‌فلزات سنگين و همچنين در آنسفالوپاتي‌ناشي از آن استفاده مي‌گردد.
مكانيسم اثر: فلزات سنگين مانند سرب بسهولت جانشين كلسيم موجود در اين‌دارو شده و در نتيجه كمپلكس پايداري‌تشكيل مي‌شود كه از طريق ادرار دفع‌مي‌گردد.
فارماكوكينتيك نيمه عمر دفع دارو حدود20-60 دقيقه است و از راه كليه‌ها دفع‌مي‌گردد.
موارد منع مصرف دارو در بي‌ادراري و كم‌ادراري نبايد مصرف شود.
هشدارها: به‌دليل عوارض سمي و كشنده‌آن از انفوزيون سريع داخل وريدي‌خودداري گردد و حتي‌الامكان به‌صورت‌عضلاني استفاده شود.
عوارض جانبي احتمال نكروز لوله‌هاي‌كليوي به‌خصوص در كم ادراري وجوددارد.
مقدار مصرف يك گرم از دارو با
500 - 250 ميلي‌ليتر محلول كلرور سديم‌تزريقي يا محلول دكستروز 5% رقيق‌مي‌شود.

بزرگسالان در بزرگسالان بدون علايم‌باليني اين محلول در مدت حداقل يك‌ساعت دو بار در روز و به مدت 5 روزانفوزيون وريدي مي‌شود و سپس درمان‌به مدت 2 روز قطع مي‌گردد و در صورت‌لزوم پس از آن به مدت 5 روز از سر گرفته‌مي‌شود. در افراد با مسموميت متوسط يابدون علامت نبايد بيشتر از 50mg/kg/dayمصرف مي‌گردد. تجويز عضلاني دارونبايد از 35mg/kg دو بار در روز (مقدار كل75mg/kg/day) تجاوز كند.
كودكان همين مقدار مصرف روزانه بايددر فواصل 8-12 ساعته تجويز گردد ودرمان براي 5ـ3 روز ادامه يابد. دومين‌دوره درمان پس از يك دوره استراحت‌چهار روزه يا بيشتر شروع مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection: 50 mg/ml
آتروپين آميل نيتريت

DISODIUM EDETATE

موارد مصرف اين دارو در درمان‌اضطراري زيادي كلسيم خون كنترل‌آريتمي بطني ناشي از مسموميت ديژيتال‌و درمان مسموميت حاد يا مزمن با سرب وآنسفالوپاتي ناشي از آن به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو با بسياري ازكاتيونهاي 2 و 3 ظرفيتي تشكيل كمپلكس‌مي‌دهد اما بيشترين تمايل را به كلسيم‌دارد.
فارماكوكينتيك نيمه عمر دفع دارو درحدود يكساعت است و از راه كليه‌ها دفع‌مي‌گردد.
موارد منع مصرف در بي‌ادراري و بيماري‌تصلب شرايين نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ مصرف اين دارو تنها
در موارد شديد بيماري توصيه
مي‌شود.
2 ـ انفوزيون سريع دارو باعث سقوطناگهاني غلظت كلسيم و مرگ مي‌گردد.
3 ـ در افراد مبتلا به كمي پتاسيم خون بايدبا احتياط مصرف شود.
عوارض جانبي احتمال نكروز لوله‌هاي‌كليوي به‌خصوص در كم ادراري وجوددارد.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار 50mg/kg/day تاحداكثر 3g/day مصرف مي‌شود.
مقدارمصرف طي 3 ساعت يا بيشتر انفوزيون‌مي‌شود.
كودكان مقدار 40mg/kg/day تا حداكثر70mg/kg/day مصرف مي‌شود كه بايد باغلظت كمتر از 3% در مدت 3 ساعت و يابيشتر انفوزيون شود.
اشكال دارويي
Injection: 150mg/ml

OBIDOXIME CHLORIDE

موارد مصرف ابيدوكسايم براي فعال‌كردن مجدد آنزيم كولين استراز مهار شده‌توسط حشره‌كشهاي ارگانو فسفره‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: ابيدوكسايم پادزهراختصاصي در مسموميت ناشي ازحشره‌كشهاي ارگانو فسفره است و درحقيقت باعث فعال شدن كولين استرازمهار شده مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت گذشتن بيش از 48ساعت از زمان جذب سم استفاده از اين‌دارو احتمالا بي‌فايده است
2 ـ به‌دليل اين‌كه فعاليت ابيدوكسايم درمقابل كولين استرازهاي متفاوت يكسان‌نيست در صورت عدم تاثير از مصرف‌بيش از حد آن خودداري گردد.
3 ـ اين دارو عليه مسموميت با كارباماتهانبايد به‌كار گرفته شود.
4 ـ مصرف ابيدوكسايم نبايد جانشين‌مصرف آتروپين شود.
عوارض جانبي احتمال بروز تحريك درهنگام تزريق شرياني وجود دارد.
مقدار مصرف
بزرگسالان در حدود 5 دقيقه بعد ازمصرف اولين مقدار سولفات آتروپين مقدار 250 ميلي‌گرم از ابيدوكسايم داخل‌ورید تزريق مي‌شود و در صورت پاسخ‌مناسب مقدار مصرف فوق يك يا دو باردیگر در فواصل 2 ساعته تكرار مي‌شود.حداكثر مقدار مصرف در بزرگسالان درحدود 5mg/kg-3 است
كودكان مقدار 8mg/kg-4 به‌صورت يك مقدار واحد به‌صورت وريدي تزريق‌مي‌شود. اين مقدار مصرف را مي‌توان بامحلول‌هاي تزريق وريدي رقيق نمود.
اشكال دارويي
Injection: 250 mg/ml

PENICILLAMINE

موارد مصرف پني‌سيلامين در درمان‌بيماران داراي نشانه‌هاي بيماري ويلسون‌و پيشگيري از ايجاد آسيب بافتي مصرف‌مي‌شود. اين دارو همچنين در درمان‌بيماران مبتلا به آرتريت روماتوئيد شديد وفعال كه به ساير درمانها پاسخ نداده‌اند،بيماراني كه مبتلا به تشكيل سنگهاي‌سيستئيني عود كننده و مسموميت با فلزات‌سنگين (بويژه مس و سرب هستند،استفاده مي‌گردد.
مكانيسم اثر: اين دارو با جيوه سرب مس آهن و احتمالا ساير فلزات سنگين كمپلكس‌محلول در آب ايجاد مي‌كند. به‌عنوان ضدروماتيسم به‌نظر مي‌رسد فاكتورهاي‌روماتوئيد و كمپلكس‌هاي ايمني را كاهش‌مي‌دهد.
فارماكوكينتيك اين دارو در كبد متابوليزه‌مي‌شود. زمان لازم براي شروع اثر دربيماري ويلسون 3 ـ 1 ماه و در بيماري‌آرتريت روماتوئيد 3 ـ 2 ماه مي‌باشد. اين‌دارو از راه كليه‌ها و مدفوع دفع مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ در افراد با سابقه ابتلا به‌آگرانولوسيتوز يا كم خوني آپلاستيك بااحتياط مصرف شود.
2 ـ مصرف طولاني مدت آن باعث كاهش‌گويچه‌هاي سفيد خون شده و احتمال بروزعفونت در اندامهاي مختلف از جمله لثه ودهان وجود دارد. لذا در اوايل و در طول‌درمان شمارش سلول‌هاي خون بايد انجام‌پذيرد.
3 ـ احتمال بروز مسموميت خوني دربيماران با سن 65 سال يا بيشتر وجوددارد.
4 ـ چنانچه متعاقب يك سال مصرف داروبهبودي حاصل نگرديد، مصرف دارو بايدقطع گردد.
عوارض جانبي اسهال سرگيجه تهوع يااستفراغ درد خفيف معده كاهش يا از بين‌رفتن حس چشايي تب درد مفاصل بثورات پوستي كهير، خارش و يا تورم‌غدد لنفاوي از عوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با كاهنده‌هاي فعاليت مغز استخوان تركيبات طلا و داروهاي كاهنده سيستم‌ايمني بدن (بغير از گلوكوكورتيكوئيدها)ممكن است احتمال بروز عوارض جانبي‌وخيم خوني و كليوي آن‌را افزايش دهد.مصرف همزمان اين دارو با داروهاي‌مكمل آهن ممكن است باعث كاهش اثرپني‌سيلامين گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ قطع ناگهاني داروممكن است باعث بروز عوارض حساسيتي‌گردد.
2 ـ براي بيماراني كه مبتلا به زيادي‌سيستيئن ادرار هستند، مصرف مقاديرزياد مايعات (بخصوص در شب اهميت‌دارد.

3 ـ دارو بايد با معده خالي مصرف گردد.
4 ـ از مصرف همزمان اين دارو بافرآورده‌هاي آهن‌دار خودداري شود.
5 ـ نبايد انتظار بهبودي را حداقل طي 12 ـ 6هفته اول درمان داشت
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان عامل شلات كننده مقدار 250 ميلي‌گرم چهار بار در روزمصرف مي‌شود. به‌عنوان داروي ضدآرتريت روماتويید ابتدا مقدار 250 ـ 125ميلي‌گرم يك بار در روز يكجا مصرف‌مي‌شود و سپس مقدار مصرف در صورت‌لزوم و تحمل بيمار هر 3 ـ 2 ماه يك بار به‌ميزان 250mg/day ـ 125 تا حداكثر1/5g/day افزايش مي‌يابد.
به‌عنوان ضد سنگ‌هاي ادراري مقدار500 ميلي‌گرم چهار بار در روز مصرف‌مي‌شود. به‌عنوان پادزهر در مسموميت بافلزات سنگين مقدار 1/5g/day ـ 0/5 بمدت2 ـ 1 ماه مصرف مي‌شود.
كودكان به‌عنوان عامل شلات كننده دركودكان كم سن مقدار 250 ميلي‌گرم درروز يكجا و همراه با آب ميوه مصرف‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Scored F.C. Tablet: 250mg

SODIUM THIOSULFATE

موارد مصرف تيوسولفات سديم در درمان‌مسموميت با آرسنيك مصرف مي‌شود.اين دارو به عنوان داروي كمكي در
درمان مسموميت با سيانيد، همراه بانيتريت سديم و براي جلوگيري از سميت‌كليوي ناشي از سيس‌پلاتين استفاده‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو معمولا همراه سديم‌نيتريت در مسموميت با سيانيد مصرف‌مي‌شود. بدين ترتيب كه يون سيانيد تبديل‌شده به سيانومتهموگلوبين را به‌تيوسيانات تبديل مي‌كند. همچنين احتمالابا ايجاد كمپلكس غير سمي با سيس پلاتين سيس‌پلاتين ـ تيوسولفات از رسيدن‌مقادير زياد سيس پلاتين به كليه‌هاجلوگيري به‌عمل مي‌آورد.
فارماكوكينتيك پس از تزريق به‌سرعت دربافتها توزيع مي‌گردد. نيمه عمر آن
20 ـ 15 دقيقه است ولي وقتي به‌صورت‌تيوسيانات درآيد به حدود 7 ـ 3 روزافزايش مي‌يابد. دارو از راه كليه‌ها دفع‌مي‌شود.
هشدارها: به‌دليل حضور يون سديم درسيروز كبدي نارسايي احتقاني قلب توكسمي ناشي از حاملگي و نارسايي‌كليوي و فشار خون با احتياط مصرف‌شود.
عوارض جانبي غير از اختلالات اسمزي‌ناشي از مصرف تيوسولفات سديم اين‌دارو نسبت؟ غيرسمي است
نكات قابل توصيه در صورت بروز تحريك‌يا حساسيت مصرف آن بايد قطع گردد.
مقدار مصرف در مسموميت با آرسنيك ابتدا 0/1 گرم به آهستگي در ورید تزريق‌مي‌گردد و در سه روز بعد به ترتيب 0/2،0/3 و 0/4 گرم به همان روش تزريق‌مي‌شود. در مسموميت با سيانور، پس ازتجويز نيتريت سديم مقدار 12/5 گرم‌به‌صورت وريدي تزريق مي‌شود. درصورت لزوم مي‌توان مقدار مصرف را با6/25 گرم تكرار كرد. براي جلوگيري ازنفروتوكسيسيتي حاصل از سيس پلاتين‌مقدار مصرف مشخصي بيان نشده است‌ولي بعضي از پزشكان مقدار 2g/m2 را قبل‌از مصرف سيس پلاتين تجويز كرده‌اند.
اشكال دارويي
Injection: 12.5 g/50 ml

CHLORPHENIRAMINE

موارد مصرف كلرفنيرآمين در درمان‌علامتي رينيت آلرژيك فصلي يا دايمي رينيت وازوموتور و التهاب آلرژيك‌ملتحمه ناشي از استنشاق مواد آلرژن و ياخوردن آنها، كهير و كهير غول‌آسا، وبه‌عنوان داروي كمكي در شوك‌آنافيلاكتيك به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اثر ضد آلرژيك آن ناشي ازمهار گيرنده‌هاي H1هيستاميني است همچنين داراي آثار آنتي‌كلينرژيك است
فارماكوكينتيك بخوبي از راه خوراكي جذب‌مي‌شود. متابوليسم آن كبدي است و از كليه‌دفع مي‌شود. نيمه عمر كلرفنيرامين 15 ـ 12ساعت است
زمان لازم براي شروع اثر ازراه خوراكي 60 ـ 15 دقيقه است
هشدارها: 1 ـ احتمال خشك شدن دهان وافزايش بيماريهاي دهان و دندان با مصرف‌طولاني مدت آنتي‌هيستامين‌ها وجود دارد.
2 ـ در صرع هيپرتروفي پروستات واحتباس ادرار، گلوكوم و بيماريهاي كبد بااحتياط مصرف گردد.
عوارض جانبي عارضه شايع آن‌خواب‌آلودگي است اين دارو مي‌تواندعوارض آنتي‌كلينرژيك مثل خشكي دهان‌و تاري ديد را همراه داشته باشد.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با مضعف‌هاي CNS ممكن است اثرات‌مضعف اين دارو را افزايش دهد. استفاده‌همزمان آن با داروهاي آنتي‌كلينرژيك‌اثرات جانبي اين دارو را تشديد مي‌كند.مصرف همزمان داروهاي سمي براي‌گوش مانند سالسيلات‌ها و وانكومايسين‌با اين دارو ممكن است اثر سمي آن را برگوش از جمله وزوز گوش و سرگيجه رابپوشاند.
نكات قابل توصيه 1 ـ بمنظور كاهش‌تحريك گوارشي همراه با غذا، آب يا شيرمصرف گردد.
2 ـ در صورت بروز خواب‌آلودگي از انجام‌كارهايي كه نياز به تمركز حواس دارندخودداري گردد.
مقدار مصرف
تزريقي طي 1 دقيقه به‌طور آهسته مقدار
20 ـ 10 ميلي‌گرم تزريق وريدي مي‌گردد.
خوراكي
بزرگسالان به‌عنوان ضد هيستامين 4ميلي‌گرم هر 6 ـ 4 ساعت برحسب نيازاستفاده مي‌گردد. حداكثر مقدار مصرف24mg/day است
كودكان در كودكان زير يكسال توصيه‌نمي‌گردد. در كودكان 2 ـ 1 سال

5 ،1mg/day ـ 2 سال 1 ميلي‌گرم هر
6 ـ 4 ساعت تا حداكثر 6mg/day و دركودكان 12 ـ 6 سال 2 ميلي‌گرم هر
6 ـ 4 تا ساعت حداكثر 12mg/day مصرف‌مي‌گردد.
اشكال دارويي
Tablet: 4mg
Injection: 10mg / ml

CINNARIZINE

موارد مصرف سيناريزين براي رفع‌اختلالاتي مثل سرگيجه وزوز گوش تهوع‌و استفراغ در بيماري منيير، بيماري‌مسافرت بيماري عروق محيطي و سندرم‌رينود تجويز مي‌شود.
مكانيسم اثر: اثرات اين دارو ناشي از مهارگيرنده H1 هيستاميني است
فارماكوكينتيك اين دارو از طريق خوراكي‌سريع? جذب شده و بعد از 2 ـ 1 ساعت به‌حداكثر غلظت پلاسمايي مي‌رسد و در كبدمتابوليزه مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت وجودپورفيري نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت پايين بودن فشارخون بيمار، مصرف مقادير زياد اين داروبايد با احتياط انجام شود.
2 ـ در صورت وجود صرع هيپرتروفي‌پروستات احتباس ادرار، گلوكوم وبيماري كبدي بايد با احتياط مصرف
شود.
عوارض جانبي خواب‌آلودگي خشكي‌دهان تاري ديد، بثورات جلدي خستگي سردرد و اختلالات گوارشي از عوارض‌جانبي دارو هستند.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار 30 ميلي‌گرم 3 بار درروز مصرف مي‌شود. در بيماري مسافرت30 ميلي‌گرم 2 ساعت قبل از مسافرت وسپس در صورت لزوم 15 ميلي‌گرم هر 8ساعت در طول مسافرت مصرف مي‌شود.در اختلالات عروق محيطي ابتدا 75ميلي‌گرم 3 بار در روز مصرف مي‌شود.مقدار مصرف نگهدارنده 75 ميلي‌گرم 3 ـ 2بار در روز است
كودكان مقدار مصرف در كودكان 12 ـ 5سال نصف مقدار مصرف بزرگسالان‌است
اشكال دارويي
Tablet: 25mg, 75mg

CLEMASTINE

موارد مصرف كلماستين در درمان علامتي‌رينيت آلرژيك فصلي يا دائمي التهاب‌آلرژيك ملتحمه ناشي از مواد آلرژن خارش ناشي از واكنش‌هاي آلرژيك وكهير و به‌عنوان درمان كمكي شوك‌آنافيلاكتيك به‌كار برده مي‌شود.
مكانيسم اثر: اثر ضد آلرژي آن ناشي ازرقابت با هيستامين براي اتصال به‌گيرنده‌هاي H1 است
فارماكوكينتيك اين دارو بخوبي از راه‌تزريق يا خوراكي جذب مي‌گردد.متابوليسم آن كبدي است زمان شروع اثرشكل خوراكي آن بين 60 ـ 15 دقيقه است وطول مدت اثر كلماستين در حدود 12ساعت مي‌باشد و از راه كليوي دفع‌مي‌گردد.
هشدارها: احتمال بروز سرگيجه اغتشاش‌شعور و كمي فشار خون ناشي از مصرف‌اين دارو بيماران سالخورده بيشتر
است
عوارض جانبي عوارض شايع آن شامل‌خواب‌آلودگي و غليظ شدن ترشحات نايژه‌است
تداخل‌هاي دارويي در صورت مصرف‌همزمان با داروهاي پايين آورنده فشارخون و داروهاي مضعف CNS ممكن است‌باعث افزايش اثر آنها گردد. مصرف اين‌دارو با داروهاي سمي براي گوش ممكن‌است علايم مسموميت گوشي آنها از جمله‌وزوز گوش را بپوشاند.
نكات قابل توصيه 1 ـ بمنظور كاهش‌تحريك گوارشي اين دارو همراه با غذا،آب يا شير مصرف شود.
2 ـ داروهاي ضد هيستامين ممكن است‌علايم مسموميت گوشي ناشي از مصرف‌مقادير زياد سالسيلات‌ها را بپوشاند.
3 ـ احتمال بروز خواب‌آلودگي وجود دارد.بنابراين از كار با آلاتي كه نيازمند هوشياري‌است مانند رانندگي خودداري گردد.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان مقدار 10 ميلي‌گرم دو بار درروز يا 2 ميلي‌گرم 3 ـ 1 بار در روز مصرف‌مي‌شود. حداكثر ميزان مصرف داروmg/day6 است
كودكان در كودكان با سن كمتر از 12سال مقدار 1 ـ 0/5 ميلي‌گرم هر 12 ـ 8ساعت مصرف مي‌شود.
تزريقي مقدار mg/day4 ـ 2 به‌صورت‌تزريق عضلاني در بزرگسالان و mg/day2 ـ 1 در كودكان به‌كار برده‌مي‌شود.
اشكال دارويي

Tablet: 1mg
Injection: 2mg/ 2ml

CYPROHEPTADINE HCl

موارد مصرف سايپروهپتادين براي درمان‌آلرژي ناشي از تب يونجه كهير و كهيرغول‌آسا، كهير ناشي از سرما، ميگرن ودرمان بيماري كوشينگ استفاده شده‌است
مكانيسم اثر: اين دارو آنتاگونيست‌گيرنده‌هاي H1 و گيرنده‌هاي سروتونيني‌مي‌باشد. به دليل خاصيت آنتي‌هيستاميني‌آن اثر ضد آلرژي دارد.
فارماكوكينتيك اين دارو بخوبي از دستگاه‌گوارش جذب مي‌گردد. اثر آن 60 ـ 15دقيقه پس از مصرف خوراكي ظاهرمي‌گردد. دفع آن كليوي و اغلب به‌صورت‌متابوليت طي 24 ساعت صورت مي‌گيرد.
هشدارها: 1 ـ احتمال سرگيجه تسكين‌بيش از حد، اغتشاش شعور و كمي فشارخون ناشي از مصرف اين دارو درسالخوردگان بيشتر است
2 ـ مصرف طولاني مدت اين دارو باعث‌خشكي دهان مي‌شود و احتمال گلودرد،عفونت دهان و گلو و پوسيدگي دندان‌وجود دارد.
عوارض جانبي عوارض شايع اين داروخشكي دهان تاري ديد، خواب‌آلودگي غليظ شدن ترشحات نايژه و افزايش وزن‌مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با مضعف‌هاي CNS ممكن است اثرات‌مضعف آن را افزايش دهد. استفاده‌همزمان اين دارو با داروهاي‌آنتي‌كلينرژيك اثرات جانبي آن را تشديدمي‌كند. مصرف همزمان داروهاي سمي‌براي گوش مانند سالسيلات‌ها ووانكومايسين با اين دارو ممكن است اثرسمي آن را بر گوش از جمله وزوز گوش وسرگيجه را بپوشاند.
نكات قابل توصيه 1 ـ احتمال افزايش وزن‌وجود دارد.
2 ـ بمنظور كاهش تحريك گوارشي همراه‌با غذا، آب يا شير مصرف گردد.
3 ـ در صورت بروز خواب آلودگي ازانجام كارهايي كه نياز به تمركز حواس‌دارند خودداري گردد.
4 ـ اين دارو مي‌تواند عوارض سمي گوشي‌سالسيلات‌ها را بپوشاند.
مقدار مصرف
بزرگسالان در درمان آلرژي مقدار 4ميلي‌گرم 4 ـ 3 بار در روز و حداكثر 32ميلي‌گرم در روز مصرف مي‌شود. درميگرن 4 ميلي‌گرم تجويز كه در صورت‌نياز پس از نيم ساعت تكرار مي‌شود. مقدارمصرف نگهدارنده آن 4 ميلي‌گرم هر 6 ـ 4ساعت است
كودكان در كودكان 6 ـ 2 سال 2 ميلي‌گرم3 ـ 2 بار در روز و حداكثر 12 ميلي‌گرم درروز مصرف مي‌شود.

اشكال دارويي
Tablet: 4mg

DIMENHYDRINATE

موارد مصرف ديمن هيدرينات در درمان‌سرگيجه تهوع بيماري مسافرت وهمچنين سرگيجه ناشي از بيماريهاي كه برروي بخش دهليزي گوش اثر مي‌گذارند(مانند التهاب لابيرنت به‌كار برده مي‌شود.
مكانيسم اثر: ديمن هيدرينات يك داروي‌آنتي هيستامين است و احتمالا با اثر ضدموسكاريني مركزي باعث كاهش فعاليت‌لابيرنت و مركز CTZ در بصل‌النخاع‌مي‌شود و باعث مهار سرگيجه و تهوع‌است
فارماكوكينتيك اين دارو بخوبي از راه‌خوراكي جذب مي‌گردد متابوليسم آن‌كبدي است و از كليه طي 24 ساعت‌به‌صورت متابوليت دفع مي‌گردد.
هشدارها: 1 ـ احتمال بروز سرگيجه تسكين اغتشاش شعور و كمي فشار خون‌در بيماران سالخورده وجود دارد.
2 ـ احتمال بروز خشكي دهان وجود داردو در صورت مصرف مداوم ممكن است‌باعث بروز بيماريهاي دهان و دندان
گردد.
عوارض جانبي خواب‌آلودگي غليظ شدن‌ترشحات نايژه تاري ديد، دفع مشكل يادردناك ادرار، هيجان و عصبانيت ازعوارض اين دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي اين دارو اثرات ضدموسكاريني آمانتادين آتروپين و تركيبات‌مشابه هالوپيريدول فنوتيازين‌ها وپروكائين آميد را تشديد مي‌كند.
مصرف‌همزمان با داروهاي سمي براي گوش‌مي‌تواند علايم مسموميت گوشي ناشي ازاين داروها را بپوشاند. اين دارو اثرات‌داروهاي مضعف CNS را تشديد مي‌كند.
نكات قابل توصيه 1 ـ بمنظور كاهش‌تحريك گوارشي همراه غذا، آب يا شيرمصرف شود.
2 ـ داروهاي ضد هيستامين ممكن است‌علايم مسموميت گوشي ناشي از مصرف‌مقادير زياد ساليسيلات‌ها را بپوشانند.
3 ـ احتمال بروز خواب‌آلودگي وجود دارد.بنابراين از كار با آلاتي كه نيازمندهوشياري است مانند رانندگي خودداري‌شود.
4 ـ ديمن هيدرنات به عنوان ضد سرگيجه‌حداقل نيم ساعت قبل از مسافرت بايدمصرف گردد.
مقدار مصرف
بزرگسالان به عنوان ضد استفراغ و ضدسرگيجه مقدار 100 ـ 50 ميلي‌گرم هر چهارساعت برحسب نياز مصرف مي‌شود.حداكثر مقدار مصرف در بزرگسالان تا400mg/day است
كودكان در كودكان 6 ـ 1 ساله

25mg/day ـ 12/5 و در کودکان 12 ـ 7ساله 50mg/day ـ 25 مصرف مي‌شود.
اشکال دارويي
Tablet: 50mg

DIPHENHYDRAMINE

موارد مصرف ديفن هيدرامين در درمان‌علامتي رينيت آلرژيك رينيت وازوموتور،كهير و كهير غول‌آسا، به‌عنوان درمان‌كمكي در شوك آنافيلاكتيك درمان‌علامتي پاركينسون و واكنش‌هاي‌اكستراپيراميدال ناشي از داروها، تهوع واستفراغ ناشي از مسافرت يا حركت به‌عنوان بي‌حس كننده موضعي دردندانپزشكي و به‌عنوان يك خواب‌آورملايم بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اثر ضد آلرژي اين دارو به‌علت رقابت با هيستامين براي اتصال به‌گيرنده‌هاي H1 است احتمالا اثر ضداستفراغ و ضد سرگيجه آنرا مي‌توان به اثرضد موسكاريني آن ارتباط داد. اثر ضدسرفه ديفن هيدرامين به‌علت اثر مستقيم برمركز سرفه در بصل‌النخاع است اين داروبر گيرنده‌هاي H1مغز اثر گذاشته موجب‌اثرات خواب‌آور مي‌گردد. اثر بي‌حس‌كنندگي موضعي آن بدليل شباهت‌ساختماني آن با بي‌حس كننده‌هاي‌موضعي است
فارماكوكينتيك اين دارو از راه خوراكي به‌خوبي جذب مي‌شود. زمان شروع اثر آن‌در حدود 60 ـ 15 دقيقه است دفع آن‌كليوي است و اغلب به‌صورت متابوليت‌طي 24 ساعت دفع مي‌گردد.
موارد منع مصرف در پورفيريا نبايداستفاده گردد.
هشدارها: 1 ـ مصرف اين دارو در صرع هيپرتروفي پروستات احتباس ادرار،گلوكوم و بيماريهاي كبد بايد با احتياطصورت گيرد.
2 ـ احتمال بروز سرگيجه تسكين بيش ازحد، اغتشاش شعور و كمي فشار خون‌ناشي از مصرف اين دارو در سالخوردگان‌بيشتر است
3 ـ مصرف طولاني مدت اين دارو باعث‌خشكي دهان گرديده احتمال گلودرد،عفونت دهان و گلو و پوسيدگي دندان‌وجود دارد.
4 ـ در صورت مصرف اين دارو تشخيص‌آپانديسيت و علايم سمي بر گوش ناشي ازداروها مشكل مي‌گردد.
عوارض جانبي عوارض شايع اين داروعبارتند از گيجي سردرد، عوارض‌پسيكوموتور، عوارض ضد موسكارينيمانند خشكي دهان تاري ديد و دوبيني وعوارض دستگاه گوارشي
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با مضعف‌هاي CNS ممكن است اثرات‌مضعف آن را افزايش دهد. استفاده همزمان‌آن با داروهاي آنتي‌كولينرژيك اثرات جانبي‌اين دارو را تشديد مي‌كند. مصرف همزمان‌داروهاي سمي براي گوش مانندسالسيلات‌ها و وانكومايسين با اين داروممكن است اثر سمي آنها بر روي گوش ازجمله وزوز گوش و سرگيجه را بپوشاند.

نكات قابل توصيه 1 ـ بمنظور كاهش‌تحريك گوارشي همراه غذا، آب يا شيرمصرف گردد.
2 ـ در صورت مصرف به‌عنوان ضدسرگيجه حداقل نيم ساعت قبل از مسافرت‌استفاده گردد.
3 ـ در صورت بروز خواب‌آلودگي ازكارهايي كه نياز به تمركز حواس دارندخودداري گردد.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان ضد هيستامين مقدار 50 ـ 25 ميلي‌گرم هر 6 ـ 4 ساعت‌مصرف مي‌شود. به‌عنوان ضد ديسكنزي‌در پاركينسون ايديوپاتيك در ابتدا مقدار150 ـ 50 ميلي‌گرم يا 25 ميلي‌گرم سه باردر روز مصرف مي‌شود و سپس مقدارمصرف به 50 ميلي‌گرم چهار بار در روزافزايش مي‌يابد. به‌عنوان ضد استفراغ‌مقدار 50 ميلي‌گرم نيم ساعت قبل ازمسافرت مصرف مي‌شود. به‌عنوان آرام‌بخش ـ خواب‌آور مقدار 50 ميلي‌گرم
30 ـ 20 دقيقه قبل از خواب مصرف‌مي‌شود. حداكثر مقدار مصرف300mg/day است
كودكان به‌عنوان ضد هيستامين
مقدار 1/25mg/kg هر 6 ـ 4 ساعت
مصرف مي‌گردد. به‌عنوان ضد استفراغ1/5mg/kg ـ 1 هر 6 ساعت مصرف‌مي‌گردد.
اشكال دارويي
Elixir: 12.5mg / 5ml
Tablet: 25mg

DIPHENHYDRAMINE COMPOUND

موارد مصرف اين دارو براي تسكين سرفه‌و نشانه‌هاي احتقاني آن مصرف مي‌شود.همچنين انقباض نايژه‌ها ناشي ازهيستامين را نيز تخفيف مي‌دهد.
مكانيسم اثر: اين تركيب داراي اثر ضدهيستامين و ضد كولينرژيك است و باعث‌تسكين سرفه مي‌شود. بدليل داشتن كلرورآمونيوم داراي اثر خلط آور و بدليل داشتن‌اثر آنتي‌كولينرژيك باعث كاهش ترشحات‌نايژه مي‌شود. در ضمن علايم احتقان را كه‌اغلب با سرفه همراه است از بين مي‌برد وباعث كاهش احتقان بيني و نايژه مي‌شود.
فارماكوكينتيك اثر خوراكي اين دارو پس از60 ـ 15 دقيقه ظاهر مي‌گردد. دفع آن كليوي‌بوده و به‌صورت متابوليت است كلرورآمونيوم از راه دستگاه گوارش طي6 ـ 3 ساعت جذب گرديده و در كبدمتابوليزه و به اسيد كلريدريك و اوره‌تبديل و از كليه دفع مي‌گردد.
موارد منع مصرف اين دارو در عيب شديدكار كبد و كليه در بيماراني كه مبتلا به‌اسيدوز اوليه تنفسي مي‌باشند و درصورت وجود پورفيريا نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ اين فرآورده در اختلال كاركليه بايد با احتياط تجويز گردد.
2 ـ مصرف اين دارو در صرع هيپرتروفي‌پروستات احتباس ادرار، گلوكوم وبيماريهاي كبد بايد با احتياط صورت گيرد.
عوارض جانبي احتمال تحريك مخاط معده‌و ايجاد ناراحتي معده بي‌اشتهايي تهوع واستفراغ با مصارف زياد آن وجود دارد. دربيماران با اختلال كار كليه ممكن است‌عوارض پوستي و حساسيتي افزايش يابد.اين دارو همچنين بدليل داشتن ديفن‌هيدرامين مي‌تواند عوارض ضدموسكاريني از خود نشان دهد.
تداخل‌هاي دارويي بدليل وجود ديفن‌هيدرامين در اين فرآورده استفاده همزمان‌با مضعف‌هاي CNS ممكن است اثرات‌مضعف اين دارو را افزايش دهد. استفاده‌همزمان آن با داروهاي آنتي‌كولينرژيك‌اثرات جانبي اين دارو را تشديد مي‌كند.مصرف همزمان داروهاي سمي براي‌گوش مانند سالسيلات‌ها و وانكومايسين‌با اين دارو ممكن است اثر سمي آنها برروي گوش (از جمله وزوز گوش وسرگيجه را بپوشاند. بدليل وجود سيترات‌سديم در فرآورده احتمال تداخل باكينيدين ضد اسيدها بخصوص بي‌كربنات‌سديم داروهاي حاوي كلسيم وديگوكسين وجود دارد.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو ممكن است‌باعث خواب‌آلودگي گردد.
2 ـ بمنظور كاهش تحريك گوارشي همراه‌غذا مصرف گردد.
3 ـ در صورت مصرف اين دارو تشخيص‌آپانديسيت و علايم سمي بر گوش

ناشي ازداروها مشكل مي‌گردد.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار 5 يا 10 ميلي‌ليتر هر دويا سه ساعت مصرف مي‌گردد.
كودكان 5 ـ 1 سال مقدار 2/5 ميلي‌ليتر هرسه يا چهار ساعت و در كودكان 12 ـ 6سال مقدار 5 ميلي‌ليتر هر سه يا چهارساعت مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Syrup: (Diphenhydramine HCl 12.5mg+ Sodium Citrate 50mg + AmmoniumChloride 125mg + Menthol 1mg) / 5ml

HYDROXYZINE

موارد مصرف هيدروكسي زين در درمان‌اضطراب و تنش عصبي به‌عنوان آرام‌بخش قبل از بيهوشي عمومي كاهش‌عوارض قطع مواد مخدر و الكل كنترل‌خارشهاي آلرژيك از جمله كهير مزمن وكنترل تهوع و استفراغ استفاده مي‌گردد.
مكانيسم اثر: اثر ضد اضطراب اين داروا‌حتمالا ناشي از اثر آن بر نواحي‌زيرقشري CNS است اثر آرام بخشي وخواب‌آوري آن نيز احتمالا بدليل خاصيت‌ضد هيستاميني مي‌باشد. به همين علت اثرضد خارش نيز دارد. اثر ضد استفراغ نيزاحتمالا به اثر ضدموسكاريني آن مربوطمي‌شود.
فارماكوكينتيك زمان لازم براي شروع اثرهيدروكسي‌زين بعد از مصرف خوراكي30 ـ 15 دقيقه و طول مدت اثر آن 6 ـ 4ساعت است
هشدارها: 1 ـ احتمال بروز خشكي دهان درمصارف طولاني مدت وجود دارد.
2 ـ مصرف اين دارو در صرع هيپرتروفي‌پروستات و احتباس ادرار، گلوكوم وبيماريهاي كبد بايد با احتياط صورت گيرد.
عوارض جانبي خواب‌آلودگي و خشكي‌دهان از عوارض شايع اين دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با فرآورده‌هاي مضعف CNS،داروهاي ضد افسردگي سه حلقه‌اي وداروهاي كاهنده فشار خون باعث افزايش‌اثر آنها مي‌گردد. اثر قي‌آور آپومرفين رادر صورت مصرف همزمان كاهش‌مي‌دهد. مصرف همزمان داروهاي ضددرد مخدر شبه تريالك با اين دارو اثر ضددرد و مضعف CNS آنها را افزايش مي‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت بروزخواب‌آلودگي از انجام كارهاي دقيق كه‌احتياج به هوشياري دارند خودداري شود.
2 ـ احتمال بروز خشكي دهان وجود دارد.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان داروي ضداضطراب‌يا آرام بخش ـ خواب‌آور، مقدار 100 ـ 50ميلي‌گرم به‌صورت مقدار واحد مصرف‌مي‌شود. به‌عنوان ضد استفراغ و يا ضدهيستامين مقدار 100 ـ 25 ميلي‌گرم سه ياچهار بار در روز برحسب نياز مصرف‌مي‌شود.
كودكان به‌عنوان ضد اضطراب يا آرام‌بخش ـ خواب‌آور 0/6mg/kg به‌صورت‌مقدار واحد مصرف مي‌شود. به‌عنوان‌ضداستفراغ و ضد هيستامين 0/5mg/kgهر 6 ساعت برحسب نياز مصرف‌مي‌گردد. در مورد كودكان كمتر از 6 سال12/5 ميلي‌گرم هر 6 ساعت و در كودكان‌بزرگتر

25 ـ 12/5 ميلي‌گرم هر 6 ساعت‌مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Syrup: 10mg / 5ml
Tablet: 10mg, 25mg

موارد مصرف پرومتازين براي ايجاد اثرآرام بخش در شب و درمان بي‌خوابي براي مصرف كوتاه مدت ، درمان علامتي‌حساسيت‌هايي چون تب يونجه كهير،درمان كمكي واكنش‌هاي آنافيلاكسي درمان تهوع سرگيجه اختلالات لابيرنت بيماري مسافرت و داروي پيش بيهوشي‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: تصور مي‌شود كه اين داروبه‌طور غيرمستقيم باعث كاهش تحريك‌سيستم مشبك ساقه مغزي مي‌گردد.همچنين از طريق رقابت با هيستامين براي‌اتصال به گيرنده H1 در سلول هدف اسپاسم و احتقان ناشي از هيستامين رامتوقف مي‌سازد. اين دارو از واكنش‌هايي‌كه تنها با واسطه هيستامين بروز مي‌كندجلوگيري مي‌نمايد ولي در صورت بروزآنها را از بين نمي‌برد. احتمالا با مهارگيرنده‌هاي شيميايي بصل‌النخاع (CTZ) اثرضد استفراغ خود را اعمال مي‌كند. اثرات‌ضد سرگيجه آن احتمالا از طريق اثر ضدموسكاريني مركزي اعمال مي‌شود.
فارماكوكينتيك پرومتازين به خوبي از راه‌خوراكي و از محل تزريق جذب مي‌شود.متابوليسم آن كبدي است شروع اثر آن ازراه خوراكي يا تزريق عضلاني تقريب؟ 20دقيقه و از راه وريدي حدود 5 ـ 3 دقيقه بعداز مصرف است طول مدت اثر آرام بخشي‌آن حدود 8 ـ 2 ساعت و طول مدت اثر ضدهيستامين آن 12 ـ 6 ساعت است اين داروبه آهستگي از كليه و مدفوع و عمدت?به‌صورت متابوليت‌هاي غيرفعال دفع‌مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ احتمال بروز سرگيجه تسكين اغتشاش شعور و كمي فشارخون‌در بيماران مسن وجود دارد. همچنين‌بروز علايم اكستراپيراميدال بخصوص‌پاركينسون اختلال در نشستن خوابيدن‌و درازكشيدن و ديكسينزي مداوم نيز دربيماران مسن بيشتر است بخصوص اگرمقادير مصرف زياد باشند يا از شكل‌تزريقي دارو استفاده شود.
2 ـ در آسم حاد، وجود نشانه‌هاي بزرگي‌پروستات يا زمينه ابتلاي به احتباس ادرار،اغماء، زمينه ابتلاي گلوكوم با زاويه بسته‌و يرقان بايد با احتياط مصرف شود.
عوارض جانبي خواب آلودگي هيجان عصبانيت بي‌قراري از دست دادن مهارت‌در انجام كار يا بي‌ثباتي حركات پرشي‌عضلات سر و صورت رعشه و تكان دادن‌دست‌ها، تاري ديد، كاهش هوشياري‌به‌ويژه در كودكان خشكي دهان احساس‌از حال رفتن (كمي فشار خون و حساسيت‌به نور از عوارض جانبي دارو هستند.
تداخلهاي دارويي مصرف همزمان‌پرومتازين با داروهاي كاهنده فشار خون‌با اثر مضعف CNS مانند كلونيدين و متيل‌دوپا، سولفات منيزيم تزريقي

داروهاي‌ضد افسردگي سه حلقه‌اي داروهاي‌بيهوش كننده باربيتورات‌ها و داروهاي‌مخدر، داروهاي مهاركننده‌مونوآمينواكسيداز (MAO)، از جمله‌فورازوليدن و پروكاربازين ممكن است‌موجب تشديد آثار مضعف CNS اين‌داروها يا پرومتازين گردد. مصرف‌همزمان با ساير داروهايي كه باعث ايجادواكنش‌هاي اكستراپيراميدال مي‌شوند، ازجمله هالوپريدول متوكلوپراميد، سايرفنوتيازين‌ها و تيوگزانتين‌ها ممكن است‌شدت و دفعات بروز واكنش‌هاي‌اكستراپيراميدال را افزايش دهد. مصرف‌همزمان لوودوپا با پرومتازين ممكن است‌اثرات ضد پاركينسوني لودوپا را به علت‌مسدود شدن گيرنده‌هاي دوپامين در مغزمهار كند آثار آلفا ـ آدرنرژيك اپي‌نفرين درصورت مصرف همزمان با پرومتازين‌ممكن است مهار شود. مصرف همزمان‌بروموكريپتين با پرومتازين ممكن است‌موجب افزايش غلظت سرمي پرولاكتين‌شود و با اثر بروموكريپتين تداخل كند.مصرف همزمان پرومتازين با داروهاي‌ضد تيروئيد ممكن است خطر بروزآگرانولوسيتوز را افزايش دهد.

نكات قابل توصيه 1 ـ براي به حداقل‌رسانيدن تحريك گوارشي شكل خوراكي‌اين دارو همراه با غذا، آب يا شير مصرف‌شود.

2 ـ در صورت مصرف دارو براي‌پيشگيري از بيماري مسافرت بايد حداقل30 دقيقه يا ترجيح? 2 ـ 1 ساعت قبل ازمسافرت مصرف شود.

3 ـ احتمال بروز خشكي دهان با مصرف‌اين دارو وجود دارد.

4 ـ درمان با پرومتازين بايد 2 ـ 1 هفته قبل‌از زايمان قطع شود تا از بروز يرقان وعلايم اكستراپيراميدال در نوزاد جلوگيري‌شود.

مقدار مصرف

خوراكي

بزرگسالان 25 ميلي‌گرم در موقع خواب ودر صورت نياز تا 50 ميلي‌گرم مصرف‌مي‌شود.

كودكان در كودكان 5 ـ 1 ساله 20 ـ 15ميلي گرم و در كودكان 10 ـ 5 ساله

25 ـ 20 ميلي‌گرم در موقع خواب مصرف‌مي‌شود.

تزريقي

بزرگسالان 50 ـ 25 ميلي‌گرم و حداكثر تا100 ميلي‌گرم تزريق مي‌شود. در مواردا‌ورژانس 50 ـ 25 ميلي‌گرم و حداكثر 100ميلي‌گرم تزريق آهسته وريدي مي‌شود.

كودكان در كودكان 10 ـ 5 ساله

12/5 ـ 6/25 ميلي‌گرم تزريق عضلاني‌مي‌شود.

اشكال دارويي

Tablet: 25mg

Syrup: 113mg / 100ml
Injection: 25mg / ml

TERFENADINE

موارد مصرف ترفنادين براي جلوگيري ازعلايم ناشي از حساسيت مانند تب يونجه و كهير بكار برده مي‌شود.
مكانيسم اثر: اثر ضد آلرژي اين دارو
ناشي از رقابت آن با هيستامين براي‌اتصال به گيرنده‌هاي H1 است و به اين‌ترتيب از بروز اثرات هيستامين جلوگيري‌مي‌كند.
فارماكوكينتيك ترفنادين بخوبي از دستگاه‌گوارش جذب مي‌گردد. به مقدار زياد به‌پروتئينهاي پلاسما متصل مي‌شود وبه‌صورت متابوليت در ادرار و مدفوع دفع‌مي‌گردد.
موارد منع مصرف در صورت وجودآريتمي قلبي نبايد مصرف گردد.
هشدارها: 1 ـ احتمال بروز آريتمي قلبي بامقادير مصرف زياد وجود دارد.
2 ـ از مصرف همزمان با داروهاي كاهنده‌پتاسيم خون بايد خودداري گردد.
3 ـ در مصرف همزمان با داروهاي‌ايجادكننده آريتمي احتياط شود.
عوارض جانبي مهمترين عارضه جانبي اين‌دارو احتمال بروز آريتمي قلبي است اثرات‌تسكيني و ضدموسكاريني آن بسيار كم‌است و معمولا با مقادير مصرف زياد ديده‌مي‌شود.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان باداروهاي مهاركننده آنزيم‌هاي كبدي مانندكتوكونازول اريترومايسين و سايرايميدازولهاي ضد قارچ احتمال آريتمي‌قلبي را افزايش مي‌دهد. استفاده از تركيبات‌ضد آريتمي ضد جنون و ضد افسردگي‌سه حلقه‌اي اثر آريتمي‌زايي اين دارو راافزايش مي‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت بروزآريتمي قلبي مصرف دارو قطع گرديده و به‌پزشك مراجعه شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان در تب يونجه و رينيت آلرژيك‌روزي 60 ميلي‌گرم و در صورت لزوم‌حداكثر تا 120 ميلي‌گرم مصرف مي‌گردد.در حساسيت پوستي 120 ميلي‌گرم در يك يا دو نوبت در روز مصرف مي‌شود.
كودكان در كودكان 6 ـ 3 سال 15 ميلي‌گرم‌دو بار در روز و در كودكان 12 ـ 6 سال 30ميلي‌گرم دو بار در روز مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 60mg

ACICLOVIR

موارد مصرف آسيكلوير در درمان وپيشگيري تبخال ناشي از ويروس هرپس منتژيت ناشي از ويروس هرپس پيشگيريو درمان زونا و در درمان عفونت ناشي ازواريسلا (آبله مرغان مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: آسيكلوير ساخت DNAويروس را مهار مي‌كند. اين عمل از طريق‌تبديل آسيكلوير به آسيكلوويرتري‌فسفات و تداخل با آنزيم DNA پليمرازويروس صورت مي‌گيرد.
فارماكوكينتيك جذب خوراكي آسيكلوويرحدود 20% است و به مقدار وسيع درمايعات و بافت‌هاي بدن منتشر مي‌شود.بيشترين غلظت آن در كليه كبد و روده‌يافت مي‌شود. غلظت آن در CNS حدود50% غلظت پلاسمايي آن است متابوليسم‌آن كبدي است و به‌طور عمده از طريق كليه‌دفع مي‌شود.
جذب پوستي دارو ناچيزاست
هشدارها: درصورت‌وجوددهيدراتاسيون اختلال كار كليه يا اختلالات نورولوژيك‌بايد با احتياط فراوان مصرف شود.
عوارض جانبي فلبيت يا التهاب در محل‌تزريق از عوارض جانبي مهم و نسبت?شايع آسيكلوير تزريقي است امكان‌بروز عوارض كليوي بخصوص بعد ازتزريق سريع دارو وجود دارد.
نكات قابل توصيه 1 ـ تبخال تناسلي از راه‌مقاربت قابل انتقال است و مصرف‌آسيكلوير مانع از انتقال نمي‌شود. ازاين‌رو حتي اگر بيمار علايمي نداشته باشد،بايد از مقاربت خودداري گردد.
2 ـ مصرف آسيكلوير در عفونت ساده‌آبله مرغان در كودكان داراي سيستم‌ايمني سالم توصيه نمي‌شود.
3 ـ درمان با آسيكلوير بايد بلافاصله پس‌از مشاهده اولين علايم عفونت تبخالي آغازشود.
4 ـ شكل تزريقي دارو بايد به‌صورت‌انفوزيون وريدي مصرف شود. داروحداقل بايد طي يكساعت انفوزيون شود.
5 ـ از تزريق عضلاني و زيرجلدي شكل‌تزريقي بايد خودداري شود.
6 ـ هنگام مصرف دارو، جهت جلوگيري ازبروز عوارض كليوي بايد به مقدار كافي‌مايعات مصرف شود.
7 ـ ناحيه ضايعه ديده بايد به‌صورت‌خشك و تميز نگهداري شده و براي‌جلوگيري از آلوده كردن ساير نقاط بدن يا‌انتقال عفونت به ديگران هنگام مصرف‌كرم دارو بايد از دستكش پلاستيكي‌استفاده گردد.
مقدار مصرف
خوراكي

بزرگسالان در درمان تبخال تناسلي‌مقدار 200 ميلي‌گرم هر 4 ساعت يكبارهنگام بيداري 5 بار در روز و به مدت 10روز مصرف مي‌شود. براي درمان متناوب‌عفونت‌هاي عودكننده همين مقدار به مدت5 روز مصرف مي‌شود. براي درمان‌فرونشاننده طولاني مدت عفونت‌عودكننده مقدار 400 ميلي‌گرم دو بار درروز يا 200 ميلي‌گرم 5 ـ 3 بار در روز به‌مدت حداكثر 12 ماه مصرف مي‌شود. دردرمان زونا 800 ميلي‌گرم هر 4 ساعت‌هنگام بيداري 5 بار در روز به مدت 10 ـ 7روز مصرف مي‌شود. در درمان تبخال‌مخاطي ـ جلدي در بيماران مبتلا به ضعف‌سيستم ايمني مقدار 400 ـ 200 ميلي‌گرم 5بار در روز و به مدت 10 روز مصرف‌مي‌شود. در پيشگيري از اين نوع عفونت مقدار 400 ميلي‌گرم هر 12 ساعت مصرف‌مي‌شود. در درمان آبله مرغان 800 ميلي‌گرم 4 بار در روز به مدت 5 روز مصرف‌مي‌شود. در صورت وجود اختلال در كاركليه مقدار مصرف بايد كاهش يابد.

كودكان در كودكان 12 ـ 2 سال در درمان‌آبله مرغان 20mg/kg تا حداكثر 800ميلي‌گرم در هر بار مصرف 4 بار در روزبه مدت 5 روز مصرف مي‌شود.

تزريقي

بزرگسالان در درمان تبخال تناسلي اوليه‌شديد، مقدار 5mg/kg سه بار در روز

به مدت 5 روز انفوزيون وريدي مي‌شود.در عفونت تبخال مخاطي ـ جلدي دربيماران مبتلا به ضعف سيستم ايمني مقدار 10mg/kg ـ 5 سه بار در روز و

به مدت 10 ـ 7 روز انفوزيون وريدي‌مي‌شود. در درمان آنسفاليت ناشي ازويروس هرپس 10mg/kg سه بار در روزبه مدت 10 روز و در درمان زونا دربيماران مبتلا به ضعف سيستم ايمني همين مقدار به مدت 7 روز انفوزيون‌وريدي مي‌گردد. مقدار مصرف در

بيماران مبتلا به عيب كار كليه

بايد تعديل گردد. حداكثر مقدار

مصرف در بزرگسالان 30mg/kg يا1/5g/m2 است

كودكان مقدار مصرف در درمان تبخال‌تناسلي اوليه شديد در كودكان تا 12 سال 250mg/m2 سه بار در روز به مدت 5 روزبه‌صورت انفوزيون وريدي مي‌باشد. دردرمان تبخال جلدي ـ مخاطي در كودكان‌مبتلا به ضعف سيستم ايمني همين مقداربه مدت 7 روز انفوزيون وريدي مي‌شود.در درمان آنسفاليت ناشي از ويروس‌هرپس 500mg/m2 هر 8 ساعت به مدت 10روز انفوزيون مي‌شود. در درمان زونا دربيماران مبتلا به ضعف سيستم ايمني500mg/m2 سه بار در روز و به مدت 7روز و در عفونت

تبخال منتشر در نوزادان10mg/kg سه بار در روز به مدت 14 ـ 10روز انفوزيون وريدي مي‌شود. مقدارمصرف در كودكان بالاي 12 سال مانندبزرگسالان است

اشكال دارويي

Tablet: 200mg, 400mg

For Injection: 250mg

Topical Cream: 5%

CYCLOPHOSPHAMIDE

موارد مصرف سيكلوفسفاميد در درمان‌لوسمي لنفوبلاستيك حاد، لوسمي‌مونوسيتيك حاد، لوسمي ميلوژنوس حاد،لوسمي گرانولوسيتيك مزمن آدنوكارسيناماي تخمدان سرطان پستان سرطان ريه سرطان آندومتر،ميلوم‌مولتيپل انواع لنفوما و در توموريلمز بكار مي‌رود و به عنوان داروي‌كمكي جهت كاهش فعاليت سيستم ايمني‌بدن براي جلوگيري از پس زدن پيوند،سندروم نفروتيك آرتريت روماتوئيد ولوپوس اريتماتوز بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: يكي از متابوليتهاي‌سيكلوفسفاميد همانند داروهاي آلكليه‌كننده عمل مي‌كند. اثر سلول‌كش آن عمدت?ناشي از ايجاد اتصال بين دو رشته‌مولكولي DNA و نيز RNA و همچنين مهارساخت پروتئين است
فارماكوكينتيك سيكلوفسفاميد بخوبي ازدستگاه گوارش جذب مي‌گردد. به مقدارمحدودي از سد خوني مغزي عبور مي‌كند.متابوليسم آن كبدي است و پس از آن به‌متابوليت‌هاي فعال تبديل و نهايت? از طريق‌كليه دفع مي‌گردد.
عوارض جانبي عوارضي كه بطور معمول‌اين دارو از خود نشان مي‌دهد شامل‌لكوپني و يا عفونت كه معمولا بدون علامت‌مي‌باشد. بدليل اثر كاهنده بر روي غددجنسي احتمال بروز اختلال در دوران‌قاعدگي وجود دارد كه پس از قطع دارورفع مي‌گردد. لكوپني نيز معمولا 17-21روز پس از قطع دارو بهبود مي‌يابد.
تداخل‌هاي داروئي سيكلو فسفاميد اگرهمزمان با آلوپورينول و يا كل شي‌سين‌استفاده شود ممكن است غلظت اسيداوريك خون را بالا ببرد. سيكلوفسفاميد درصورت مصرف همزمان با داروهاي ضدانعقاد خوراكي ممكن است فعاليت اين‌داروها را به علت كاهش ساخت كبدي‌فاكتورهاي پيش‌انعقادي و تداخل با تشكيل‌پلاكت‌ها، افزايش دهد.
مصرف همزمان سيكلو فسفاميد همراه‌سيتارابين باعث بروز خطر كارديوميوپاتي مي‌گردد. استفاده همزمان آن باداروهاي ديگر مضعف سيستم ايمني ممكن‌است به توسعه عفونت و يا سرطان‌بيانجامد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت بروزخونريزي حتم? بايد دارو قطع گردد.
2 ـ در صورت كاهش لكوسيتها و پلاكت‌هادارو بايد قطع گردد تا سطح خوني آنها به‌حد قابل قبولي برسد و سپس مي‌توان داروراً در صورت لزوم با مقدار كمتري تجويزنمود.
3 ـ بيمار بايد براي جلوگيري از خطرعارضه كليوي ناشي از

افزايش‌اسيداوريك مايعات زياد مصرف كند.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان به عنوان ضد سرطان به‌مقدار mg/kg/day 1-5 مصرف مي‌شود.بعنوان كاهنده ايمني در درمان آرتريت‌روماتوئيد، مقدار mg/kg/day 1/5-2 دارومي‌تواند تا مقدار mg/kg/day 3 افزايش پيداكند.
كودكان به عنوان ضد نئوپلاسم مقدارشروع mg/kg/day 2-8 در مقادير منقسم‌بمدت شش روز يا بيشتر و مقدارنگهدارنده mg/day 2/5 دو بار در هفته‌مي‌باشد. در سندرم نفروتيك به عنوان‌كاهنده ايمني mg/kg/day 2/5-3 مصرف‌مي‌شود.
تزريقي
بزرگسالان به عنوان ضد سرطان مقدار50-40 mg/kg طي 2-5 روز تزريق‌مي‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده آن نيزدر حدود 15-10 mg/day هر 7-10 روز ويا 3/5 mg/day دو بار در هفته بصورت‌وريدي است
كودكان بعنوان ضد سرطان مقدار8-2 mg/kg/day در مقادير منقسم بمدت
6 روز يا بيشتر تزريق وريدي مي‌شود.مقدار نگهدارنده 10 - 15 mg/day هر
10 - 7 روز يا 30 mg/kg هر 4 - 3 هفته‌يكبار يا پس از بازگشت فعاليت مغز
استخوان به حالت عادي است
اشكال دارويي
Injection: 200mg, 500 mg
Tablet: 50 mg

CYTARABINE

موارد مصرف سيتارابين در درمان‌لوسمي لنفوسيتيك حاد، لوسمي‌ميلوسيتيك حاد، لوسمي ميلوژنوس حاد،لوسمي ميلوسيتيك مزمن لنفوم حاد غيرهوچكيني در كودكان اريترولوسمي ولنفوم هوچكيني بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: سيتارابين يك آنتي متابوليت‌است و در چرخه سلولي بطور اختصاصي‌در مرحله تقسيم سلولي عمل مي‌كند وباعث مهار ساخت DNA و تا حد كمي RNAو پروتئين مي‌گردد.
فارماكوكينتيك پس از تزريق وريدي مقدارمتوسطي از اين دارو از سد خوني ـ مغزي‌عبور مي‌كند. متابوليسم آن كبدي بوده ودفع آن عمدت? كليوي است
هشدارها: سيتارابين ممكن است باعث‌كاهش فعاليت گنادها گردد كه بسته به مدت‌درمان گاهي غيرقابل برگشت مي‌باشد.
عوارض جانبي عوارض جانبي سيتارابين‌بجز تهوع و استفراغ در صورت انفوزيون‌وريدي افزايش مي‌يابند. عوارض شايع‌شامل تب لرز و يا گلو درد ناشي از كمبودگويچه‌هاي سفيد و عفونت است همچنين‌خونريزي و كبودي غيرعادي ناشي ازكمي پلاكت‌ها است
تداخل‌هاي داروئي در صورت مصرف‌همزمان با آلوپورينول و كل شي‌سين نيازبه تنظيم مقدار دارو مي‌باشد.
نكات قابل توصيه 1 ـ شروع درمان باسيتارابين بايد در بيمارستان و تحت نظرپزشك متخصص انجام گيرد.
2 ـ مقدار مصرف بيشتر سيتارابين وتزريق سريع وريدي بجاي دفعات بيشتر وزمان آهسته‌تر تزريق استفراغ و تهوع‌بيشتري توليد مي‌كند اما عوارض خوني آن‌كمتر است
3 ـ مصرف زياد مايعات از تجمع‌اسيداوريك در كليه جلوگيري مي‌كند.
مقدار مصرف در درمان لوسمي‌ميلوسيتيك حاد و اريترولوسمي به عنوان‌مقدار شروع 3 mg/kg/day از راه وريدي بصورت انفوزيون پيوسته طي 24 ساعت‌يا در مقادير منقسم بصورت تزريق سريع‌وريدي براي 5-10 روز و به عنوان مقدارنگهدارند. 1 mg/kg از طريق زير جلدي 1-2بار در هفته تزريق مي‌شود. در درمان‌لوسمي مننژي 5-75 mg/m2 از اشكال قابل‌تزريق داخل نخاع دارو، در فواصل متفاوت‌از يكبار در روز بمدت 4 روز تا هر چهارروز يكبار داخل نخاع تزريق مي‌شود. اغلب30 mg/m2 هر چهار روز يكبار، تا جايي كه‌آزمايشات مايع مغزي ـ نخاعي طبيعي‌شوند، مصرف مي‌شود. پس از آن يك‌مقدار مصرف اضافي نيز تجويز مي‌گردد.

اشكال دارويي
Injection: 100 mg

DACARBAZINE

موارد مصرف داكاربازين در درمان‌ملانوم بدخيم و لنفوم‌هاي هوچكيني بكارمي‌رود و در درمان ساركوم‌هاي بافت نرم‌توصيه شده است
مكانيسم اثر: داكاربازين در چرخه سلولي‌بطور غيراختصاصي عمل و ممكن است‌ساخت DNA و RNA را مهار كند.
فارماكوكينتيك داكاربازين بميزان كم ازسد خوني ـ مغزي عبور مي‌كند. متابوليسم‌دارو كبدي است نيمه عمر دارو 5 ساعت‌است كه در عيب كار كبد به 7/2 ساعت‌مي‌رسد. 40% داروي تزريق شده طي 6ساعت از كليه‌ها دفع مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت بروز كاهش‌سلول‌هاي خون درمان را قطع تا ميزان‌لكوسيت‌ها و پلاكت‌ها به مقادير قابل قبول‌برگردد (يك هفته پس از قطع مصرف داروبه مقدار قابل قبول برمي‌گردد).
2 ـ مواد حاصل از تجزيه محلول‌داكاربازين (در اثر نور)، ممكن است باعث‌بروز عوارض جانبي سوزش و درد درناحيه تزريق تهوع استفراغ و مسموميت‌كبدي شود.
عوارض جانبي كم‌خوني آسيب‌بافتي ودرد وريد محل تزريق كاهش گلبول‌هاي‌سفيد يا پلاكت‌هاي خون آنافيلاكسي مسموميت كبدي استئوماتيت كاهش‌اشتها و تهوع و استفراغ از عوارض جانبي‌مهم و نسبت? شايع دارو مي‌باشند.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان باداروهاي مولد ديسكرازي خوني باعث‌تشديد عوارض جانبي دارو مي‌شود.مصرف همزمان با داروهاي القاكننده‌آنزيم كبدي باعث كاهش اثرات لازم‌مي‌شود.
نكات قابل توصيه دارو بصورت وريدي وترجيح? انفوزيون وريدي بكار رود.
مقدار مصرف در ملانوم بدخيم مقدار2-4/5 mg/kg/day بمدت 10 روز بصورت‌وريدي هر 28 روز يكبار و يا تا250 mg/m2/day بمدت 5 روز بصورت‌وريدي هر 21 روز يكبار مصرف مي‌شود.در لنفوم‌هاي هوچكيني مقدار mg/m2/day150 بصورت وريدي بمدت 5 روز، همراه‌ديگر داروهاي ضد سرطان كه هر 28 روزتكرار مي‌شود و يا تا 375 mg/m2 در روزاول همراه با ديگر داروهاي ضد سرطان‌هر 15 روز يكبار مصرف مي‌شود.
داكاربازين بميزان 850 mg/m2/dayبصورت مقدار مصرف واحد هر 21-42روز يكبار نيز مصرف مي‌شود كه سميت‌خوني قابل ملاحظه‌اي ندارد، اما تهوع واستفراغ شديدي ممكن است ايجاد نمايد.

اشكال دارويي
Injection: 100 mg, 200 mg

ISONIAZID

موارد مصرف ايزونيازيد همراه با سايرداروهاي ضد سل در درمان سل و به‌تنهايي براي پيشگيري از بروز اين بيماري‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: ايزونيازيد يك آنتي‌بيوتيك‌باكتريواستاتيك است كه به نظر مي‌رسد باتداخل در سنتز ديواره سلولي موجب مرگ‌باكتري مي‌شود.
فارماكوكينتيك اين دارو از راه خوراكي به‌خوبي جذب مي‌شود، اما ممكن است درعبور اول از كبد متابوليزه شود. جذب وفراهمي زيستي اين دارو در صورت‌مصرف همزمان با غذا ممكن است به مقدارقابل ملاحظه‌اي كاهش يابد. پس از جذب‌به‌طور گسترده در بافتها و مايعات بدن‌منتشر مي‌شود. اوج غلظت سرمي دارو
2 ـ 1 ساعت بعد از مصرف حاصل‌مي‌شود. نيمه عمر ايزونيازيد متغير وممكن است بين 5 ـ 0/5 ساعت باشد (به‌سرعت استيلاسيون دارو در كبد بستگي‌دارد). دفع دارو عمدت? كليوي است
موارد منع مصرف اين دارو در صورت‌ابتلاي بيمار به نارسايي كبدي ناشي ازداروها، نبايد مصرف شود.
هشدارها: در صورت وجود عيب كار كبد،عيب كار كليه استيلاسيون كند كبدي صرع سابقه سايكوز، اعتياد به الكل وپورفيري با احتياط فراوان مصرف شود.
عوارض جانبي تهوع استفراغ نوريت‌محيطي با مصرف مقادير زياد، نوريت‌اپتيك تشنج حملات سايكوتيك واكنش‌هاي حساسيت مفرط شامل تب اريتم مولتي فرم پورپورا وآگرانولوسيتوز، هپاتيت سندرم شبه‌لوپوس ـ اريتماتوز سيستميك پلاگر،زيادي قند خون و ژينكوماستي با مصرف‌اين دارو گزارش شده‌اند.
تداخل‌هاي دارويي سميت ايزونيازيد براي‌كبد در صورت مصرف همزمان‌ايزوفلوران با اين دارو افزايش مي‌يابد.داروهاي آنتي‌اسيد جذب ايزونيازيد راكاهش مي‌دهند. در صورت مصرف‌همزمان اين دارو با سيكلوسرين خطرمسموميت CNSافزايش مي‌يابد.متابوليسم كاربامازپين اتوسوكسيميد وفني‌توئين بوسيله ايزونيازيد مهار مي‌شودو از اينرو اثر اين داروها افزايش مي‌يابد.همچنين در صورت مصرف همزمان‌كاربامازپين سميت ايزونيازيد براي كبدافزايش مي‌يابد. متابوليسم ديازپام نيزتوسط اين دارو مهار مي‌شود. ايزونيازيداحتمالا غلظت پلاسمايي تئوفيلين راافزايش مي‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ بيمار يا اطرافيان وي‌را بايد از نظر تشخيص علايم اختلال كبدي‌آگاه ساخت و به بيمار يادآور شد، درصورت بروز علايم اين

اختلال از جمله‌تهوع مداوم استفراغ بيحالي يا يرقان فور?مصرف ايزونيازيد را قطع و به پزشك‌مراجعه كند.
2 ـ در صورت بروز تحريك گوارشي مي‌توان اين دارو را با غذا مصرف كرد، امادر اين صورت جذب دارو كاهش خواهديافت
مقدار مصرف مقدار مصرف اين دارو دردرمان سل از راه خوراكي و عضلاني دررژيم‌هاي مختلف درماني در كليات‌داروهاي ضد سل ذكر شده است
براي پيشگيري از بروز سل دربزرگسالان 300mg/day و در كودكان10mg/kg/day (تا حداكثر 300 ميلي گرم ازراه خوراكي يا تزريق عضلاني مصرف‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Double Scored Tablet: 100mg, 300mg
Injection: 1g/10ml

PYRAZINAMIDE

موارد مصرف پيرازين آميد همراه با سايرداروهاي ضد سل در درمان اين بيماري‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين آنتي‌بيوتيك بسته به‌غلظت و حساسيت ارگانيسم‌باكتريواستاتيك يا باكتريسيد مي‌باشد.مكانيسم اثر اين دارو بخوبي شناخته نشده‌است
فارماكوكينتيك اين دارو از راه خوراكي‌بخوبي جذب مي‌شود و پس از جذب دراغلب بافتها و مايعات بدن منتشر مي‌شود.پيرازين آميد در كبد به متابوليت فعال‌خود، هيدروليز مي‌شود. غلظت سرمي‌دارو 2 ـ 1 ساعت و غلظت سرمي متابوليت‌آن 5 ـ 4 ساعت پس از مصرف به اوج خودمي‌رسد. نيمه عمر دارو 9/5 ساعت و نيمه‌عمر متابوليت آن 12 ساعت است كه درصورت نارسايي مزمن كليه به ترتيب تا 26و 22 ساعت ممكن است افزايش يابند. دفع‌اين دارو كليوي است
موارد منع مصرف در صورت وجود آسيب‌كليوي و پورفيري نبايد مصرف شود.
هشدارها: در صورت وجود عيب كار كبد،عيب كار كليه ديابت و نقرس اين دارو بايدبا احتياط فراوان مصرف شود. پيگيري‌كار كبد در طول درمان با اين دارو توصيه‌مي‌شود.
عوارض جانبي تب بي‌اشتهايي بزرگ‌شدن كبد، يرقان و نارسايي كبد، عوارض‌مهم اين دارو هستند.
نكات قابل توصيه بيمار يا اطرافيان وي راباید از نظر تشخيص علايم اختلال كبدي‌آگاه ساخت و به بيمار يادآور شد كه درصورت بروز علايم اين اختلال از جمله تهوع مداوم استفراغ بيحالي و يرقان فور? مصرف دارو را قطع و به پزشك‌مراجعه كند.
مقدار مصرف مقدار مصرف اين دارو دردرمان سل در بخش كليات داروهاي ضدسل ذكر شده است
اشكال دارويي
Scored Tablet: 500mg

(RIFAMPIN (RIFAMPICIN

موارد مصرف ريفامپين به همراه سايرداروهاي ضد سل در درمان اين بيماري‌مصرف مي‌شود. همچنين اين دارو همراه‌با ساير داروها در درمان عفونتهاي حاداستافيلوكوكي و جذام وعفونتهاي آتيپيك‌ناشي از انواع ميكوباكتريم و نيز درپيشگيري از مننژيت مننگوكوكي و عفونت‌ناشي از هموفيلوس آنفلوانزا مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: ريفامپين يك آنتي‌بيوتيك باطيف اثر گسترده و باكتريسيد مي‌باشد كه‌از طريق مهار RNA باكتريايي اثر خود رااعمال مي‌نمايد.
فارماكوكينتيك اين دارو به خوبي از راه‌خوراكي جذب مي‌شود و پس از جذب دراغلب بافتها و مايعات بدن منتشر مي‌شود.غلظت سرمي دارو 4 ـ 1/5 ساعت بعد ازمصرف خوراكي به اوج خود مي‌رسد.ريفامپين در كبد متابوليزه مي‌شود. نيمه‌عمر دارو 5 ـ 3 ساعت است كه پس ازمصرف مكرر به 3 ـ 2 ساعت كاهش‌مي‌يابد. دفع اين دارو عمدت? از راه صفرا ومدفوع است و دارو وارد چرخه روده‌اي ـكبدي نيز مي‌شود. تقريب? 15 ـ 6 درصددارو به‌صورت تغيير نيافته و 15 درصدبه‌صورت متابوليت فعال از طريق ادراردفع مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت ابتلاي بيماربه يرقان و پورفيري نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ مقدار مصرف دارو درصورت وجود عيب كار كبد بايد كاهش‌داده شود.
2 ـ در صورت ابتلاي بيمار به اختلالات‌كبدي و در صورت درمان دراز مدت انجام‌آزمونهاي كار كبد به‌طور ادواري توصيه‌مي‌شود.
3 ـ در صورت ابتلاي بيمار به عيب كاركليه (در صورتي كه دارو به مقداري بيش‌از 600mg/day مصرف مي‌شود)، اين داروبايد با احتياط فراوان مصرف شود.
عوارض جانبي عوارض جانبي شامل‌بي‌اشتهايي تهوع استفراغ و اسهال تغييررنگ ادرار و ترشحات بدن به نارنجي عوارضي با علايم آنفلوانزا شامل لرز، تب سرگيجه و درد استخوان كلاپس و شوك كم خوني هموليتيك نارسايي حاد كليه پورپوراي ترومبوسيتوپنيك تغيير درعملكرد كبد، يرقان برافروختگي كهير وبثورات جلدي مي‌باشد.
تداخل‌هاي دارويي ريفامپين متابوليسم‌بسياري از داروها را افزايش مي‌دهد ومنجر به كاهش اثر يا كاهش غلظت‌پلاسمايي آنها مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ بايد به بيماران‌توصيه نمود در صورت استفاده ازقرصهاي جلوگيري كننده از بارداري درطول درمان با اين دارو، حتم? از

سايرروشهاي جلوگيري از بارداري نيزاستفاده نمايند.
2 ـ در صورت مصرف ريفامپين احتمال‌تغيير رنگ لنزهاي نرم وجود دارد.
3 ـ در صورت قطع مصرف دارو، مصرف‌آن را بايد مجدد؟ با مقدار كم آغاز كرد وبتدريج مقدار مصرف آن را افزايش داد. درصورت بروز عوارض جانبي جدي بايدمصرف دارو را براي هميشه قطع كرد.
4 ـ بيمار يا اطرافيان وي را بايد
از نظر تشخيص علايم اختلال كبدي آگاه‌ساخت و به بيمار يادآور شد در صورت‌بروز علايم اين اختلال از جمله تهوع‌مداوم استفراغ بيحالي و يرقان فور?مصرف دارو را قطع و به پزشك مراجعه‌كند.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار مصرف ريفامپين از راه‌خوراكي يا تزريق وريدي در درمان‌عفونتهاي استافيلوكوكي همراه با ساير داروها 1/2g/day ـ 0/6 در 4 ـ 2 مقدارمنقسم مي‌باشد. مقدار مصرف اين دارو دردرمان سل در بخش كليات داروهاي ضدسل ذكر شده است
مقدار مصرف اين دارو در درمان جذام600 ميلي‌گرم يكبار در ماه (450 ميلي‌گرم‌براي بيماران با وزن كمتر از 35كيلوگرم از راه خوراكي يا تزريق وريدي‌است براي پيشگيري از منتژيت‌منگوكوكي 600 ميلي‌گرم هر 12 ساعت‌براي 2 روز، از راه وريدي و 600 ميلي گرم‌يكبار در روز براي 4 روز از راه خوراكي‌مصرف مي‌شود. همچنين براي پيشگيري‌از عفونت ناشي از هموفيلوس انفلوانزا(نوع b) 600 ميلي‌گرم يكبار در روز براي 4روز از راه خوراكي مصرف مي‌شود.
كودكان مقدار مصرف اين دارو در درمان‌سل در بخش كليات داروهاي ضد سل ذكرشده است در نوزادان با سن كمتر ازيكماه براي پيشگيري از عفونت‌منگوكوكي 5mg/kg هر 12 ساعت به مدت2 روز از راه خوراكي يا وريدي مصرف‌مي‌شود.
براي پيشگيري از عفونت هموفيلوس‌آنفلوانزا 10mg/kg/day به مدت 4 روز ازراه خوراكي مصرف مي‌شود. در كودكان‌با سن بيشتر از يكماه براي پيشگيري ازعفونت منگوكوكي 10mg/kg هر 12ساعت به مدت 2 روز از راه خوراكي ياوريدي مصرف مي‌شود. براي پيشگيري‌از عفونت هموفيلوس آنفلوانزا،20mg/kg/day به مدت 4 روز از راه‌خوراكي مصرف مي‌شود. حداكثر مقدارمصرف در روز، 600 ميلي گرم مي‌باشد.
اشكال دارويي
Capsule: 150mg, 300mg
For Injection: 600mg
Oral Drops: 153mg/ml

STREPTOMYCIN

موارد مصرف اين دارو همراه با سايرداروهاي ضد سل در درمان سل مصرف‌مي‌شود. همچنين در درمان بروسلوز،گرانولوما اينگوئينال طاعون و تولارمي‌مصرف مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو نبايد درصورت ابتلاي بيمار به مياستني گراومصرف شود.
هشدارها: فاصله زماني بين دفعات مصرف‌دارو در بيماران مبتلا به عيب كار كليه بايدافزايش يابد.
عوارض جانبي آسيب‌بخش حلزوني گوش مسموميت برگشت‌پذير كليه بندرت كاهش‌منيزيم خون به‌ويژه در مصرف طولاني‌مدت دارو، كوليت پسودوممبران وهمچنين واكنش‌هاي حساسيت مفرط وپارستزي دهان از عوارض احتمالي اين‌دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي در صورت مصرف‌همزمان سفالوسپورين‌ها (به‌ويژه‌سفالوتين ، آمفوتريسين سيكلوسپورين‌و داروهاي سيتوتوكسيك خطر بروزمسموميت كليوي (و احتمالا مسموميت‌گوشي افزايش مي‌يابد. مصرف همزمان‌استرپتومايسين با نئوستيگمين وپيريدوستيگمين اثر اين داروهاي‌كولينرژيك را كاهش مي‌دهد. مصرف‌همزمان استرپتومايسين با داروهاي‌مسدد عصب ـ عضله ممكن است موجب‌ضعف بيشتر عضلات اسكلتي ضعف‌تنفس و حتي آپنه شود. خطر بروزمسموميت گوشي در صورت مصرف بااستربتومايسين با داروهاي مدر گروه‌حلقه لوپ ممكن است افزايش يابد. ازمصرف همزمان اين دارو با كاپرئومايسين‌بايد خودداري كرد، زيرا خطر بروزمسموميت گوشي و كليوي و انسداد عصب‌ـ عضله ممكن است افزايش يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ دوره درمان سل‌ممكن است 2 ـ 1 سال يا حتي بيشتر طول‌بكشد. با وجود اين در صورت بروز علايم‌مسموميت با اين دارو، مصرف آن بايدقطع شود.
2 ـ محل تزريق دارو در هر بار تزريق بايدعوض شود. تزريق غلظتهاي بيش از500mg/ml توصيه نمي‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان در درمان سل به همراه باساير داروهاي ضد سل 1g/day از راه‌عضلاني تزريق مي‌شود. اين مقدار بايد درحداقل زمان ممكن از نظر باليني به يك گرم3 ـ 2 بار در هفته كاهش يابد. در درمان‌ساير عفونتهاي باكتريايي همراه با سايرداروها، 1 ـ 0/25 گرم هر 6 ساعت و دردرمان طاعون 1 ـ 0/5 گرم هر 6 ساعت‌تزريق عضلاني مي‌شود. در

درمان‌تولارمي 500 ـ 250 ميلي‌گرم هر 6 ساعت‌به مدت 10 ـ 7 روز تزريق عضلاني‌مي‌شود.
كودكان در درمان سل به همراه سايرداروهاي ضد سل 20mg/kg/day و دردرمان ساير عفونتهاي باكتريايي 10mg/kg ـ 5 هر 6 ساعت تزريق عضلاني‌مي‌شود.
اشكال دارويي
For Injection (as sulfate): 1g

AMINOGLYCOSIDES

GENTAMICIN AMIKACIN
PAROMOMYCIN NEOMYCIN
TOBRAMYCIN

اين گروه از آنتي‌بيوتيك‌ها شامل‌آميكاسين جنتامايسين نئومايسين استرپتومايسين و توبرامايسين مي‌شود.تمام اين آنتي‌بيوتيك‌ها باكتريسيد هستندو بر روي بعضي از باكتري‌هاي گرم مثبت‌و اغلب باكتري‌هاي گرم منفي موثرمي‌باشند. آميكاسين جنتامايسين وتوبرامايسين بر روي پسودوموناس‌آئروژينوزا و استرپتومايسين بر روي‌مايكوباكتريوم توبركولوزيس موثرهستند. امروزه استرپتومايسين فقط براي‌درمان سل در نظر گرفته مي‌شود.

آمينوگليكوزيدها از راه دستگاه گوارش‌جذب نمي‌شوند (اگر چه احتمال جذب دارودر صورت وجود بيماري التهابي روده يادر عيب كار كليه افزايش مي‌يابد) و به همين‌دليل در درمان عفونتهاي سيستميك‌به‌صورت تزريقي مصرف مي‌شوند.

جذب اين داروها پس از تزريق عضلاني‌سريع و كامل است آمينوگليكوزيدها ازراه پوست نيز جذب مي‌شوند. پس از جذب‌در اغلب بافتها و مايعات بدن منتشرمي‌شوند و بيشترين غلظت را در ادراردارند. غلظت سرمي اين داروها 1/5 ـ 0/5ساعت پس از تزريق عضلاني و 30 و
15 دقيقه به ترتيب پس از انفوزيون وريدي30 دقيقه‌اي و يك ساعته به اوج خودمي‌رسد. دفع اين داروها عمدت? به‌صورت‌كليوي است و در صورت وجود عيب كاركليه ممكن است در بدن تجمع يابند.

نيمه عمر آمينوگليكوزيدها 4 ـ 2 ساعت‌است كه در صورت عيب كار كليه ممكن‌است تا 100 ساعت نيز افزايش يابد.

اغلب عوارض جانبي آمينوگليكوزيدهاوابسته به مقدار مصرف هستند و از اينرو،در تنظيم مقدار مصرف آنها بايد دقت كردو در صورت امكان نبايد دوره درمان رابيش از 7 روز ادامه داد. مهمترين عوارض‌اين داروها مسموميت گوشي و تا اندازه‌اي‌مسموميت كليوي است اين عوارض‌عموم? در افراد كهنسال يا بيماران مبتلا به‌عيب كار كليه شايعتر هستند. در صورت‌ابتلاي بيمار به عيب كار كليه (يا ايجادغلظت پلاسمايي زياد دارو پس از مصرف‌هر دوز)، فاصله بين دفعات مصرف داروبايد افزايش يابد. اگر عيب كار كليه شديدباشد، مقدار مصرف دارو را نيز بايد كاهش‌داد.

آمينوگليكوزيدها ممكن است انتقال‌پيامهاي عصبي ـ عضلاني را مختل سازندو نبايد براي بيماران مبتلا به ميastني گراوتجويز شوند. تجويز مقادير

زياد اين‌داروها در حين عمل جراحي ممكن است‌موجب بروز سندرم زودگذر مياستني‌گراو در بيماران با عملكرد طبيعي عصب ـعضله شود.
مصرف همزمان آمينوگليكوزيدها باداروهاي مدر بالقوه سمي براي گوش مانند فوروسمايد و اسيد اتاكرينيك ممنوع است و در صورت لزوم مصرف‌همزمان هر دو دارو، بايد فاصله بين‌مصرف آنها را تا حد امكان افزايش
داد.
در صورت لزوم مصرف همزمان‌آمينوگليكوزيدها با آنتي‌بيوتيك‌هاي بتا ـلاكتام (پني‌سيلين‌ها و سفالوسپورين‌ها) ازمخلوط كردن دو دارو بايد خودداري كرد،چرا كه هر دو دارو تا حد زيادي بي‌اثرخواهند شد. در اينگونه موارد، دو دارو رابايد جداگانه و در دو نقطه تزريق كرد.همچنين نبايد دو دارو را در يك محلول‌انفوزيون مخلوط كرد.

AMIKACIN

موارد مصرف اين دارو در درمان‌عفونتهاي جدي ناشي از باكتري‌هاي گرم‌منفي مقاوم به جنتامايسين مصرف‌مي‌شود. برتري اين دارو نسبت به‌جنتامايسين در مقاومت اين آنتي‌بيوتيك‌در برابر اغلب آنزيم‌هاي باكتريايي تخريب‌كننده آمينوگليكوزيدهاست
موارد منع مصرف اين دارو نبايد درصورت ابتلاي بيمار به مياستني گراومصرف شود.
هشدارها: فاصله بين دفعات مصرف دارودر بيماران مبتلا به عيب كار كليه بايدافزايش يابد.
عوارض جانبي آسيب بخش حلزوني گوش مسموميت برگشت‌پذير كليه بندرت كاهش‌منيزيم خون به‌ويژه در مصرف طولاني‌مدت و كوليت پسودوممبران از عوارض‌احتمالي اين دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي در صورت مصرف‌همزمان آمينوگليكوزيدها باسفالوسپورين‌ها (به‌ويژه سفالوتين ،آمفوتريسين سيكلوسپورين و داروهاي‌سيتوتوكسيك خطر بروز مسموميت‌كليوي (و احتمالا مسموميت گوشي افزايش مي‌يابد. مصرف همزمان‌آمينوگليكوزيدها با وانكومايسين خطربروز مسموميت گوشي و كليوي را افزايش‌مي‌دهد. مصرف همزمان آمينوگليكوزيدهابا نئوستيگمين و پيريدوستيگمين اثر اين‌داروهاي كولينرژيك را كاهش مي‌دهد.مصرف همزمان آمينوگليكوزيدها باداروهاي مسدد عصب ـ عضله ممكن است‌موجب ضعف بيشتر عضلات اسكلتي ضعف تنفس و حتي آپنه شود. خطر بروزمسموميت گوشي در صورت مصرف‌آمينوگليكوزيدها با داروهاي مدر گروه‌لوپ ممكن است افزايش يابد. از مصرف‌همزمان دو يا چند آمينوگليكوزيد با يكديگرو مصرف همزمان اين داروها باكاپرئومايسين بايد خودداري كرد، زيراخطر بروز مسموميت گوشي و كليوي وانسداد عصب ـ عضله ممكن است افزايش‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ از آنجا كه دفع‌آمينوگليكوزيدها عمدت? كليوي است وغلظت اين داروها در ادرار زياد خواهد بود،بيمار بايد به اندازه كافي آب يا مايعات‌مصرف كند تا غلظت زياد دارو موجب‌آسيب به مجاري ادراري نشود.
2 ـ از آنجا كه احتمال تشكيل كمپلكس بين‌آميكاسين و ساير داروها وجود دارد،مخلوط كردن اين دارو با ساير داروها دريك محلول توصيه نمي‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان

مقدار 5mg/kg هر 8 ساعت يا 7/5mg/kg هر12 ساعت به مدت 10 ـ 7 روز از راه‌عضلاني يا انفوزيون آهسته وريدي تزريق مي‌شود. در عفونتهاي باكتريايي‌ساده مجاري ادراري 250 ميلي گرم هر12 ساعت از راه عضلاني يا انفوزيون‌وريدي مصرف مي‌شود.
كودكان
در نوزادان نارس ابتدا 10mg/kg و سپس7/5mg/kg هر 24 ـ 18 ساعت به مدت
10 ـ 7 و روز در نوزادان 10mg/kg وسپس 7/5mg/kg هر 12 ساعت به مدت 10ـ 7 روز تزريق عضلاني يا انفوزيون‌وريدي مي‌گردد.
اشكال دارويي
Injection (as sulfate): 250mg/ml,50mg/ml

GENTAMICIN

موارد مصرف جنتامايسين در درمان‌عفونتهاي جدي مانند سپتي سمي وسپسيس نوزادان منتژيت و سايرعفونتهاي CNS، عفونت مجاري صفراوي پيلونفريت حاد يا التهاب عفوني حادپروستات و همراه با يك پني‌سيلين دردرمان اندوكارديت ناشي ازاستريتوكوكوس ويريدانس يااستريتوكوكوس فكاليس مصرف مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو نبايد درصورت ابتلاي بيمار به مياستني گراومصرف شود.
هشدارها: فاصله بين دفعات مصرف دارودر بيماران مبتلا به عيب كار كليه بايدافزايش داده شود.
عوارض جانبي آسيب بخش حلزوني گوش مسموميت برگشت‌پذير كليه بندرت كاهش‌منيزيم خون به‌ويژه در مصرف طولاني‌مدت وكوليت پسودوممبران از عوارض‌احتمالي اين دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي در صورت مصرف‌همزمان آمينوگليكوزيدها باسفالوسپورين‌ها (به‌ويژه سفالوتين ،آمفوتريسين سيكلوسپورين و داروهاي‌سيتوتوكسيك خطر بروز مسموميت‌كليوي (و احتمالا مسموميت گوشي افزايش مي‌يابد. مصرف همزمان‌آمينوگليكوزيدها با نئوستيگمين وپيريدوستيگمين به دليل اثر آنتاگونيستي اثر اين داروهاي كولينرژيك را كاهش‌مي‌دهد. مصرف همزمان آمينوگليكوزيدهابا داروهاي مسدد عصب ـ عضله ممكن‌است موجب ضعف بيشتر عضلات‌اسكلتي ضعف تنفس و حتي آپنه شود.خطر بروز مسموميت گوشي در صورت‌مصرف آمينوگليكوزيدها با داروهاي مدرگروه حلقه لوپ ممكن است افزايش يابد. ازمصرف همزمان دو يا چند آمينوگليكوزيدبا يكديگر و مصرف همزمان اين داروها باكاپرئومايسين بايد خودداري كرد، زيراخطر بروز مسموميت گوشي و كليوي وانسداد عصب ـ عضله ممكن است افزايش‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ از آنجا كه دفع‌آمينوگليكوزيدها عمدت? كليوي است وغلظت اين داروها در ادرار زياد خواهد بود،بيمار بايد به اندازه كافي آب يا مايعات‌مصرف كند تا غلظت زياد دارو موجب‌آسيب به مجاري ادراري نشود.
2 ـ تزريق زيرجلدي جنتامايسين توصيه‌نمي‌شود، زيرا دردناك خواهد بود.
3 ـ مقدار مصرف جنتامايسين به‌ويژه دربيماراني كه دچار سوختگي شده‌اند يا عمل‌جراحي در پيش دارند و در زنان باردار يامبتلا به بيماريهاي زنان ممكن است كمتر يابيشتر از مقدار توصيه شده باشد كه اين به‌دليل تفاوت زياد بين نياز اين گروه بيماران‌به دارو است

4 ـ از آنجا كه احتمال تشكيل كمپلكس بين‌جنتامايسين و ساير داروها وجود دارد،مخلوط كردن اين دارو با ساير داروها دريك محلول توصيه نمي‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار مصرف اين دارو از راه‌تزريق عضلاني تزريق آهسته وريدي يا‌انفوزيون 5mg/kg/day ـ 2 در مقاديرمنقسم و در فواصل 8 ساعت مي‌باشد. درصورت ابتلاي بيمار به عيب كار كليه‌فاصله زماني بين دفعات مصرف داروبراساس كليرانس كرآتينين تعيين
مي‌شود.
كودكان در كودكان با سن كمتر از 2 هفته‌به مقدار 3mg/kg هر 12 ساعت و دركودكان با سن 2 هفته تا 12 سال به مقدار2mg/kg هر 8 ساعت مصرف مي‌شود.مقدار مصرف اين دارو از راه تزريق داخل‌غلاف طناب نخاعي 1mg/day (تا حداكثر5mg/day در صورت نيار) همراه با ميزان4mg/kg/day ـ 2 در مقادير منقسم هر 8ساعت به‌صورت تزريق عضلاني‌مي‌باشد.
اشكال دارويي
Injection (as sulfate): 10mg/ml, 40mg/ml

NEOMYCIN

موارد مصرف به‌صورت خوراكي براي‌استريل كردن روده‌ها قبل از عمل جراحي‌مصرف مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو نبايد درصورت ابتلاي بيمار به مياستني گراومصرف شود.
عوارض جانبي آسيب بخش حلزوني گوش مسموميت برگشت‌پذير كليه بندرت كاهش‌منيزيم خون به‌ويژه در مصرف طولاني‌مدت و كوليت پسودوممبران از عوارض‌احتمالي اين دارو هستند.
نكات قابل توصيه اين دارو را مي‌توان بامعده خالي يا پس از غذا مصرف كرد.
مقدار مصرف در بزرگسالان و كودكان به‌منظور استريل كردن روده‌ها مقدارمصرف اين دارو 1 گرم هر 4 ساعت و دراغماي كبدي تا 4g/day در مقادير منقسم به‌مدت حداكثر 14 روز مي‌باشد.
اشكال دارويي
Oral Solution: 125mg/ 5ml
Tablet: 500mg

PAROMOMYCIN

موارد مصرف پاروموماييسين يك‌آنتي‌بيوتيك آمينوگليكوزيد است كه از راه‌خوراكي در درمان عفونت‌هاي تك‌ياخته‌اي مانند آميبياز روده‌اي مصرف‌مي‌شود. اين دارو همچنين براي كاهش‌فلور ميكروبي روده پيش از عمل جراحي يادر اغماي كبد مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: پاروموماييسين يك‌آنتي‌بيوتيك آمينوگليكوزيد است كه برروي برخي از تك ياخته‌ها از جمله آميب وليشمانيا و كريپتوسپوريديم نيز مؤثراست
فارماكوكينتيك اين دارو از راه خوراكي‌جذب نمي‌شود و بدون تغيير از طريق‌مدفوع دفع مي‌گردد.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود ضايعات‌زخم دار روده‌اي جذب اين دارو از طريق‌روده و به ميزان اندك امكان‌پذير است وممكن است موجب بروز عوارض جانبي‌دارو شود.
2 ـ مصرف مداوم يا مكرر آنتي‌بيوتيك‌هاممكن است موجب بروز مقاومت ميكروبي‌و رشد بيش از حد باكتري‌ها و قارچ‌هاي‌غيرحساس و در نتيجه بروز عفونتهاي‌ثانويه گردد.
3 ـ بين اين دارو و كانامايسين ونئومايسين مقاومت متقاطع وجود دارد.
عوارض جانبي اين دارو بالقوه يك داروي‌سمي براي كليه و گوش است مصرف‌مقادير زياد اين دارو ممكن است باعوارضي مانند تهوع استفراغ كرامپ‌شكمي و اسهال همراه باشد. مصرف‌طولاني مدت اين دارو ممكن است
موجب بروز استئاتوره و اسهال شديدشود.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو را مي‌توان باغذا مصرف كرد.
2 ـ در صورت بروز وزوز گوش عيب‌شنوايي يا سرگيجه بايد به پزشك مراجعه‌شود.
مقدار مصرف مقدار مصرف اين دارو دربزرگسالان و كودكان در درمان آميبيازروده‌اي 30mg/kg/day ـ 20 در مقاديرمنقسم همراه با غذا، براي مدت 10 ـ 5 روزمي‌باشد. براي كاهش فلور ميكروبي روده‌در كبد، مقدار 4g/day در مقادير منقسم بافواصل زماني ثابت براي مدت 6 ـ 5 روزمصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
(Capsule: 250mg (as sulfate
(Syrup: 125mg/5ml (as sulfate

TOBRAMYCIN

موارد مصرف توبرامايسين از جنتامايسين‌بر روي پسودوموناس آئروژينوزا كمي‌موثرتر است توبرامايسين در سپتي سمي‌و سپسيس نوزادان منتژيت و سايرعفونتهاي CNS، عفونت مجاري صفراوي پيلونفريت حاد يا التهاب عفوني حادپروستات مصرف مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو نبايد درصورت ابتلاي بيمار به مياستني گراومصرف شود.
هشدارها: فاصله بين دفعات مصرف دارودر بيماران مبتلا به عيب كار كليه بايدافزايش داده شود.
عوارض جانبي آسيب بخش حلزوني گوش مسموميت برگشت‌پذير كليه بندرت كاهش‌منيزيم خون به‌ويژه در مصرف طولاني‌مدت و كوليت پسودوممبران از عوارض‌احتمالي اين دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي در صورت مصرف‌همزمان آمينوگليكوزيدها باسفالوسپورين‌ها (به‌ويژه سفالوتين ،آمفوتريسين سيكلوسپورين و داروهاي‌سيتوتوكسيك خطر بروز مسموميت‌كليوي (و احتمالا مسموميت گوشي افزايش مي‌يابد. مصرف همزمان‌آمينوگليكوزيدها با نئوستيگمين وپيريدوستيگمين اثر اين داروهاي‌كولينرژيك را كاهش مي‌دهد.
مصرف‌همزمان آمينوگليكوزيدها با داروهاي‌مسدد عصب ـ عضله ممكن است موجب‌ضعف بيشتر عضلات اسكلتي ضعف‌تنفس و حتي آپنه شود.
خطر بروزمسموميت گوشي در صورت مصرف‌آمينوگليكوزيدها با داروهاي مدر گروه‌حلقه لوپ ممكن است افزايش يابد. ازمصرف همزمان دو يا چند آمينوگليكوزيدبا يكديگر و مصرف همزمان اين داروها باكاپرئومايسين بايد خودداري كرد، زيراخطر بروز مسموميت گوشي و كليوي وانسداد عصب ـ عضله ممكن است افزايش‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ از آنجا كه احتمال‌تشكيل كمپلكس بين توبرامايسين و سايرداروها وجود دارد، مخلوط كردن اين داروبا ساير داروها در يك محلول توصيه‌نمي‌شود.
2 ـ تزريق زيرجلدي توبرامايسين بدليل‌دردناك بودن توصيه نمي‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار مصرف اين دارو از راه‌تزريق عضلاني تزريق آهسته وريدي يانفوزيون وريدي 3 mg/kg/day در مقاديرمنقسم در فواصل 8 ساعت مي‌باشد. درعفونتهاي شديد، تا 5mg/kg/day در مقاديرمنقسم هر 8 ـ 6 ساعت مصرف مي‌شود.
كودكان در نوزادان با سن تا يك هفته به‌مقدار 2mg/day هر 12 ساعت و

در نوزادان‌با سن بيش از يك هفته و كودكان2/5mg/kg ـ 2 هر 8 ساعت
تزريق عضلاني تزريق آهسته وريدي يا انفوزيون وريدي‌مي‌شود.
اشكال دارويي
(Injection: 10mg/ml, 40mg/ml (as sulfate

ANTIFUNGAL DRUGS

AMPHOTERICIN B
FLUCONAZOLE CLOTRIMAZOLE
GRISEOFULVIN FLUCYTOSINE
NYSTATIN KETOCONAZOLE

عفونتهاي قارچي اغلب با كاهش مقاومت‌ميزبان همراه است كه در صورت عدم‌اصلاح اين مقاومت دارودرماني باشكست مواجه خواهد شد. همچنين درمان‌عفونت درماتوفيتي تا زماني كه منبع‌حيواني برداشته شده يا كنترل گردد، ممكن‌موفقيت‌آميز نباشد.

آمفوتريسين از مجراي گوارش جذب‌نمي‌شود و تنها آنتي بيوتيك از گروه پلي‌ان است كه از راه تزريقي قابل مصرف‌مي‌باشد. اين دارو درمان عفونتهاي قارچي‌سيستميك مصرف مي‌شود و بر عليه‌بسياري از قارچها و مخمرها مؤثرمي‌باشد. اين دارو به ميزان زيادي به‌پروتئين‌هاي پلاسما پيوند مي‌يابد و به‌ميزان كم به داخل مايعات بدن و بافتها نفوذمي‌كند. در صورت تزريق عوارض جانبي‌سمي دارو بروز مي‌كند.

نيستاتين از راه خوراكي جذب بسيار كمي‌دارد و از راه تزريقي نيز بسيار سمي‌مي‌باشد.

اين دارو بر عليه بسياري از مخمرها وقارچها مؤثر است ولي اصولا بر عليه‌عفونتهاي كانديدا آلبيكانس در پوست ومخاط بكار مي‌رود.

اين دارو همچنين در درمان كانديد يازيس‌روده نيز مصرف مي‌شود.

ميكونازول براي درمان موضعي مصرف‌مي‌شود. كتوكونازول در مقايسه با ساير داروهاي ضد قارچ ايميدازولي از جذب‌خوراكي بهتري برخوردار است ولي سميت‌كبدي خطرناك با مصرف دارو گزارش شده‌است از اين دارو نبايد در درمان عفونتهاي‌قارچي سطحي استفاده نمود.

فلوكونازول در درمان موضعي وسيستميك عفونتهاي كانديدايي وكريپتوكوكي مصرف مي‌شود.

فلوسيتوزين يك داروي ضد قارچ سنتتيك‌است كه فقط بر عليه مخمرها مؤثر مي‌باشدو در درمان عفونتهاي سيستميك‌كانديديازيس و كريتپوكوكوزيس مصرف‌مي‌شود. عوارض جانبي اين دارو نادراست ولي ضعف مغز استخوان مشاهده‌شده است

در حين درمان با اين دارو، ممكن است‌مقاومت ايجاد شود. گريزئوفولوين به‌دليل تجمع در كراتين داروي انتخابي براي‌عفونتهاي درماتوفيتي است از مجراي‌گوارش بخوبي جذب مي‌شود، ولي درمصرف موضعي غير فعال است

اين دارو در عفونتهاي پوست مؤثرتر ازعفونتهاي ناخن است و درمان با آن بايدبراي چندين هفته تا چندين ماه ادامه يابد.عوارض جانبي اين دارو نادر مي‌باشد.

موارد مصرف آمفوتريسين B در درمان‌آسپرژيلوز، بلاستوميكوز، كانديدياز‌منتشر، كوكسيديوئيدوميكوز،كريپتوكوكوز، اندوكارديت قارچي كانديدياز داخلي چشم هيستوپلاسموز،سالك مننژيت قارچي موكورميكوز،سپتي سمي قارچي اسپوروتريكوزمنتشر، عفونتهاي قارچي دستگاه ادراري‌و مننگوآنسفاليت آميبي اوليه مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو با اتصال به‌استرولهاي غشاي سلولي قارچ و تغيير درقابليت نفوذ اين غشاء و در نتيجه از دست‌رفتن پتاسيم و ملكولهاي كوچك از درون‌سلول اثر ضد قارچي خود را اعمال‌مي‌كند.
فارماكوكينتيك آمفوتريسين B در ريه كبد،طحال كليه غده فوق كليوي و عضلات‌توزيع شده و غلظت آن در مايعات جنب صفاقي و پرده سينوويال و مايع زلاليه‌تقريب؟ 75% غلظت پلاسمايي آن است دفع‌اين دارو از راه كليه بسيار آهسته بوده وتقريب؟ 40% دارو در مدت هفت روز دفع‌شده و حداقل تا 7 هفته پس از قطع مصرف‌در ادرار يافت مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود عيب كاركليه بايد با احتياط فراوان مصرف شود.
2 ـ مقدار مصرف تام بيش از 4g/day ممكن‌است منجر به بروز عيب دايمي كار كليه‌گردد.
عوارض جانبي از عوارض شايع‌آمفوتريسين B كم خوني كاهش پتاسيم‌خون تب و لرز و تهوع و استفراغ دردمعده سردرد، كمي فشار خون اختلال كاركليه درد عضله و مفصل كم خوني مسموميت كليوي اختلالات نورولوژيك وخوني بثورات جلدي و ترومبوفلبيت‌مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌آمفوتريسين B با داروهاي تضعيف كننده‌فعاليت مغز استخوان گليكوزيدهاي‌ديژيتال مدرهاي كاهنده پتاسيم وداروهاي با سميت كليوي باعث تشديدعوارض سمي دارو مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورتيكه وقفه‌درمان بيش از يك هفته باشد، درمان مجددبايد با حداقل مقدار مصرف شروع وبتدريج تا مقدار مصرف مطلوب افزايش‌يابد.
2 ـ با تزريق وريدي مقادير كم‌كورتيكواستروئيدها قبل و در طي‌انفوزيون وريدي آمفوتريسين B احتمال‌بروز واكنش‌هاي تب‌زا كاهش مي‌يابد.همچنين مصرف استامينوفن آنتي‌هيستامين‌ها و يا فنوتيازين‌ها قبل ازانفوزيون آمفوتريسين B عوارضي چون‌تب تهوع و لرز ناشي از دارو را كاهش‌مي‌دهند.
3 ـ انفوزيون وريدي آمفوتريسين B بايدطي 4 ـ 2 ساعت انجام شود.

4 ـ مصرف مقادير كامل اين دارو حتي دربيماران مبتلا به عيب كار كليه ضروري‌است با اين وجود در صورت پيشرفت‌عيب كار كليه بيمار بايد تحت مراقبت‌پزشكي قرار گيرد.
5 ـ نشت دارو به بافتهاي اطراف رگ ممكن‌است سبب بروز تحريك شديد محل تزريق‌گردد.
6 ـ براي به حداقل رساندن بروزترومبوفلبيت موضعي ناشي از انفوزيون‌وريدي اين دارو، مي‌توان هپارين را به‌محلول تزريقي اضافه كرد و يا‌آمفوتريسين B را يك روز در ميان تجويزكرد. همچنين مصرف يك روز در ميان‌آمفوتريسين B احتمال بي‌اشتهايي راكاهش مي‌دهد.
7 ـ مقدار مصرف اين دارو به‌صورت يك‌روز در ميان نبايد بيش از 1/5mg/kg باشد.
مقدار مصرف
بزرگسالان آمفوتريسين Bبه‌عنوان ضدقارچ سيستميك در ابتدا 5 ميلي‌گرم در
20 ـ 10 ميلي‌ليتر از محلول تزريقي‌دكستروز 5% طي 5 ـ 3 دقيقه در حفرات‌بدن چكانده مي‌شود. سپس 50 ميلي‌گرم‌اين دارو در 20 ـ 10 ميلي‌ليتر از محلول‌تزريقي دكستروز 5% طي 5 ـ 3 دقيقه هرروز مصرف مي‌شود. از راه تزريق داخل‌نخاعي ابتدا 0/1 ـ 0/01 ميلي‌گرم هر
72 ـ 48 ساعت تزريق مي‌شود. اين مقداربر حسب تحمل بيمار بتدريج تا 0/5ميلي‌گرم افزايش مي‌يابد. به‌صورت‌انفوزيون وريدي ابتدا مقدار 1 ميلي‌گرم‌به‌عنوان مقدار آزمايشي بعد از رقيق شدن‌با 50 ـ 20 ميلي‌ليتر از محلول تزريقي‌دكستروز 5% طي 30 ـ 10 دقيقه تزريق‌مي‌شود. به اين مقدار برحسب تحمل بيمارو شدت عفونت 10 ـ 5 ميلي‌گرم در هر نوبت‌مي‌توان افزود. در اين صورت حداكثرمقدار مصرف 50mg/day طي دوره 6 ـ 2ساعته مي‌باشد.
شستشوي مثانه با مقدار 5 ميلي‌گرم‌آمفوتريسين B در 1000 ميلي‌ليتر آب‌استريل در روز با سرعت 40ml/h با يك كاتتر به مدت 10 ـ 5 روز ادامه مي‌يابد.
كودكان به‌عنوان ضد قارچ سيستميك‌مقدار اوليه 0/25mg/kg/day در محلول‌تزريقي دكستروز 5% طي شش ساعت‌انفوزيون وريدي مي‌شود كه به اين مقدارمي‌توان برحسب تحمل بيمار بتدريج0/25mg/kg ـ 0/125 هر روز يا يك روز درميان در هر نوبت افزود.
اشكال دارويي
For Injection: 50mg

CLOTRIMAZOLE

موارد مصرف كلوتريمازول در درمان‌كانديدياز ناشي از كانديدا آلبيكنس و سايرگونه‌هاي كانديدا، كچلي بدن و ران و پاناشي از تريكوفيتون روبروم تريكوفيتون‌منتاگروفيس اپيدرموفيتون فلوكوزوم وميكروسپوروم كانيس تيناورسيكالر(ناشي از پيتي‌روسپوروم ، اريپكولار(مالاسزيا فورفور) و در درمان عفونت‌قارچي اطراف ناخن و كچلي ريش و سرمصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: كلوتريمازول ساخت‌ارگوسترول را مهار كرده و با آسيب‌رساندن به غشاء سلولي قارچ و تغيير درنفوذپذيري آن باعث خروج عناصرضروري داخل سلولي مي‌گردد. اين داروهمچنين ساخت تري‌گليسيريدها وفسفوليپيدها را توسط قارچ مهار مي‌كند.كلوتريمازول باعث افزايش غلظت‌هيدروژن پراكساید داخل سلول قارچ شده‌كه باعث نكروز سلولي و از بين رفتن‌عناصر داخل سلولي مي‌شود. اين داروماننع تبديل بلاستوسپورها به شكل ميسلي‌فعال در كانديدا آلبيكنس مي‌شود.
فارماكوكينتيك جذب سيستميك اين داروبعد از مصرف پوستي كم است ولي بعد ازمصرف از راه مهبل به ميزان 10 ـ 3 درصدجذب مي‌شود.
هشدارها: از تماس دارو با چشم خودداري‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ رعايت نكات بهداشتي‌مانند استفاده از لباس زيرنخي و يا استفاده‌از كاندوم در هنگام مقاربت به درمان كمك‌مي‌كند.
2 ـ در صورت مصرف دارو براي درمان‌كانديدياز، از به‌كار بردن پانسمان بسته درموضع خودداري شود.
3 ـ در صورت عدم پاسخ به درمان بعد ازاطمينان از عدم وجود ساير پاتوژنها، دوره‌درمان ممكن است مجدد? تكرار شود.
مقدار مصرف موضعي ـ روزي 2 بار صبح‌و عصر از محلول يا كرم بر روي موضع‌ماليده شود.
قرص واژينال ـ در بيماران غير حامله200mg/day ترجيح? قبل از خواب به مدت3 روز يا 100mg/day به مدت 7 روزاستعمال مي‌گردد.
كرم واژينال ـ مقدار 50mg/day (يك‌اپليكاتور از كرم يك درصد) ترجيح? قبل ازخواب به مدت 14 ـ 6 روز استعمال‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Topical Cream: 1%
Topical Solution: 1%
Vaginal Cream: 1%
Vaginal Tablet: 100mg

FLUCONAZOLE

موارد مصرف فلوكونازول در درمان‌عفونتهاي قارچي دهان و حلق مري واژن‌و عفونتهاي سيستميك ناشي از كانديداآلبيكنس و در درمان عفونتهاي قارچي‌پوست مصرف مي‌شود. اين دارو ممكن‌است به عنوان جايگزين آمفوتريسين دردرمان عفونتهاي كريپتوكوكي نيز مصرف‌شود. فلوكونازول همچنين براي پيشگيري‌از عود مننژيت كريپتوكوكي در بيماران‌مبتلا به ايدز و پيشگيري از بروز عفونتهاي‌قارچي در بيماران تحت درمان با پرتودرماني يا داروهاي سيتوتوكسيك مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: فلوكونازول در قارچهاي‌حساس به دارو، آنزيم‌هاي وابسته به راسيتوكروم بيوسنتز p-450 مهار مي‌نمايد وديواره سلولي را مختل مي‌كند.
فارماكوكينتيك اين دارو از راه خوراكي‌بخوبي جذب مي‌شود. پس از جذب به‌طورگسترده در مايعات بدن منتشر مي‌شود،اوج غلظت سرمي دارو 2 ـ 1 ساعت پس ازمصرف خوراكي بدست مي‌آيد. نيمه عمردفع دارو 30 دقيقه است كه در بيماران‌مبتلا به عيب كار كليه ممكن است افزايش‌يابد.
دفع اين دارو عمدت? كليوي است
موارد منع مصرف در صورت ابتلاي بيماربه عيب كار كبد يا پورفيري اين دارو نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت نياز به درمان‌طولاني مدت (بيش از 14 روز) با اين دارو،وضعيت كار كبد به‌طور باليني وبيوشيميايي حتم? بايد قبل از شروع‌درمان دو هفته پس از شروع درمان و پس‌از آن به‌طور ماهانه پيگيري شود.
2 ـ در صورت ابتلاي بيمار به عيب كاركليه اين دارو بايد با احتياط فراوان‌مصرف شود.
عوارض جانبي عوارض گزارش شده براي‌فلوكونازول عبارتند از: تهوع استفراغ دردشكم سردرد، بثورات جلدي كهير وخارش بندرت كاهش پلاكتهاي خون پاراسترني ترس بيمار از نور، سرگيجه آلوپس ژينكوماستي و كاهش مقدار اسپرم همچنين در صورت مصرف طولاني مدت‌دارو (بيش از 14 روز) احتمال بروز هپاتيت‌يا آسيب‌كشنده كبدي وجود دارد.
تداخل‌هاي دارويي در صورت مصرف‌همزمان ريفامپين با فلوكونازول به دليل‌افزايش پتاسيم غلظت سرمي فلوكونازول‌كاهش مي‌يابد. فلوكونازول ممكن است درمتابوليسم بعضي از داروها، از جمله‌فني‌توئين و داروهاي سولفونيل اوره پايين‌آورنده قند خون تداخل كند و غلظت‌سرمي اين داروها را افزايش دهد. همچنين‌افزايش غلظت سرمي سيكلوسپورين نورتريپتيلين

و ترفنادين در صورت‌مصرف همزمان با اين دارو گزارش‌شده‌اند كه در مورد ترفنادين احتمال بروزواكنشهاي غيرعادي در ECGوجود دارد.فلوكونازول ممكن است اثر وارفارين راافزايش دهد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف اين دارو دركانديدياز واژينال 150 ميلي‌گرم به‌صورت‌دوز واحد است در ساير عفونتهاي‌مخاطي ناشي از كانديدا به غير از كانديدياز‌تناسلي 50mg/day (در عفونتهاي سخت100mg/day) براي 14 ـ 7 روز مصرف‌مي‌شود. در برخي از عفونتهاي مخاطي‌مانند التهاب مركزي كانديدوري عفونتهاي ناي ـ ريوي غيرتهاجمي اين‌مقدار براي 30 ـ 14 روز مصرف مي‌شود.

مقدار مصرف فلوكونازول در درمان‌عفونتهاي قارچي پوست 50mg/day براي4 ـ 2 هفته تا حداكثر 6 هفته مي‌باشد. درعفونتهاي تهاجمي كانديدايي ياكريپتوكوكي ابتدا مقدار 400 ميلي‌گرم وپس از آن 200mg/day كه در صورت نيازتا 400mg/day افزايش مي‌يابد، مصرف‌مي‌شود. طول دوره درمان به پاسخ بيماربستگي دارد (در مورد مننژيت‌كريپتوكوكي طول دوره درمان حداقل 8 ـ 6هفته مي‌باشد).

براي پيشگيري از عود مننژيت‌كريپتوكوكي در بيماران مبتلا به ايدز بعداز تكميل درمان اوليه به مقدار200mg/day ـ 100 مصرف مي‌شود.همچنين براي پيشگيري از بروز عفونتهاي‌قارچي در بيماران تحت درمان با پرتودرماني يا داروهاي سيتوتوكسيك به‌مقدار 400mg/day ـ 50 بسته به احتمال‌بروز عفونت مصرف مي‌شود كه درصورت احتمال بروز عفونتهاي سيستميك‌اين مقدار 400mg/day خواهد بود. شروع‌درمان در اين بيماران قبل از بروزنوتروپني خواهد بود و درمان تا 7 روزپس از آنكه شمارش نوتروفيل‌ها به حدمطلوب رسيد، ادامه خواهد يافت در درمان‌كچلي پا، سر، پيتي ريازيس ورسيكالر وكانديدياي پوستي 50mg/day به مدت 4 ـ 2هفته (تا حداكثر 6 هفته در كچلي پا) مصرف‌مي‌شود.

كودكان مقدار مصرف اين دارو در درمان‌عفونتهاي قارچي مخاطي (غير از عفونت‌واژن 6mg/kg ـ 3 در روز اول درمان وسپس روزانه 3mg/kg (هر 72 ساعت درنوزادان با سن كمتر از دو هفته و هر 48ساعت در نوزادان با سن 4 ـ 2 هفته مي‌باشد. مقدار مصرف فلوكونازول دردرمان عفونتهاي قارچي پوست دركودكان مانند بزرگسالان است در درمان‌عفونتهاي تهاجمي كانديدايي ياكريپتوكوكي به مقدار 12mg/kg/day ـ 6(هر 72 ساعت در نوزادان با سن كمتر ازدو هفته و هر 48 ساعت در نوزادان با سن4 ـ 2 هفته مصرف مي‌شود.

براي‌پيشگيري از بروز عفونتهاي قارچي مقدارمصرف فلوكونازول 12mg/kg/day ـ 3 (هر72 ساعت در نوزادان با سن كمتر از دوهفته و

هر 48 ساعت در نوزادان با سن
4 ـ 2 هفته مي‌باشد.
اشكال دارويي
Capsule or Tablet: 50mg, 100mg, 150mg

FLUCYTOSINE

موارد مصرف فلوسيتوزين در درمان‌عفونتهاي قارچي و مخمري سيستميك همراه با آمفوتريسين يا فلوكونازول دردرمان مننژيت كريپتوكوكي كانديديازشديد و سيستميك ناشي از كانديداآلبيكنس (اندوكارديت پنوموني سپتي‌سمي و عفونتهاي مجاري ادرار) و همراه باآمفوتريسين در درمان ساير عفونتهاي‌طولاني مدت و شديد مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: فلوسيتوزين پس از نفوذ درسلولهاي قارچي به فلوئورواوراسيل كه‌يك آنتي‌متابوليت است تبديل مي‌شود. اين‌تركيب به نوبه خود در متابوليسم‌پيريميدن وارد مي‌گردد و بيوسنتزاسيدهاي نوكلئيك و پروتئين‌ها را مختل‌مي‌سازد.
فارماكوكينتيك اين دارو بخوبي و بسرعت‌از مجراي گوارش جذب مي‌شود و پس ازجذب به‌طور گسترده در تمام بدن منتشرمي‌گردد. غلظت سرمي دارو 2 ـ 1 ساعت‌پس از مصرف به اوج خود مي‌رسد. نيمه‌عمر دارو 6 ـ 2/5 ساعت است كه درصورت عيب كار كليه ممكن است به
250 ـ 12 ساعت افزايش يابد. دفع‌فلوسيتوزين عمدت? كليوي است
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط فراوان مصرف شود:
عيب كار كبد و عيب كار كليه (ممكن است به‌كاهش مقدار مصرف و اندازه‌گيري غلظت‌خوني دارو نياز باشد)، بيماران‌سالخورده اختلالهاي خوني (از جمله‌ضعف ـ مغز استخوان و بيماراني كه قبلاتحت درمان با داروهاي سيتوتوكسيك ياپرتو درماني بوده‌اند.
2 ـ در طول مصرف اين دارو، به‌ويژه درصورت ابتلاي بيمار به عيب كار كليه يااختلالهاي خوني ممكن است انجام‌آزمونهاي كار كليه و شمارش خون‌ضروري باشد.
عوارض جانبي عوارض گزارش شده ناشي‌از مصرف اين دارو عبارتند از كم خوني هپاتيت يا يرقان واكنش‌هاي حساسيت‌مفرط (شامل بثورات جلدي قرمزي ياخارش ، كاهش گلبولهاي سفيد و پلاكتهاي‌خون اختلالهاي گوارشي (شامل درد شكم اسهال كاهش اشتها، تهوع و استفراغ ،اغتشاش شعور، توهم افزايش حساسيت‌پوست به نور و اثرات CNS(شامل سرگيجه‌يا منگي خواب‌آلودگي و سردرد).
تداخل‌هاي دارويي فلوسيتوزين ممكن‌است اثر ساير داروهاي تضعيف كننده مغزاستخوان و پرتودرماني را در كاهش‌فعاليت مغز استخوان تشديد نمايد.
نكات قابل توصيه 1 ـ احتمال بروزواكنشهاي ناشي از حساسيت پوست به‌نور وجود دارد. از اين رو بيمار نبايد درمعرض نور مستقيم خورشيد قرار

گيرد.
2 ـ در صورت بروز سرگيجه منگي ياخواب‌آلودگي بايد احتياط كرد.
مقدار مصرف
بزرگسالان و كودكان اين دارو به مقدار37/5mg/kg ـ 12/5 هر 6 ساعت مصرف‌مي‌شود. در بيماران مبتلا به عيب كار كليه‌مي‌توان فواصل مصرف دارو را افزايش داد.
اشكال دارويي
Scored Tablet: 500mg

GRISEOFULVIN

موارد مصرف گريزئوفولوين در درمان‌كچلي‌هاي ريش مو، سر، بدن ران پاها،ناخن و اندام تحتاني ناشي از تريكوفيتون ميكروسپوروم و اپي‌درموفيتون‌فلوكوزوم مصرف مي‌شود.گريزئوفولوين در عفونت‌هاي جزيي كه‌تنها با ضد قارچهاي موضعي قابل درمان‌است مصرف نمي‌شود.
مكانيسم اثر: گريزئوفولوين از ميتوزسلول قارچ جلوگيري كرده و با اين عمل‌تقسيم سلولي را در مرحله متافاز متوقف‌مي‌كند. اين دارو با مقادير متفاوت درسلولهاي پيش‌ساز كراتين پوست مو وناخنها رسوب مي‌كند و اين سلولها را درمقابل تهاجم قارچ مقاوم مي‌سازد و بدين‌ترتيب با ريزش كراتين آلوده بافت سالم‌جانشين آن مي‌شود.
فارماكوكينتيك جذب خوراكي‌گريزئوفولوين ميكروسايز بين 70 ـ 25درصد در هر نوبت مصرف است مصرف‌همزمان يا متعاقب غذاهاي چرب با اين‌دارو جذب آن را به‌طور قابل توجهي‌افزايش مي‌دهد. اين دارو با مقادير متفاوت‌در لايه كراتيني پوست مو و ناخنها رسوب‌مي‌كند. متابوليسم آن كبدي است و نيمه‌عمر آن تقريب؟ 24 ساعت است دفع آن‌كليوي است
هشدارها: 1 ـ مصرف گريزئوفولوين درنارسايي كبدي و وجود پورفيري بايد بااحتياط فراوان صورت گيرد.
2 ـ احتمال بروز حساسيت به نور بامصرف اين دارو وجود دارد. از تماس نورخورشيد يا لامپهاي خورشيدي با پوست‌بايد اجتناب شود.
عوارض جانبي اين دارو ممكن است باعث‌سردرد، تهوع استفراغ بثورات جلدي‌حساسيت به نور، سرگيجه كسالت آگرانولوسيتوز ولكوپني شود.
تداخل‌هاي دارويي اين دارو باعث افزايش‌متابوليسم داروهاي ضد انعقادي‌كومارييني و داروهاي خوراكي جلوگيري‌كننده از بارداري حاوي استروژن‌مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي جلوگيري ازعود بيماري درمان بايد تا حذف كامل‌ارگانيسم عامل بيماري ادامه يابد. دوره‌درمان پيشنهادي براي كچلي سر 10 ـ 8هفته كچلي بدن 4 ـ 2 هفته كچلي پاها
8 ـ 4 هفته كچلي ناخنهاي دست حداقل
4 ماه و كچلي ناخن‌هاي پا حداقل 6 ماه‌است با اين وجود ميزان عود كچلي‌ناخنهاي پا خيلي زياد است
2 ـ از آنجا كه مخمرها و باكتري‌ها
مانند قارچ ممكن است در بعضي از اشكال‌بيماري قارچي ورزشكاران وجود داشته‌باشند، معمولا مصرف يك داروي موضعي‌مناسب در درمان كچلي پا مورد نياز

است
3 ـ بمنظور كاهش تحريك گوارشي وافزايش جذب گريزئوفولوين اين دارو بايدهمراه غذا (به‌ويژه غذاهاي چرب و شير ياپس از آن مصرف شود.
4 ـ در صورت مصرف داروهاي خوراكي‌جلوگيري كننده از بارداري حاوي‌استروژن همزمان با اين دارو، طي مصرف‌اين دارو و تا يك ماه بعد از آن از ساير‌روشهاي جلوگيري كننده نيز بايد استفاده‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان در درمان كچلي ناخن و پاهامقدار 500 ميلي‌گرم هر 12 ساعت مصرف‌مي‌شود و در درمان كچلي سر و بدن و ران‌مقدار 250 ميلي‌گرم هر 12 ساعت يا500mg/day تجويز مي‌شود.
كودكان مقدار 10mg/kg ـ 5 هر 12 ساعت‌يا 10mg/kg/day مصرف مي‌شود. براي‌كودكان با وزن 23 ـ 14 كيلوگرم
مقدار 250mg/day ـ 125 يا 125 ـ 62/5ميلي‌گرم هر 12 ساعت مصرف مي‌شود.در كودكان با وزن 23 كيلوگرم به بالا500mg/day ـ 250 يا 250 ـ 125 ميلي‌گرم‌هر 12 ساعت مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Scored Tablet: 500mg
Tablet: 125mg

KETOCONAZOLE

موارد مصرف كتوكونازول در درمان‌بلاستوميكوزيس ريوي و منتشر،كانديدياز مري حلق و دهان عفونت‌هاي‌كانديدايايي دستگاه ادراري پنوموني كانديدياز شديد مزمن مخاط پوستي وكانديدياز مهبلي ـ فرجي مصرف مي‌شود.كتوكونازول در درمان پيتي‌ريازيس‌ورسيكالر، كچلي بدن كروموميكوزيس وكوكسيديوايد و ميكوزيس شديد به‌عنوان‌انتخاب دوم كچلي اندامهاي تحتاني و پاي‌مقاوم به گريزئوفولوين ليشمانيوز جلدي‌عفونت‌هاي قارچي ناخن و اطراف آن وپنوموني قارچي سپتي سمي قارچي واسپوروتريكوزيس منتشر مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: كتوكونازول بيوسنتزارگوسترول يا ديگر استرول‌ها را مهارمي‌كند و باعث آسيب به غشاء سلول قارچ‌شده و نفوذپذيري آن را تغيير مي‌دهد كه‌در نهايت منجر به از دست رفتن عناصرضروري داخل سلولي مي‌گردد.كتوكونازول همچنين بيوسنتزتري‌گليسيريدها و فسفوليپيدها را مهارمي‌كند و فعاليت آنزيم اكسيداتيو ويراكسيداتيو را مختل مي‌كند. كتوكونازول‌تبديل بلاستوسپورها را به شكل ميسلي‌مهاجم در كانديدا آلبيكنس متوقف مي‌كند.
فارماكوكينتيك فراهمي زيستي دارو حدود75% است متابوليسم كتوكونازول كبدي‌است و راه اصلي دفع آن از طريق صفرامي‌باشد.
موارد منع مصرف كتوكونازول درصورت وجود حساسيت شديد به‌داروهاي ضد قارچ آزولي نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: مصرف سيستميك كتوكونازول‌در صورت عيب كار كبد، فقدان يا كاهش‌اسيد معده بايد با احتياط فراوان صورت‌گيرد.
عوارض جانبي خارش و تحريكي كه قبل ازمصرف كتوكونازول وجود نداشته است‌از عوارض شايع كتوكونازول موضعي‌مي‌باشد. تهوع استفراغ درد شكم سردرد، بثورات جلدي كهير و بندرت‌ترومبوسيتوپني پارستزي ترس از نور،سرگيجه طاسي و ژينكوماستي نيز بامصرف اين دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي كتوكونازول باداروهاي هپاتوتوكسيك آنتي‌اسيد،آنتي‌كولينرژيك آنتي‌اسپاسموديك آنتاگونيست‌هاي گيرنده H2، امپرازول سوكرالفيت استميزول سيزاپرايد،سيكلوسپورين ايزونيازيد، ريفامپين فني‌توئين و وارفارين تداخل دارد.
نكات قابل توصيه 1 ـ كتوكونازول بايدهمراه با غذا مصرف شود.
2 ـ از تماس اشكال موضعي دارو با چشم‌اجتناب شود.
3 ـ دوره درمان بايد كامل شود.عفونت‌هاي قارچي ممكن است به

دوره‌درمان طولاني نياز داشته باشند.
4 ـ هنگام مصرف موضعي دارو، مقدارکافي از دارو بايد در موضع مصرف شودبه‌طوري که سطح پوست را بپوشاند.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار 400mg/day ـ 200به‌عنوان ضد قارچ مصرف مي‌شود.
براي‌درمان پيتي‌ريازيس ورسيکالر مقدار200mg/day به مدت 10 ـ 5 روز، در درمان‌کانديدياز مهبلي ـ فرجي 400mg/day ـ 200به مدت 5 روز، در عفونت اطراف ناخن400mg/day ـ 200، در پنوموني و سپتي‌سمي قارچي 400 ميلي گرم تا يك گرم درروز، مصرف مي‌شود.
کودکان در کودکان در کانديدياز مهبلي ـفرجي 10mg/kg ـ 5 يکبار در روز به مدت 5روز و در عفونت اطراف ناخن و پنوموني وسپتي سمي قارچي 10mg/kg ـ 5 يکبار درروز مصرف مي‌شود.
موضعي مقدار مصرف کرم کتوکونازول‌در بزرگسالان در درمان کچلي بدن کچلي‌اندام تحتاني کچلي پا و پيتي ريازيس‌ورسيکالر و کانديدياز پوستي يکبار درروز و در حالات سبورئيك پوستي عفونت‌اطراف ناخن کچلي ريش و پوست سر 2 يا3 بار در روز است مقدار مصرف شامپودر بزرگسالان در درمان شوره سر هر 4روز يکبار به مدت 4 هفته مي‌باشد که اين‌مقدار مصرف به يکبار هر يك يا دو هفته‌کاهش مي‌يابد.
اشکال دارويي
Scored Tablet: 200mg
Shampoo: 2%
Topical Cream: 2%

NYSTATIN

موارد مصرف نيستاتين در درمان‌كانديدياز ناشي از كانديدا آلبيكانس وساير گونه‌هاي كانديدا مصرف مي‌شود.نيستاتين در درمان كچلي ريش و سر هم‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: نيستاتين با اتصال به‌استرول‌هاي موجود در غشاء سلولي قارچ‌باعث تغيير در نفوذپذيري غشاء شده وباعث مي‌شود كه محتويات ضروري داخل‌سلولي قارچ از آن خارج شوند.
فارماكوكينتيك نيستاتين از مجراي گوارش‌و يا پوست سالم و غشاهاي مخاطي جذب‌نمي‌شود. تقريب? تمام دارو بعد از مصرف‌خوراكي به‌صورت تغيير نيافته از طريق‌مدفوع دفع مي‌شود.
عوارض جانبي تحريك پوستي كه قبل ازدرمان وجود نداشته است از عوارض‌جانبي دارو است
نكات قابل توصيه 1 ـ قرص واژينال
اين دارو به عنوان قرص مكيدني به
جاي سوسپانسيون خوراكي براي درمان‌كانديدياز دهان نيز قابل مصرف است
2 ـ در صورت مصرف موضعي دارو ازپانسمان بسته در موضع بايد خودداري‌شود و در صورت مصرف آن در نوزادان‌از پيچيدن سفت پاي بچه و يا استفاده ازشلوارك پلاستيكي نيز بايد اجتناب شود.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان مقدار 600,000 ـ 400,000واحد از سوسپانسيون خوراكي 4 بار درروز يا 1000,000 ـ 500,000 واحد ازقرص 3 بار در روز مصرف مي‌شود.
كودكان در نوزادان نارس و كم وزن مقدار100,000 واحد 4 بار در روز و در نوزادان‌بزرگتر 200,000 واحد 4 بار در روزمصرف مي‌شود. مقدار مصرف قرص دركودكان بالاي 5 سال 500,000 واحد 4 باردر روز است
موضعي
بزرگسالان و كودكان 2 يا 3 بار در روزبر روي پوست ماليده مي‌شود.
واژينال
مقدار 100,000 واحد، يك يا دو بار در روزبه مدت 2 هفته مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Vaginal Tablet: 100,000 U

Coated Tablet: 500,000 U
For Suspension Drops: 100,000 U/ml
Topical Ointment: 100,000 U/g

CEPHALOSPORINS

CEFOTAXIME CEFAZOLIN
CEFTIZOXIME CEFTAZIDIME
CEPHALOTHIN CEPHALEXIN

سفالوسپورين‌ها آنتي‌بيوتيك‌هايي با طيف‌اثر گسترده هستند. طيف اثر اين داروهاشبيه يكديگر است مگر در موارد خاصي‌كه اثر آنها بر يك ميكروارگانيسم ويژه بايكديگر تفاوت دارد. مكانيسم اثرسفالوسپورين‌ها شبيه پني‌سيلين‌هاست اين داروها در درمان سپتي سمي پنوموني منتژيت عفونتهاي مجاري‌صفراوي التهاب پرده صفاق و عفونتهاي‌مجاري ادراري مصرف مي‌شوند.

سفالوسپورين‌ها به‌طور گسترده در بافتهاو مايعات بدن منتشر مي‌شوند. مهمترين‌عارضه جانبي سفالوسپورين‌ها نيزحساسيت مفرط است حدود 10 درصد ازبيماراني كه به پني‌سيلين‌ها حساسيت‌دارند، به سفالوسپورين‌ها نيز آلرژي‌دارند. خونريزي به علت تداخل در عملكردفاكتورهاي انعقادي خون با مصرف‌تعدادي از سفالوسپورين‌ها ديده شده‌است

سفالوسپورين‌ها موجود در بازارداروپي ايران از نسل اول (سفازولين سفالوتين و سفالكسين و از نسل سوم سفوتاكسيم و سفتازيديم هستند.

CEFAZOLIN

موارد مصرف اين دارو در درمان‌عفونتهاي ناشي از باكتري‌هاي گرم مثبت‌و گرم منفي حساس به دارو از جمله‌عفونتهاي ادراري به‌ويژه در دوران‌بارداري و نيز به عنوان پيشگيري ازعفونت قبل از اعمال جراحي مصرف‌مي‌شود.
فارماكوكينتيك غلظت سرمي دارو 2 ـ 1ساعت پس از تزريق عضلاني به اوج خودمي‌رسد. نيمه عمر دارو به‌طور متوسط1/5 ساعت است كه در صورت عيب كاركليه تا 42 ساعت نيز ممكن است افزايش‌يابد. 86 ـ 70 درصد دارو از راه كليه و ازطريق ترشح توبولي دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت وجود سابقه‌حساسيت مفرط به سفالوسپورين‌ها يابيماري پورفيري نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود سابقه‌حساسيت به پني‌سيلين‌ها، و مشتقات آنها،سفالوسپورينها يا پني‌سيلامين با احتياطفراوان مصرف شود.
2 ـ اين دارو ممكن است موجب ايجاد پاسخ‌مثبت كاذب در آزمون كومبس و قند ادرارشود.
3 ـ در بيماران مبتلا به عيب كار كليه كاهش مقدار مصرف دارو ضروري است
4 ـ سفالوسپورينها ممكن است سبب بروزكوليت پسوددوممبران شوند.
عوارض جانبي واكنش‌هاي آلرژيك شامل‌كهير و بثورات جلدي و علايم حساسيت‌مفرط شامل شوك آنافيلاكتيك تهوع استفراغ و اسهال و علائم مربوط به كوليت‌پسوددوممبران با مصرف اين دارو گزارش‌شده‌اند.
تداخل‌هاي دارويي در صورت مصرف‌همزمان سفالوسپورين‌ها باآمينوگليكوزيدها يا وانكومايسين احتمال‌بروز مسموميت كليوي افزايش مي‌يابد.پروبنسيد دفع سفالوسپورينها ازتوبولهاي كليوي را كاهش داده و لذا سبب‌افزايش غلظت سرمي سفالوسپورينها و درنتيجه احتمال بروز مسموميت مي‌شود. اثرضد انعقادي وارفارين در صورت مصرف‌همزمان با سفالوسپورينها ممكن است‌افزايش يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت فراموش‌كردن يك نوبت مصرف دارو، به محض‌بيادآوردن دارو را بايد مصرف كرد. ولي‌اگر تقريب? زمان مصرف نوبت بعدي فرارسيده باشد، از مصرف نوبت فراموش‌شده بايد خودداري شود و مقدار مصرف‌بعدي نيز دو برابر نگردد.
2 ـ مخلوط كردن سفازولين با ساير داروها (به‌ويژه آمينوگليكوزيدها) در يك محلول توصيه نمي‌شود.
3 ـ در صورت بروز اسهال شديد، قبل ازمصرف هر گونه داروي ضد

اسهال بايد باپزشك مشورت شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان
از راه وريدي يا تزريق عضلاني يك گرم ازدارو 1 ـ 0/5 ساعت قبل از شروع عمل
1 ـ 0/5 گرم در حين عمل و 1 ـ 0/5 گرم هر8 ساعت پس از جراحي تا 24 ساعتمصرف مي‌شود.
براي پيشگيري از آندوكارديت يك گرم 0/5ساعت قبل از شروع جراحي در درمانپنوموني پنوموكوكي 500 ميلي گرم هر 12ساعت در عفونت حاد مجاري ادراري يك‌گرم هر 12 ساعت و براي ساير عفونتها 250ميلي‌گرم تا يك گرم هر 8 ـ 6 ساعت از راه‌وريدي يا عضلاني تزريق مي‌شود.
كودكان براي پيشگيري از آندوكارديت25mg/kg نيم ساعت قبل از شروع عمل‌جراحي تزريق وريدي يا عضلاني‌مي‌شود.
در مورد ساير عفونتها، براي نوزادان‌بزرگتر از يكماه 25mg/kg ـ 6/25 هر 6ساعت و براي نوزادان با سن كمتر از يك ماه 20mg/kg هر 12 ـ 8 ساعت تزريق وريدي‌يا عضلاني مي‌شود.
اشكال دارويي
(For Injection: 250mg, 500mg, 1g (assodium

CEFOTAXIME

موارد مصرف اين دارو در درمان‌عفونتهاي ناشي از باكتري‌هاي گرم مثبت‌و گرم منفي حساس به دارو از جمله عفونت‌استخوان و مفاصل سوزاك عفونتهاي‌مجاري ادرار و همچنين به عنوان‌پيشگيري از عفونت قبل از اعمال جراحي‌مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك غلظت سرمي دارو 0/5ساعت پس از تزريق عضلاني به اوج خودمي‌رسد. نيمه عمر دارو 1 ساعت است كه‌در صورت عيب كار كليه ممكن است تا 3ساعت افزايش يابد. 60 ـ 50 درصد دارو
از طريق فيلتراسيون گلومرولي دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه حساسيت مفرط به‌سفالوسپورين‌ها پني سيلين‌ها و مشتقات‌آنها يا پني سيلامين يا بيماري پورفيري اين دارو نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود سابقه‌حساسيت به پني‌سيلين‌ها، بايد با احتياطفراوان مصرف شود.
2 ـ در بيماران مبتلا به عيب كار كليه كاهش مقدار مصرف دارو ضروري است
3 ـ سفالوسپورينها ممكن است سبب بروزكوليت پسودوممبران شوند.
4 ـ اين دارو ممكن است موجب ايجاد پاسخ‌مثبت كاذب در آزمون كومبس شود.
عوارض جانبي واكنش‌هاي آلرژيك شامل‌كهير و بثورات جلدي و علايم حساسيت‌مفرط شامل شوك آنافيلاكتيك تهوع استفراغ و اسهال با مصرف اين داروگزارش شده است ساير عوارض جانبي‌گزارش شده عبارتند از اريتم مولتي فرم اختلال در آنزيمهاي كبدي هپاتيت و يرقان‌كلستاتيك گذرا، ائوزينوفيلي و اختلالات‌خوني بي قراري اختلال در خواب‌اغتشاش فكر و سرگيجه و بندرت كوليت‌وابسته به آنتي بيوتيك با مصرف اين داروگزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي در صورت مصرف‌همزمان سفالوسپورين‌ها باآمينوگليكوزيدها يا وانكومايسين احتمال‌بروز مسموميت كليوي افزايش مي‌يابد. اثرضد انعقادي وارفارين در صورت مصرف‌همزمان با اين داروها ممكن است افزايش‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت نياز به‌تزريق عضلاني مقادير بيش از 2 گرم بايددارو را در مقادير منقسم و در نقاط مختلف‌تزريق نمود.
2 ـ مخلوط كردن سفوتاكسيم با ساير داروها (به‌ويژه آمينو گليكوزيدها) در يك‌محلول توصيه نمي‌شود.

3 ـ در صورت فراموش كردن يك نوبت‌مصرف دارو، به محض بيادآوردن دارو رابايد مصرف كرد، ولي اگر تقريب؟ زمان‌مصرف نوبت بعدي فرا رسيده باشد، ازمصرف نوبت فراموش شده بايدخودداري شود و مقدار مصرف بعدي نيزدو برابر نگردد.
4 ـ در صورت بروز اسهال شديد، قبل ازمصرف هر گونه داروي ضد اسهال بايد باپزشك مشورت شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان در درمان سوزاك در زنان500 ميلي گرم در يك نوبت و در درمان‌سوزاك در مردان يك گرم در يك نوبت‌تزريق عضلاني مي‌شود. در پيشگيري ازعفونتها قبل از عمل جراحي سزارين ابتدايك گرم از راه وريدي و سپس يك گرم ازراه عضلاني يا وريدي عر 6 ساعت حداكثربراي دو نوبت تزريق مي‌شود. در سايراعمال جراحي يك گرم 1/5 ـ 0/5 ساعت‌قبل از شروع عمل تزريق عضلاني ياوريدي مي‌شود. در درمان سپتي سمي 2گرم هر 8 ـ 6 ساعت از راه وريدي و درساير عفونتها 2 ـ 1 گرم هر 8 ساعت تزريق‌عضلاني يا وريدي مي‌شود.
كودكان در نوزادان با سن كمتر از يك‌هفته 50mg/kg هر 12 ساعت و در نوزادان‌با سن 4 ـ 1 هفته 50mg/kg هر 8 ساعت ازراه وريدي و در كودكان با سن بيش از يك ماه و با وزن كمتر از 50 كيلوگرم
30mg/kg ـ 8/3 هر 4 ساعت از راه عضلاني‌يا وريدي تزريق مي‌شود.
اشكال دارويي
(For Injection: 500 mg, 1 g (as sodium

CEFTAZIDIME

موارد مصرف سفتازيديم ازسفالوسپورين‌هاي نسل سوم است كه برعليه باكتري‌هاي گرم منفي به‌ويژه‌گونه‌هاي پسودوموناس موثر است اين‌دارو در درمان عفونت‌هاي ناشي ازباكتري‌هاي گرم مثبت و گرم منفي حساس‌به دارو، از جمله عفونتهاي مجاري‌صفراوي فيبروز سيستيك عفونت‌هاي‌تنفسي درمان بيماري‌هاي عفوني دربيماراني كه سيستم ايمني آنها تضعيف‌شده است منتژيت پريتونيت پنوموني سپتي سمي عفونت‌هاي پوستي وپيشگيري از بروز عفونت پس از اعمال‌جراحي مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك اوج غلظت سرمي دارو يك‌ساعت پس از تزريق عضلاني به دست‌مي‌آيد. نيمه عمر پلاسمايي دارو 2 ـ 1/4ساعت است كه در صورت عيب كار كليه‌افزايش مي‌يابد. اين دارو در صفرا ترشح‌مي‌شود. دفع سفتازيديم عمدت? كليوي و ازطريق فيلتراسيون گلومرولي است
موارد منع مصرف در صورت وجودحساسيت مفرط به سفالوسپورين‌هاپني‌سيلين‌ها و مشتقات آنها يا پني‌سيلامين‌يا ابتلاي بيمار به پورفيري اين دارو نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود سابقه‌حساسيت به پني‌سيلين‌ها و عيب كار كليه بايد با احتياط فراوان مصرف
شود.
2 ـ اين دارو ممكن است موجب ايجاد پاسخ‌مثبت كاذب در آزمون كومبس يا قنداردارشود.
3 ـ اين دارو ممكن است سبب بروز كوليت‌پسودوممبران شود.
4 ـ در بيماران مبتلا به عيب كار كليه كاهش مقدار مصرف دارو ضروري است
عوارض جانبي عوارض گزارش شده‌عبارتند از: اسهال و بندرت كوليت وابسته‌به آنتي‌بيوتيك تهوع استفراغ احساس‌ناراحتي در شكم سردرد، واكنش‌هاي‌آلرژيك (شامل بثورات جلدي خارش كهير، تب و درد مفاصل و آنافيلاكسي ،اريتم مولتي فرم نكروليز سمي پوست اختلال در آنزيم‌هاي كبدي هپاتيت ويرقان كلستاتيك گذرا.
تداخل‌هاي دارويي اثر ضد انعقادي‌وارفارين در صورت مصرف همزمان بااين دارو ممكن است افزايش يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت بروزاسهال شديد، قبل از مصرف هر گونه‌داروي ضد اسهال بايد با پزشك مشورت‌شود.
2 ـ در صورت فراموش كردن يك نوبت‌مصرف دارو به محض به يادآوردن دارورا بايد مصرف نمود. ولي اگر تقريب? زمان‌مصرف نوبت بعدي فرا

رسيده باشد، ازمصرف نوبت فراموش شده بايدخودداري شود و مقدار مصرف بعدي نيزدو برابر گردد.
3 ـ مخلوط كردن سفتازيديم با سايرداروها بويژه آمينوگليكوزيدها ووانكومايسين در يك محلول توصيه‌نمي‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار مصرف سفتازيديم ازراه تزريق عميق عضلاني يا وريدي 1گرم هر 8 ساعت يا 2 گرم هر 12 ساعت‌است كه در صورت وجود عفونت شديد به2 گرم هر 12 ـ 8 ساعت افزايش مي‌يابد(مقادير بيش از 1 گرم در صورت مصرف‌به‌صورت مقدار واحد بايد از راه وريدي‌تزريق شوند). حداكثر مقدار مصرف دارودر بيماران سالخورده 3g/day است اين‌دارو در فيبروز سيستيك همراه با عفونت‌ريوي ناشي از پسودوموناس در بيماران‌با كليه سالم به مقدار 150mg/kg/day ـ 100 در 3 مقدار منقسم مصرف مي‌شود. به‌عنوان پيشگيري از عفونت در اعمال‌جراحي پروستات مقدار 1 گرم قبل ازالقاي بيهوشي مصرف مي‌شود كه درصورت نياز پس از برداشتن كاتتر تكرارمي‌شود. اين دارو در درمان عفونت‌هاي‌مجاري ادرار يا عفونت خفيف به مقدار 1 ـ0/5 گرم هر 12 ساعت مصرف مي‌شود.
كودكان در كودكان با سن تا 2 ماه60mg/kg/day ـ 25 در 2 مقدار منقسم و دركودكان با سن بيش از 2 ماه به مقدار100mg/kg/day ـ 30 در 2 يا 3 مقدار منقسم‌مصرف مي‌شود كه اين مقدار در كودكان‌مبتلا به مننژيت يا ضعف سيستم ايمني يادر درمان فيبروز سيستيك همراه باعفونت ريوي ناشي از پسودوموناس تامقدار 150mg/kg/day (حداكثر 6g/day) در3 مقدار منقسم مصرف مي‌شود. مقدارمصرف دارو در درمان عفونت‌هاي‌ادراري و عفونت‌هاي خفيف مانندبزرگسالان است
اشكال دارويي
(For Injection: 500mg, 1g, 2g (aspentahydrate

CEFTIZOXIME

موارد مصرف سفتي زوكسيم در درمان‌عفونتهاي مفصل و استخوان سوزاك‌ساده عفونتهاي داخل شكم مننژيت سپتي سمي باكتريايي عفونتهاي بافت نرم‌و پوست و عفونتهاي باكتريايي مجراي‌ادراري مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك غلظت سرمي دارو يك‌ساعت پس از تزريق عضلاني به اوج خودمي‌رسد. نيمه عمر دارو 1/7 ـ 1/4 ساعت‌است كه در صورت عيب كار كليه ممكن‌است تا 30 ساعت افزايش يابد.
موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه حساسيت مفرط به سفالوسپورينهاپني سيلين‌ها و مشتقات آنها، پني‌سيلامين‌يا بيماري پورفيري نبايد مصرف
شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود سابقه‌بيماري گوارشي بويژه كوليت اولسراتيو،آنتريت ناحيه‌اي و كوليت ناشي از آنتي‌بيوتيك اين دارو بايد با احتياط فراوان‌مصرف شود.
2 ـ در بيماران مبتلا به عيب كار كليه كاهش مقدار مصرف دارو ضروري است
عوارض جانبي اسهال خفيف كرامپهاي‌شكم تهوع يا استفراغ سردرد، كانديديازدهاني (رشد بيش از حد قارچ ، كانديديازواژن (خارش و ترشح واژن و علائم‌مربوط به كوليت پسودوممبران (كرامپ ودرد شديد معده يا شكم اسهال شديد وآبكي و احتمالا خوني و تب با مصرف‌سفالوسپورينها گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي اثر ضد انعقادي‌وارفارين در صورت مصرف همزمان باسفالوسپورينها ممكن است افزايش
يابد.
پروبنسيد دفع سفالوسپورينها ازتوبول‌هاي كليوي را كاهش داده و لذا سبب‌افزايش غلظت سرمي سفالوسپورينها و درنتيجه احتمال بروز مسموميت مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت بروزاسهال شديد، قبل از مصرف هر گونه‌داروي ضد اسهال بايد با پزشك مشورت‌شود.
2 ـ در صورت فراموش كردن يك نوبت‌مصرف دارو، به محض بيادآوردن داورا بايد مصرف كرد. ولي اگر تقريب? زمان‌مصرف نوبت بعدي فرا رسيده باشد، ازمصرف نوبت فراموش شده بايدخودداري شود و مقدار مصرف بعدي نيزدو برابر نگردد.
3 ـ مخلوط كردن سفتي زوكسيم با سايرداروها بويژه آمينوگليكوزيدها در

يك‌محلول توصيه نمي‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان در عفونتهاي ساده مجراي‌ادراري 500 ميلي گرم هر 12 ساعت وبراي ساير عفونتها 2 ـ 1 گرم هر 12 ـ 8ساعت از راه عضلاني يا وريدي تزريق‌مي‌شود. در عفونتهاي مخاطره‌آميز، 4 ـ 3گرم هر 8 ساعت از راه وريدي تزريق‌مي‌شود. در درمان سوزاك يك گرم‌به‌صورت دوز واحد تزريق عضلاني‌مي‌شود.
كودكان در درمان عفونتهاي باكتريايي دركودكان با سن 6 ماه تا 12 سال 50mg/kgهر 8 ـ 6 ساعت تزريق عضلاني يا وريدي‌مي‌شود.
اشكال دارويي
(For Injection: 500 mg, 1g (as sodium

CEPHALEXIN

موارد مصرف اين دارو در درمان‌عفونتهاي ناشي از باكتري‌هاي گرم مثبت‌و گرم منفي حساس به دارو از جمله عفونت‌استخوان و مفاصل پنوموني باكتريايي عفونتهاي پوستي و بافتهاي نرم التهاب‌عفوني لوزه‌ها و عفونتهاي مجاري ادرارمصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك 95 درصد دارو از راه‌خوراكي جذب مي‌شود و غلظت سرمي آن‌پس از يك ساعت به اوج خود مي‌رسد. نيمه‌عمر دارو تقريب? 1/5 ـ 0/9 ساعت است كه‌در صورت عيب كار كليه ممكن است تا 40ساعت نيز افزايش يابد. 80 درصد دارو ازراه كليه و از طريق ترشح توبولي دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه حساسيت مفرط به‌سفالوسپورين‌هاپني‌سيلين‌ها و مشتقات آنها يا پني‌سيلامين‌يا بيماري پورفيري نبايد مصرف
شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود سابقه‌حساسيت به پني‌سيلين‌ها، بايد با احتياطفراوان مصرف شود.
2 ـ اين دارو ممكن است موجب ايجاد پاسخ‌مثبت كاذب در آزمون كومبس يا قند ادرارشود.
3 ـ اين دارو ممكن است سبب بروز كوليت‌پسودوممبران شود.
4 ـ در بيماران مبتلا به عيب كار
كليه كاهش مقدار مصرف دارو ضروري‌است
عوارض جانبي واكنشهاي آلرژيك شامل‌كهير و بثورات جلدي و علايم حساسيت‌مفرط شامل شوك آنافيلاكتيك تهوع استفراغ و اسهال و علائم كوليت‌پسودوممبران با مصرف اين دارو گزارش‌شده است
تداخل‌هاي دارويي در صورت مصرف‌همزمان سفالوسپورين‌ها با آمينوگليكوزيدها يا وانكومايسين احتمال بروزمسموميت كليوي افزايش مي‌يابد. اثر ضدانعقادي وارفارين در صورت مصرف‌همزمان با اين دارو ممكن است افزايش‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ سوسپانسيون داروپس از تهيه در صورت نگهداري در يخچال‌تا 14 روز پايدار خواهد بود.
2 ـ در صورت فراموش كردن يك نوبت‌مصرف دارو، به محض بيادآوردن دارو رابايد مصرف كرد. ولي اگر تقريب? زمان‌مصرف نوبت بعدي فرا رسيده باشد، ازمصرف نوبت فراموش شده بايدخودداري شود و مقدار مصرف بعدي نيزدو برابر نگردد.

3 ـ در صورت بروز اسهال شديد، قبل ازمصرف هر گونه داروي ضد اسهال بايد باپزشك مشورت شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان سفالكسين به مقدار 250ميلي‌گرم هر 6 ساعت يا 500 ميلي‌گرم هر12 ـ 8 ساعت مصرف مي‌شود كه دردرمان عفونتهاي شديد اين مقدار تا 1/5 ـ 1گرم هر 8 ـ 6 ساعت قابل افزايش خواهدبود.

كودكان مقدار مصرف سفالكسين دركودكان با سن كمتر از يكسال 125ميلي‌گرم هر 12 ساعت در كودكان 5 ـ 1سال 125 ميلي گرم هر 8 ساعت و دركودكان 12 ـ 6 سال 250 ميلي گرم هر 12ساعت مي‌باشد.

اشكال دارويي

,Capsule or Coated Tablet: 250 mg
Capsule or Scored Tablet: 500 mg
For Oral Suspension: 125mg / sachet,250 mg / sachet
For Oral Suspension: 125mg / 5ml,250mg / 5ml

CEPHALOTHIN

موارد مصرف اين دارو در درمان‌عفونتهاي ناشي از باكتري‌هاي گرم مثبت‌و گرم منفي حساس به دارو از جمله عفونت‌استخوان و مفاصل آندوكارديت‌باكتريايي پنوموني باكتريايي سپتي سمي‌باكتريايي عفونتهاي پوستي و بافتهاي‌نرم و عفونتهاي مجاري ادرار و همچنين‌براي پيشگيري از عفونت قبل از اعمال‌جراحي مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك غلظت سرمي دارو 0/5ساعت بعد از تزريق عضلاني به اوج خودمي‌رسد. نيمه عمر دارو 1 ـ 0/5 ساعت‌است كه در صورت عيب كار كليه ممكن‌است تا 18 ساعت نيز افزايش يابد. 70 ـ 60درصد از طريق كليه و از راه ترشح توبولي‌دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه حساسيت مفرط به‌سفالوسپورين‌هايا پني سيلين‌ها و مشتقات آنها،پني‌سيلامين بيماري پورفيري نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود سابقه‌حساسيت به پني‌سيلين‌ها، بايد با احتياط‌فراوان مصرف شود.
2 ـ اين دارو ممكن است موجب ايجاد پاسخ‌مثبت كاذب در آزمون كومبس و قند ادرارشود.
3 ـ كاهش مقدار مصرف دارو در بيماران‌مبتلا به عيب كار كليه ضروري است
4 ـ اين دارو ممكن است سبب بروز كوليت‌پسودوممبران شود.
عوارض جانبي واكنشهاي آلرژيك شامل‌كهير و بثورات جلدي و علايم حساسيت‌مفرط شامل شوك آنافيلاكتيك تهوع استفراغ و اسهال و علائم مربوط به كوليت‌پسودوممبران با مصرف اين دارو گزارش‌شده است
تداخل‌هاي دارويي در صورت مصرف‌همزمان سفالوسپورين‌ها باآمينوگليكوزيدها، وانكومايسين ياآمفوتريسين خطر بروز مسموميت كليوي‌افزايش مي‌يابد. مصرف همزمان‌ديورتيك‌هاي گروه لوپ با سفالوتين خطربروز مسموميت كليوي ناشي از سفالوتين‌را افزايش مي‌دهد. پروبنسيد دفع‌سفالوسپورينها از توبول‌هاي كليوي راكاهش داده و لذا سبب افزايش غلظت‌سرمي سفالوسپورينها و در نتيجه احتمال‌بروز مسموميت مي‌شود. اثر ضد انعقادي‌وارفارين در صورت مصرف همزمان بااين داروها ممكن است افزايش يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ مخلوط كردن‌سفالوتين با ساير داروها (بويژه‌آمينوگليكوزيدها) در يك محلول توصيه‌نمي‌شود.
2 ـ در صورت فراموش كردن يك نوبت‌مصرف دارو، به محض بيادآوردن

دارو رابايد مصرف كرد. ولي اگر تقريب؟ زمان‌مصرف نوبت بعدي فرا رسيده باشد، ازمصرف نوبت فراموش شده بايدخودداري شود و مقدار مصرف بعدي نيزدو برابر نگردد.
3 ـ در صورت بروز اسهال شديد، قبل ازمصرف هر گونه داروي ضد اسهال بايد باپزشك مشورت شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان در پنوموني و عفونت مجاري‌ادراري 500 ميلي گرم هر 6 ساعت تزريق‌عضلاني يا وريدي مي‌شود. در پيشگيري‌از عفونت پس از جراحي 2 گرم 1 ـ 0/5ساعت قبل از شروع جراحي 2 گرم درطول جراحي و 2 گرم هر 6 ساعت پس ازجراحي به مدت حداكثر 48 ساعت از راه‌وريدي تزريق مي‌شود. در ساير عفونتها،500 ميلي گرم تا 2 گرم هر 6 ـ 4 ساعت‌تزريق عضلاني يا وريدي مي‌شود.
كودكان در عفونتهاي باكتريايي 26/6mg/kg ـ 13/3 هر 4 ساعت يا40mg/kg ـ 20 هر 6 ساعت تزريق عضلاني‌يا وريدي مي‌شود.
اشكال دارويي
(For Injection: 1 g (as sodium

DAPSONE CLOFAZIMINE

سازمان بهداشت جهاني به منظور غلبه برمشكل بروز مقاومت به داپسون و همچنين‌پيشگيري از مقاومت به ساير داروهاي‌ضد جذام مصرف سه داروي داپسون ريفامپين و كلوفازيمين در درمان جذام‌چند باسيلي (لپروماتوز، بينابيني ـلپروماتوز و بينابيني را توصيه نموده‌است در اين رژيم دارويي حاوي داروهاي‌فوق مقدار مصرف ريفامپين 600ميلي‌گرم يكبار در ماه (450 ميلي گرم دربزرگسالان با وزن كمتر از 35 كيلوگرم ،مقدار مصرف داپسون 100mg/day(50mg/day يا 2mg/kg/day ـ 1 براي‌بزرگسالان با وزن كمتر از 35 كيلوگرم ومقدار مصرف كلوفازيمين 300 ميلي گرم‌يكبار در ماه و با نظارت يا 100 ميلي گرم‌در روزهاي متناوب به‌صورت‌خوددرماني مي‌باشد.

اين نوع جذام بايد حداقل به مدت 2 سال ودر صورت امكان تا زماني كه نمونه موردآزمايش منفي شود، ادامه يابد. همچنين‌درمان بايد بدون هر گونه تغييري در طول‌واكنشهاي تيپ II و II ادامه يابد.

در حين بروز واكنشهاي تيپ ا، درد عصبي‌يا ضعف نشانه شروع سريع آسيب دائمي‌عصب خواهد بود. درمان با پردنيزولون در شروع 60mg/day ـ 40) بايد سريع?شروع شود. واكنشهاي خفيف تيپ II ممكن‌است به آسپيرين يا كلروكين پاسخ
دهد.

در واكنشهاي شديد تيپ II ممكن است نيازبه كورتيكواستروئيدها وجود داشته باشد.افزايش مقادير كلوفازيمين به ميزان 100ميلي گرم 3 بار در روز براي سه ماه اول وسپس كاهش مقدار مصرف اين دارو نيزممكن است مفيد باشد، هر چند كه درمان‌ممكن است 6 ـ 4 هفته به طول بيانجامد.

در درمان جذام بينابيني ـ توبركولوئيد،توبركولوئيد و نامعلوم رژيم درماني‌حاوي دو دارو به شرح زير به كار
مي‌رود:

ريفامپين 600 ميلي گرم يكبار در ماه‌به‌صورت تحت نظارت (450 ميلي گرم‌براي بيماران با وزن كمتر از 35 كيلوگرم .

داپسون 100mg/day به‌صورت خوددرماني (50mg/day يا 2mg/kg/day ـ 1براي بزرگسالان با وزن كمتر از 35كيلوگرم .

درمان اين نوع جذام حداقل بايد به مدت 6ماه ادامه يابد.

CLOFAZIMINE

موارد مصرف کلوفازیمین در درمان جذام‌به عنوان انتخاب دوم از جمله درمان جذام‌مقاوم به داپسون مصرف مي‌شود.
مکانیسم اثر: به‌نظر مي‌رسد اين دارو اثرباكتري كش خود را بر روي‌مايكوباكتريوم به آهستگي و از طريق مهاررشد باكتري و اتصال به DNA اعمال‌مي‌نمايد.
فارماكوكينتيك جذب اين دارو پس ازمصرف خوراكي متغير است و با مصرف‌غذا افزايش مي‌يابد. پس از جذب دربافتهاي چربي لنف صفرا و ساير بافتهامنتشر مي‌شود. نيمه عمر اين دارو پس ازمصرف يك مقدار واحد حدود 10 روز و بامصرف طولاني مدت و مقادير زياد حدود3 ـ 2 ماه مي‌باشد. اوج غلظت سرمي داروپس از 6 ـ 1 ساعت (در مصرف طولاني‌مدت بدست مي‌آيد. دفع اين دارو از طريق‌كليه و تا 50 درصد به‌صورت تغيير نيافته‌از طريق مدفوع دفع مي‌گردد.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود عيب كاركبد يا كليه و وجود سابقه ناراحتي‌هاي‌معدي ـ روده‌اي با احتياط فراوان مصرف‌شود.
2 ـ در صورت بروز درد مداوم شكم يااسهال مصرف اين دارو بايد قطع شود.
3 ـ كلوفازيمين ممكن است سبب تغييررنگ لنزهاي تماسي نرم شود.
عوارض جانبي كلوفازيمين ممكن است‌سبب بروز خونريزي گوارشي مسموميت‌معدي ـ روده‌اي هپاتيت يا يرقان تغييررنگ پوست و افسردگي شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ دوره درمان با اين‌دارو كه ممكن است چند سال طول بكشد،بايد كامل شود.
2 ـ دارو را بايد هر روز در وقت معين‌مصرف نمود و حتي‌الامكان از فراموش‌كردن نوبتهاي مصرف دارو خودداري‌كرد.
3 ـ كلوفازيمين ممكن است سبب بروزافسردگي و تمايل بيمار به خودكشي شودكه اين حالت معمولا پس از تغيير رنگ‌برگشت‌پذير پوست بروز مي‌كند.
4 ـ احتمال حساس شدن پوست بيمار به‌نور وجود دارد. از اينرو بايد از قرار گرفتن‌در معرض تابش مستقيم نور خورشيدخودداري كرد.
5 ـ كلوفازيمين را بايد با غذا يا شيرمصرف نمود.
مقدار مصرف
بزرگسالان اين دارو در درمان جذام‌همراه با ساير داروهاي ضد جذام به مقدار100mg/day ـ 50 ميلي‌گرم يكبار در روز ودر صورت وجود ضايعات

پوستي300mg/day ـ 100 همراه با يك كورتيكوستروئيد (پردنيزون40ـ80mg/day) مصرف مي‌شود. در مورداخير با تحت كنترل درآمدن واكنش‌هاي‌پوستي مصرف دارو بايد به 100mg/dayكاهش يابد.
اشكال دارويي
Capsule: 50mg , 100 mg

DAPSONE

موارد مصرف اين دارو در درمان جذام ودرماتيت تبخالي مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: داپسون يك داروي‌باكتريواستاتيك است و احتمالا در ساخت‌فولات تداخل مي‌كند.
فارماكوكينتيك جذب اين دارو از راه‌خوراكي آهسته است و به محيط اسيدي‌نياز دارد. پس از جذب در تمام بافتها وبه‌ويژه كبد، عضلات كليه‌ها و پوست يافت‌مي‌شود. غلظت سرمي دارو 6 ـ 2 ساعت‌بعد از مصرف به اوج خود مي‌رسد.متابوليسم دارو كبدي است نيمه عمرداپسون 50 ـ 10 ساعت مي‌باشد. دفع اين‌دارو عمدت? كليوي است بخشي از طريق‌صفرا دفع و وارد چرخه روده‌اي ـ كبدي‌مي‌شود.
هشدارها:در موارد وجود بيماري قلبي ياريوي كمبود G6PD يا كم خوني با احتياطفراوان مصرف شود.
عوارض جانبي عوارض جانبي اين داروابسته به مقدار مصرف مي‌باشند و بامقاديري كه براي درمان جذام مصرف‌مي‌شود، بندرت بروز مي‌نمايند. اين‌عوارض عبارتند از هموليز،متهموگلوبينمي نوروپاتي درماتيت‌آلرژيك بي‌اشتهايي تهوع استفراغ سردرد، بيخوابي كم خوني هپاتيت آگرانولوسيتوز، سندرم داپسون (بثورات‌جلدي همراه با تب و ائوزينوفيلي كه درصورت بروز آن بايد بلافاصله مصرف‌دارو را قطع كرد.
تداخل‌هاي دارويي ريفامپين غلظت‌پلاسمايي داپسون را كاهش مي‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ از آنجا كه احتمال‌بروز مقاومت ميكروبي به داپسون وجوددارد، مصرف همزمان اين دارو با ريفامپين‌توصيه مي‌شود.
2 ـ در صورت بروز واكنش‌هاي درماتيت‌مصرف دارو را بايد قطع كرد.
3 ـ دوره درمان كه ممكن است 6 ماه تا
3 سال يا بيشتر طول بكشد، بايد كامل‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان در درمان جذام همراه با يك‌يا چند داروي ضد جذام 100mg/day ـ 50يكبار در روز يا 1/4mg/kg/day و در درمان‌درماتيت تبخالي شكل ابتدا 50mg/dayمصرف مي‌شود. اگر علائم درماتيت‌به‌طوركامل كنترل نشود، ممكن است مقدارمصرف تا 300mg/day افزايش يابد.
كودكان در درمان جذام همراه با يك ياچند داروي ضد جذام مقدار 1/4mg/kgيكبار در روز و در درمان درماتيت تبخالي‌شكل ابتدا 2mg/kg/day مصرف مي‌شودكه اگر علائم درماتيت به‌طور كامل كنترل‌نشود، مقدار مصرف ممكن است افزايش‌يابد.

اشكال دارويي
Tablet: 50mg
Double Scored Tablet: 100mg

CHLORAMPHENICOL

موارد مصرف كلرامفنيكل يك آنتي‌بيوتيك‌قوي و بالقوه سمي با طيف اثر گسترده‌است كه بايد براي درمان عفونتهاي‌مخاطره‌آميز، به‌ويژه عفونتهاي ناشي ازهموفيلوس انفلوآنزا و نيز درمان تب‌تيفوئيد به‌كار رود. سميت اين دارو، آن رابراي مصرف سيستميك ( به‌جز در مواردفوق محدود مي‌سازد.
مكانيسم اثر: كلرامفنيكل يك آنتي‌بيوتيك‌باكتريواستاتيك است كه از طريق پيوندبرگشت‌ناپذير با ريبوزوم باكتريايي‌بيوسنتز پروتئين را مهار مي‌كند.
فارماكوكينتيك اين دارو بخوبي و به‌سرعت از راه گوارش و پس از تزريق‌عضلاني جذب مي‌شود و به‌طور گسترده‌در بافتهاي بدن توزيع مي‌يابد. غلظت‌سرمي دارو 1 ساعت پس از تزريق وريدي
و 3 ـ 1 ساعت بعد از مصرف خوراكي به‌اوج خود مي‌رسد. نيمه عمر دارو 3/5 ـ 1/5ساعت است و در صورت عيب كار كبدممكن است افزايش يابد.
متابوليسم‌كلرامفنيكل كبدي و دفع آن عمدت? كليوي‌است
موارد منع مصرف اين دارو در صورت‌ابتلاي بيمار به پورفيري و سابقه بروزواكنشهاي سمي و آلرژيك به آن نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ از درمان مكرر يا دراز مدت بااين دارو بايد خودداري كرد.
2 ـ مقدار مصرف دارو در صورت ابتلاي‌بيمار به نارسايي كبدي يا كليوي بايدكاهش داده شود.
3 ـ انجام آزمون شمارش سلول‌هاي خون‌قبل و در طول درمان با اين دارو ضروري‌است
4 ـ اين دارو ممكن است موجب بروزسندرم نوزاد خاكستري در نوزادان شود.
5 ـ اين دارو ممكن است سبب بروز ضعف‌مغز استخوان آنمي آپلاستيك و سايراختلالات خوني كه وابسته به دوز هستند،گردد.
عوارض جانبي اختلالات خوني از جمله‌آنمي‌آپلاستيك به‌طور برگشت‌پذير يابرگشت‌ناپذير، نوريت محيطي نوريت‌بينايي اريتم مولتي فرم تهوع استفراغ اسهال التهاب دهان التهاب زبان پيدايش‌هموگلوبين در ادرار شبانه از عوارض‌گزارش شده اين دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي فنوباربيتال و ريفامپين‌متابوليسم كلرامفنيكل را تسريع مي‌كنند.كلرامفنيكل اثر داروي ضد انعقاد وارفارين‌و داروهاي كاهنده قند خون گروه‌سولفونيل اوره را افزايش مي‌دهد و موجب‌افزايش غلظت پلاسمايي فني‌توئين وافزايش احتمال بروز مسموميت با اين دارومي‌گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ دوره درمان داروبايد به اندازه‌اي باشد كه ضمن درمان‌بيماري عوارض دارو بروز نكنند.

2 ـ كلرامفنيكل خوراكي را بهتر است با يك‌ليوان آب با معده خالي (يك ساعت قبل يادو ساعت بعد از غذا) مصرف كرد.
3 ـ به علت احتمال بروز اختلالات خوني توصيه مي‌شود بيمار به‌طور منظم به‌پزشك مراجعه نمايد.
مقدار مصرف
خوراكي و تزريقي
بزرگسالان مقدار مصرف كلرامفنيكل ازراه خوراكي تزريق وريدي يا انفوزيون50mg/kg/day در 4 مقدار منقسم است كه‌اين مقدار استثنائ? در عفونتهاي شديد(مانند سپتي سمي و منتژيت ممكن است تادو برابر افزايش يابد، مشروط بر اينكه دراولين فرصت ممكن از نظر باليني مقدارمصرف دارو كاهش داده شود.
كودكان مقدار مصرف اين دارو دركودكان در درمان اپي‌گلوتيت ناشي ازهموفيلوس و منتژيت چرك‌زا100mg/kg/day ـ 50 در مقادير منقسم‌است كه بايد در اولين فرصت ممكن از نظربالیني كاهش داده شود. اين دارو درنوزادان با سن كمتر از 2 هفته 25mg/kg/day در 4 مقدار منقسم و دركودكان با سن 2 هفته تا يكسال 50mg/kg/day در 4 مقدار منقسم مصرف‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Capsule or Tablet: 250mg
(For Injection : 1g (as sodium succinate
(Suspension : 150mg/5ml (as palmitate

CIPROFLOXACIN

موارد مصرف سيپروفلوكساسين دردرمان عفونتهاي ناشي از باكتريهاي گرم‌منفي شامل سالمونلا، شيگلا، كمپيلوباكتر،نيسريا و پسودوموناس مصرف مي‌شود.اين دارو داراي اثرات متوسط بر عليه‌باكتريهاي گرم مثبت (شامل‌استرپتوكوكوس پنوموني واسترپتوكوكوس فكاليس مي‌باشد.
كاربرداصلي دارو، در درمان عفونتهاي تنفسي به‌جز عفونت ناشي از استرپتوكوكوس‌پنومونيه ، عفونت مجاري ادراري عفونتهاي دستگاه گوارش (از جمله تب‌تيفوئيد)، سوزاك و سپتي سمي ناشي ازميكروارگانيسم‌هاي حساس مي‌باشد.
مكانيسم اثر: سيپروفلوكساسين ازمشتقات فلوروكينولون‌ها، يك تركيب‌باكتريسيد است كه از طريق مهار آنزيمDNA ژيراز، دوباره‌سازي ترجمه و ترميمDNA باكتري را مهار مي‌كند.
فارماكوكينتيك اين دارو از راه خوراكي‌بخوبي جذب مي‌شود، اما جذب آن درحضور غذا به تاخير مي‌افتد. پس از جذب‌به‌طور گسترده در اغلب بافتها و مايعات‌بدن منتشر مي‌شود. دفع اين دارو عمدت?كليوي است
موارد منع مصرف اين دارو در كودكان ونوجوانان به دليل خطر بروز آرتروپاتي‌نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ مصرف اين دارو در مواردزير بايد با احتياط فراوان صورت گيرد:
بيماران مبتلا به كمبود G6PD، صرع يادارای سابقه صرع عيب كار كبد يا كليه
2 ـ مشتقات كينولون‌ها ممكن است موجب‌بروز تشنج در بيماران داراي سابقه تشنج‌يا ساير بيماران شوند.
عوارض جانبي عوارض جانبي شايع‌كينولون‌ها عبارتند از تهوع استفراغ دردشكم اسهال سردرد، سرگيجه اختلال درخواب بثورات جلدي خارش تب آنافيلاكسي حساسيت به نور، افزايش‌اوره و كرآتينين خون اختلالات گذرا درآنزيم‌هاي كبد و بيلي‌روبين درد عضلات ومفاصل اختلالات خوني و تغيير در غلظت‌پروترومبين
تداخل‌هاي دارويي در صورت مصرف‌همزمان كينولون‌ها با داروهاي ضد التهاب‌غيراستروئيدي خطر بروز تشنج ممكن‌است افزايش يابد. داروهاي آنتي‌اسيد ومواد جاذب جذب اين دارو را كاهش‌مي‌دهند. اثر وارفاين در صورت مصرف‌همزمان با سيپروفلوكساين افزايش‌مي‌يابد. كينولون‌ها اثر ضد ديابت داروهاي‌سولفونيل اوره يا سميت كليوي‌سيكلوسپورين را افزايش مي‌دهند. جذب‌سيپروفلوكساسين در صورت مصرف‌همزمان با

املاح آهن كاهش مي‌يابد.سيپروفلوكساسين غلظت پلاسمايي‌تئوفيلين را افزايش مي‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو بايد با مقداركافي آب مصرف شود و در طول درمان‌نيز بيمار بايد به اندازه كافي مايعات‌بنوشد. همچنين از قلياييكردن بيش از حدادرار بايد پرهيز كرد، چرا كه خطر بروزپيدايش كريستال در ادرار با اين داروووجود دارد.
2 ـ در طول مدت مصرف اين دارو در انجام‌كارهايي كه به مهارت نياز دارند (به‌ويژه‌رانندگي ، بايد احتياط كرد.
3 ـ اين دارو را بايد با معده خالي مصرف‌كرد.
4 ـ در صورت بروز هرگونه واكنش‌رواني نورولوژيك يا حساسيت مفرط بامصرف اولين مقدار مصرف دارو، مصرف‌آن را بايد قطع كرد.
مقدار مصرف
خوراكي
در بزرگسالان و كودكان با سن بيش از
12 سال در درمان عفونتهاي مجاري‌تنفسي 750 ـ 250 ميلي گرم دو بار در
روز، در درمان عفونتهاي مجاري ادرار500 ـ 250 ميلي گرم دو بار در روز (100 ميلي گرم دوبار در روز به مدت
3 روز در سيستيت حاد در زنان ، در
درمان سوزاك 250 ميلي گرم به صورت‌مقدار واحد در صورت وجود عفونت‌مقاوم 500 ميلي گرم در درمان
عفونت پسودوموناييي مجاري تنفسي‌تحتاني در فيبروز سيستيك 750 ميلي‌گرم دو بار در روز و در ساير عفونتها
750 ـ 500 ميلي‌گرم دوبار در روز مصرف‌مي‌شود.
تزريقي
مقدار 400 ـ 200 ميلي گرم دوبار، در طول60 ـ 30 دقيقه (در عفونت پسودوموناييمجاري تنفسي تحتاني 400 ميلي گرم دوبار در روز) انفوزيون وريدي مي‌شود. اين‌مقدار در درمان عفونتهاي مجاري ادرار100 ميلي گرم دو بار در روز و در درمان‌سوزاك 100 ميلي گرم يكبار در روزمي‌باشد.
اشكال دارويي
(Film Coated Tablet: 250mg, 500mg (asHCl
(Infusion: 200 mg/100ml (as lactate

CLINDAMYCIN

موارد مصرف كليندامايسين به دليل‌عوارض جانبي جدي آن موارد مصرف‌محدودي دارد. اين دارو در درمان‌عفونتهاي استافيلوكوكي استخوان مفاصل و پريتونيت مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: كليندامايسين يك آنتي‌بيوتيك‌باكتريواستاتيك است و مانع بيوسنتزپروتئين توسط باكتري مي‌شود.
فارماكوكينتيك اين دارو بخوبي و به‌سرعت از دستگاه گوارش جذب مي‌شود وغذا بر روي جذب آن بي‌تاثير است كليندامايسين پس از جذب به‌طور گسترده‌در بافتها و مايعات بدن به‌ويژه‌استخوانها، صفرا و ادرار منتشر مي‌شود.غلظت سرمي دارو تقريب? 1 ساعت بعد ازمصرف خوراكي و تا 3 ساعت بعد ازتزريق عضلاني به اوج خود مي‌رسد. نيمه‌عمر دارو 3 ـ 2/4 ساعت است كه درصورت عيب كار كليه يا كبد ممكن است‌افزايش يابد. دفع دارو عمدت? كليوي است وبخشي از دارو از طريق مدفوع دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت ابتلاي بيماربه اسهال اين دارو نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت بروز اسهال ياعلايم كوليت بايد مصرف اين دارو رابلافاصله قطع كرد. همچنين در صورت‌ابتلاي بيمار به نارسايي كبدي يا كليوي بااحتياط فراوان مصرف شود.
2 ـ پيگيري كار كبد و كليه در طول درمان‌دراز مدت با اين دارو و نيز در طول درمان‌كودكان ضروري است
عوارض جانبي اسهال (كه در صورت بروزآن بايد مصرف دارو را قطع كرد)، احساس‌ناراحتي در شكم تهوع استفراغ كوليت‌ناشي از آنتي‌بيوتيك بثورات جلدي يرقان‌و تغيير در پاسخ آزمونهاي كبدي كاهش‌نوتروفيل‌هاي خوني ائوزينوفيلي آگرانولوسيتوز و كاهش پلاكتهاي خون‌بعد از مصرف كليندامايسين گزارش‌شده‌اند.
تداخل‌هاي دارويي كليندامايسين اثرداروهاي شل كننده عضلاني غيردپولاريزان را افزايش مي‌دهد. اين دارونسبت به اثرات داروهاي نئوستيگمين وپيريدوستيگمين اثر آنتاگونيستي دارد.مصرف همزمان اين دارو با اريترومايسين‌و كلرامفنيكل توصيه نمي‌شود.
نكات قابل توصيه كپسول دارو بايد همراه‌با غذا يا يك ليوان آب بلعيده شود تا موجب‌تحريك مري نشود.
مقدار مصرف
خوراكي

بزرگسالان مقدار مصرف كليندامايسين‌از راه خوراكي 300 ـ 150 ميلي‌گرم هر
6 ساعت و در عفونتهاي شديد تا 450ميلي‌گرم هر 6 ساعت مي‌باشد.
كودكان مقدار مصرف كليندامايسين ازراه خوراكي در كودكان 6mg/kg ـ 3 هر 6ساعت مي‌باشد.
تزريقي
بزرگسالان كليندامايسين از راه تزريق‌عميق عضلاني يا انفوزيون وريدي به‌مقدار 2/7g/day ـ 0/6 (در 4 ـ 2 مقدارمنقسم مصرف مي‌شود كه اين مقدار درعفونتهاي مخاطره‌آميز تا 4/8g/day نيزافزايش مي‌يابد. مقادير مصرف در يك‌نوبت بيش از 600 ميلي‌گرم بايد فقط از راه‌انفوزيون وريدي تزريق شوند كه در اين‌صورت نيز مقدار مصرف نبايد از 1/2 گرم‌تجاوز كند.
كودكان اين دارو از راه تزريق عضلاني ياوريدي در كودكان با سن بيش از يك ماه40mg/kg/day ـ 15 در 4 ـ 3 مقدار منقسم‌مصرف مي‌باشد كه اين مقدار درعفونت‌هاي شديد تا 300mg/day (بدون درنظر گرفتن وزن بيمار) ممكن است افزايش‌يابد.
اشكال دارويي
(Capsule : 150mg (as HCl
(Suspension : 75mg/5ml (as palmitate
(Injection : 150mg/ml (as phosphate

CO-TRIMOXAZOLE

موارد مصرف اين دارو به‌عنوان داروي‌انتخابي در درمان پنوموني ناشي ازپنوموسيس‌تيس كاريني و نيز درمان‌توكسوپلاسموز و نوكارديا‌ز و تشديد حادبرونشيت مزمن مصرف مي‌شود.همچنين كوتريموكسازول در درمان‌عفونتهاي مجاري ادرار و عفونت گوش‌مياني ناشي از ميكروارگانيسم‌هاي‌حساس در كودكان مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: سولفوناميدها به‌طوررقابتي‌يك آنزيم باكتريايي را كه مسئول داخل‌كردن اسيد پاراآمينوبنزوئيك درساختمان اسيد دي هيدروفوليك است مهار مي‌كنند. تري‌متوپريم با اتصال به‌آنزيم دي هيدروفولات ردوكتاز باكتري آن را به‌طورقابل برگشت مهار مي‌نمايد.
فارماكوكينتيك سولفامتوكسازول به‌آهستگي و تقريب? به‌طور كامل از راه‌خوراكي جذب مي‌شود. تري‌متوپريم نيزبخوبي از راه دستگاه گوارش جذب‌مي‌شود. هر دو دارو به‌طور گسترده دربافتها منتشر مي‌شوند. دفع هر دو داروعمدت? كليوي است نيمه عمرسولفامتوكسازول 12 - 6 ساعت و نيمه‌عمر تري‌متوپريم 10 ـ 8 ساعت است
موارد منع مصرف اين دارو در صورت‌ابتلاي بيمار به نارسايي كبدي يا كليوي وپورفيري نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ كوتريموكسازول در صورت‌ابتلاي بيمار به عيب كار كليه يا كبد،اختلالات خوني كمبود G6PD و درسالخوردگان بايد با احتياط فراوان‌مصرف شود.
2 ـ در طول درمان درازمدت باكوتريموكسازول انجام آزمون شمارش‌سلولهاي خون به‌طور منظم توصيه‌مي‌شود.
3 ـ مصرف اين دارو در نوزادان با سن‌كمتر از 6 هفته توصيه نمي‌شود (مگر درپيشگيري يا درمان پنوموني ناشي ازپنوموسيس تيس .
عوارض جانبي تهوع استفراغ بثورات‌جلدي (از جمله سندرم استيونس ـجانسون نكروليزسمي اپيدرم وحساسيت به نور كه در اين موارد بايدمصرف دارو را فور? قطع كرد)، اختلالات‌خوني (شامل كاهش نوتروفيلها وپلاكت‌هاي خون ترومبوسيتوپني بندرت‌آگرانولوسيتوز و پورپورا كه در اين مواردبايد مصرف دارو را فور? قطع كرد) وبندرت واكنش‌هاي آلرژيك اسهال التهاب‌زبان استوماتيت بي‌اشتهايي دردمفاصل درد عضلات با مصرف اين داروگزارش شده‌اند.
تداخل‌هاي دارويي در صورت مصرف‌همزمان كوتريموكسازول با تيوپنتال وارفارين و داروهاي ضد ديابت گروه‌سولفونيل اوره اثر اين داروها افزايش‌مي‌يابد. در صورت مصرف همزمان اين‌دارو با فني‌توئين

پيريمتامين ومتوتركسات اثر ضد فولات اين داروهاافزايش مي‌يابد. خطر بروز سميت كليوي‌ناشي از سيكلوسپورين در صورت‌مصرف همزمان با كوتريموكسازول‌افزايش مي‌يابد. اثر اين دارو توسط پتاسيم‌آمينوبنزوات (PABA) كاهش مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در طول مصرف اين‌دارو بيمار بايد مايعات به اندازه كافي‌دريافت كند.
2 ـ احتمال بروز واكنش‌هاي حساسيت به‌نور در بيماران وجود دارد. بيمار بايد ازقرار گرفتن در معرض نور شديد آفتاب‌خودداري كند.
3 ـ در صورت بروز سرگيجه بايد احتياطكرد.
4 ـ در صورت بروز اختلالات خوني يابثورات جلدي بايد بلافاصله مصرف داروراً قطع كرد.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان به‌صورت خوراكي 2 قرص‌هر 12 ساعت است كه در عفونتهاي شديدتا 3 قرص هر 12 ساعت افزايش مي‌يابد. درصورتي كه طول درمان بيش از 14 روزباشد، اين مقدار يك قرص هر 12 ساعت‌مي‌باشد.
كوتريموكسازول در درمان‌پنوموني ناشي از پنوموسيس تيس كاريني‌به مقدار 120mg/kg/day در 4 ـ 2 دوزمنقسم به مدت 14 روز مصرف مي‌شود.
كودكان به‌صورت خوراكي هر 12ساعت در كودكان با سن 6 هفته تا 5 ماه‌يك قرص كودكان در كودكان 6 ماه تا 5سال 2 قرص كودكان و در كودكان 12 ـ 6سال 3 قرص كودكان مصرف مي‌شود.
تزريقي
بزرگسالان مقدار مصرف كوتريموكسازول‌از راه انفوزيون وريدي 960 ميلي‌گرم (حاوي800 ميلي‌گرم سولفامتوكسازول و 160ميلي‌گرم تري‌متوپريم هر 12 ساعت مي‌باشدكه اين مقدار در عفونتهاي شديد تا 1/44 گرم هر12 ساعت افزايش مي‌يابد.
كوتريموكسازول در درمان پنوموني‌ناشي از پنوموسيس تيس كاريني از راه‌خوراكي يا انفوزيون وريدي به مقدار120mg/kg/day در 4 ـ 2 مقدار منقسم براي14 روز مصرف مي‌شود.
كودكان كوتريموكسازول از راه‌انفوزيون وريدي در كودكان به مقدار36mg/kg/day در 2 مقدار منقسم مصرف‌مي‌شود كه در عفونتهاي شديد اين مقداربه 54mg/kg/day افزايش مي‌يابد.
اشكال دارويي
For Infusion: (Sulfamethoxazole 400mg+ Trimethoprim 80mg) / 5ml

Pediatric Tablet: Sulfamethoxazole100mg + Trimethoprim 20mg

Suspension: (Sulfamethoxazole 200mg+ Trimethoprim 40mg) / 5ml

Tablet: Sulfamethoxazole 400mg +Trimethoprime 80mg

ERYTHROMYCIN

موارد مصرف اريترومايسين به عنوان‌جايگزين پني‌سيلين‌ها در بيماراني كه به اين‌داروها حساسيت مفرط دارند، مصرف‌مي‌شود. همچنين اريترومايسين در درمان‌آنتريت ناشي از كامپيلوباكتر، پنوموني بيماري لژيونر، سيفليس التهاب‌غيرگنوكوكي پيشابراه التهاب مزمن‌پروستات آكنه ولگاريس و براي پيشگيري‌از ديفتري و سياه سرفه مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اريترومايسين يك‌آنتي‌بيوتيك ماكروليد باكتريواستاتيك باطيف اثر ضد باكتري شبيه به‌پني‌سيلين‌هاست اين دارو از طريق پيوندبا ريبوزوم‌هاي باكتريايي مانع بيوسنتزپروتئين‌هاي موجود در باكتري و توقف‌رشد آن مي‌شود.
فارماكوكينتيك اين دارو از راه خوراكي‌بخوبي جذب مي‌شود، اما در برابر اسيدمعده ناپايدار است فراهمي زيستي اين‌دارو بسته به نوع استرآن 65 ـ 30 درصداست پس از جذب به‌طور گسترده دربافتها و مايعات بدن منتشر مي‌شود.متابوليسم آن كبدي و دفع آن نيز عمدت? ازطريق ترشح در صفرا است اوج غلظت‌سرمي اريترومايسين بسته به نوع استرآن4 ـ 2 ساعت پس از مصرف خوراكي‌حاصل مي‌شود. نيمه عمر اين دارو 2 ـ 1/5ساعت است كه در صورت عيب كار كليه‌ممكن است تا 5 ساعت نيز افزايش يابد.
هشدارها: در صورت ابتلاي بيمار به‌نارسايي كبدي يا كليوي تاكي‌كاردي بطني‌و پورفيري با احتياط فراوان مصرف‌شود.
عوارض جانبي تهوع استفراغ احساس‌ناراحتي در شكم اسهال كهير، بثورات‌جلدي و ساير واكنش‌هاي آلرژيك كاهش‌برگشت‌پذير قدرت شنوايي در صورت‌مصرف مقادير زياد دارو، يرقان انسدادي‌و عوارض قلبي با مصرف اين داروگزارش شده‌اند.
تداخل‌هاي دارويي غلظت سرمي‌ديسوپيراميد در صورت مصرف همزمان‌با اريترومايسين افزايش مي‌يابد و ممكن‌است موجب بروز مسموميت و آريتمي‌شود. اثر وارفارين در صورت مصرف‌همزمان با اريترومايسين ممكن است‌افزايش يابد. اريترومايسين متابوليسم‌كاربامازپين بروموكريپتين تئوفيلين وسيكلوسپورين را مهار مي‌كند و ممكن‌است موجب افزايش غلظت سرمي اين‌داروها گردد. اريترومايسين متابوليسم‌ترفنادين را نيز مهار مي‌كند و خطر بروزآريتمي در بيمار را افزايش مي‌دهد (ازمصرف همزمان اين دو دارو بايدخودداري كرد). اثر ديگوكسين بر قلب درصورت مصرف همزمان با اريترومايسين‌ممكن است افزايش يابد. غلظت سرمي‌اريترومايسين توسط سايمتيدين افزايش‌مي‌يابد و اين

موضوع احتمال بروزعوارض جانبي و مسموميت به‌ويژه‌ناشنوايي ناشي از اريترومايسين راافزايش مي‌دهد.
نكات قابل توصيه اريترومايسين ومشتقات خوراكي آن را بهتر است با معده‌خالي مصرف كرد. اما در صورت بروزتحريك گوارشي مي‌توان دارو را با غذامصرف نمود.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان مقدار مصرف اين دارو از راه‌خوراكي در بزرگسالان و كودكان با سن‌بيش از 8 سال 500 ـ 250 ميلي‌گرم هر 6ساعت يا 1 ـ 0/5 گرم هر 12 ساعت وحداكثر تا 4g/day در عفونتهاي شديدمي‌باشد. مقدار مصرف اريترومايسين دردرمان مراحل اوليه سيفليس 500 ميلي‌گرم‌هر 6 ساعت براي مدت 21 ـ 14 روزمي‌باشد.
كودكان اين دارو در كودكان با سن كمتراز 2 سال به مقدار 125 ميلي‌گرم هر 6ساعت و در كودكان 8 ـ 2 سال به مقدار250 ميلي‌گرم هر 6 ساعت مصرف‌مي‌شود. مقدار مصرف در عفونتهاي شديدممكن است تا دو برابر افزايش يابد.
تزريقي در عفونتهاي شديد، دربزرگسالان و كودكان 50mg/kg/day از راه‌انفوزيون مداوم وريدي يا در مقاديرمنقسم هر 6 ساعت مصرف مي‌شود. درعفوتنهاي خفيف 25mg/kg/day انفوزيون‌وريدي مي‌شود.
اشكال دارويي
(Film Coated Tablet : 200mg, 400mg (asEthylsuccinate
(For Suspension : 200mg/ 5ml (asEthylsuccinate
(For Injection : 1g (as lactobionate

FURAZOLIDONE

موارد مصرف فورازوليدون در درمان
وبا، اسهال باكترياي (ناشي ازارگانيسم‌هاي حساس از جمله گونه‌هاي‌سالمونلا، شيگلا، استافيلوكوك اشريشياكلي گونه‌هاي پروتئوس كامپيلوباكتر و انتروباكتر) و ژياردياز‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو در كار چندين آنزيم‌باكترياي تداخل مي‌كند. فورازوليدون‌فلور ميكروبي روده را برهم نمي‌زند وموجب رشد قارچها نيز نمي‌شود. اين داروآنزيم مونوآمين اكسيداز را نيز مهارمي‌كند.
فارماكوكينتيك جذب اين دارو از راه‌خوراكي خوب است دفع دارو عمدت? كليوي است و مقداري نيز در مدفوع دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در نوزادان باسن كمتر از يك ماه نبايد مصرف شود.
هشدارها: در صورت ابتلاي بيمار به كمبودG6PD بايد با احتياط فراوان مصرف شود.
عوارض جانبي فورازوليدون ممكن است‌موجب بروز آنمي هموليتيك خفيف وبرگشت‌پذير در بيماران مبتلا به كمبودG6PD شود كه در اين صورت مصرف‌دارو بايد قطع شود. همچنين واكنشهاي‌حساسيت مفرط (شامل تب خارش دردمفاصل بثورات جلدي يا قرمزي پوست كاهش گلبولهاي سفيد خون اختلالات‌گوارشي (درد شكم اسهال تهوع واستفراغ و سردرد با مصرف اين داروگزارش شده‌اند.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي كاهش تحريك‌گوارشي مي‌توان اين دارو را با غذامصرف نمود.
2 ـ در طول مصرف اين دارو، از مصرف‌فرآورده‌هاي حاوي الكل بايد خودداري‌كرد.
3 ـ در طول مصرف اين دارو و تا دو هفته‌بعد از قطع مصرف آن از مصرف غذاهاي‌حاوي تيرامين و آمين‌هاي محرك داروهاي كاهنده اشتها، قرص‌سرماخوردگي و داروهاي ضد سرفه مگربا تجويز پزشك بايد پرهيز كرد.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار مصرف اين دارو 100ميلي‌گرم چهار بار در روز براي 7 ـ 5 روز(در درمان ژياردياز 10 ـ 7 روز) است
كودكان مقدار مصرف فورازوليدون دركودكان با سن بيش از يك ماه 1/25mg/kgچهار بار در روز براي 7 ـ 5 روز (دردرمان ژياردياز 2mg/kg ـ 1/25 چهار باردر روز براي 10 ـ 7 روز) مي‌باشد.

اشكال دارويي
Suspension: 50mg / 15ml
Tablet: 100mg

METRONIDAZOLE

موارد مصرف مترونيدازول در درمان‌عفونتهاي بيهوازي (از جمله عفونتهاي‌دندان و عفونتهاي تك ياخته‌اي مصرف‌مي‌شود. اين دارو در درمان واژينوزباكتريايي ناشي از هموفيلوس يا گاردنلا ياكورينه باكتريوم واژينيت غير اختصاصي‌و واژينوز بيهوازي مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: مترونيدازول پس از جذب‌توسط ميكروارگانيسم‌ها احيا و به يك‌تركيب سمي تبديل مي‌شود كه با پيونديافتن به DNA موجب توقف ساخت آن ومرگ سلول مي‌شود.
فارماكوكينتيك اين دارو از راه خوراكي به‌خوبي جذب مي‌شود و در اغلب مايعات وترشحات بدن منتشر مي‌شود. غلظت‌سرمي دارو 2 ـ 1 ساعت پس از مصرف‌خوراكي به اوج خود مي‌رسد. نيمه عمرمترونيدازول در بزرگسالان 12 ـ 6 ساعت‌است كه در صورت عيب كار كبد به 29 ـ 10ساعت افزايش مي‌يابد. دفع اين دارو عمدت?كليوي است و تا 15 درصد از دارو ممكن‌است از راه مدفوع دفع شود. حدود 20% ازدارو بعد از مصرف واژينال به‌صورت‌سيستميك جذب مي‌شود.
هشدارها: در صورت وجود عيب كار كبد وآنسفالوپاتي كبدي مصرف اين دارو بايدبا احتياط فراوان صورت گيرد.
عوارض جانبي تهوع استفراغ طعم بددهان زبري زبان اختلالات گوارشي بثورات جلدي كهير و آنژيوادم بندرت‌خواب‌آلودگي سردرد، سرگيجه آتاكسي تيره شدن ادرار، خارش درد هنگام‌آميزش ترشحات غليظ سفيدرنگ ازعوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي اثر وارفارين درصورت مصرف همزمان با اين دارو ممكن‌است افزايش يابد. مترونيدازول متابوليسم‌فني توئين را مهار مي‌كنند و غلظت‌پلاسمايي اين دارو را افزايش مي‌دهند.فنوباربيتال متابوليسم مترونيدازول راافزايش و غلظت پلاسمايي آن را كاهش‌مي‌دهد. مترونيدازول متابوليسم‌فلوئورواوراسيل را مهار مي‌كند و احتمال‌مسموميت با اين دارو را افزايش مي‌دهد.همچنين مسموميت با ليتيم با مصرف‌همزمان مترونيدازول گزارش شده است
واكنش شبه دي سولفيرام با مصرف‌همزمان مترونيدازول و فرآورده‌هاي‌حاوي الكل ممكن است بروز كند.
نكات قابل توصيه 1 ـ پيگيري وضعيت‌باليني و آزمايشگاهي بيمار در صورتي كه‌طول دوره درمان از 10 روز تجاوز كند،توصيه مي‌شود.
2 ـ در صورت بروز تحريك گوارشي مترونيدازول را مي‌توان با غذا مصرف‌كرد.

3 ـ مترونيدازول تزريقي فقط بايدبه‌صورت انفوزيون آهسته وريدي‌مصرف شود كه در اين صورت انفوزيون‌محلولها يا سرم‌هاي ديگر بايد قطع شود.
4 ـ شستن دستها قبل و بعد از استعمال‌واژينال دارو توصيه مي‌شود. همچنين‌رعايت اصول بهداشتي براي جلوگيري ازبروز مجدد عفونت ضروري است
5 ـ در صورت بروز حساسيت يا تحريك مصرف دارو بايد قطع شود.
6 ـ در صورت مصرف شكل واژينال اين‌دارو در درمان تريكوموناز، استفاده ازكاندوم به منظور پيشگيري از بروز مجددعفونت ضروري است ممكن است به‌طورهمزمان مردان نيز به مصرف اين دارو نيازداشته باشند.
7 ـ در صورت بروز سرگيجه يا منگي بامصرف شكل واژينال دارو بايد احتياطنمود.
8 ـ در طول مصرف شكل واژينال اين‌دارو، به منظور پيشگيري از عفونت‌متقاطع عفونت مجدد يا رقيق شدن دوزدارو، بايد از مقاربت جنسي خودداري‌نمود.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان به عنوان ضد باكتري‌سيستميك در عفونتهاي بيهوازي مقدار7/5mg/kg حداكثر تا يك گرم هر 6 ساعت‌به مدت 7 روز يا بيشتر مصرف مي‌شود.در التهاب روده 500 ميلي گرم چهار باردر روز، در كوليت ناشي از آنتي بيوتيك500 ميلي گرم 4 ـ 3 بار در روز،درگاستريت و زخم دوازدهه ناشي ازهليكوباكترپيلوري به‌عنوان درمان كمكي500 ميلي گرم 3 بار در روز به همراه سايرآنتي بيوتيكهاي خوراكي و در درمان‌واژينوز باكتريايي 500 ميلي گرم 2 بار درروز براي 7 روز مصرف مي‌شود.به‌عنوان ضد تك ياخته در آميبياز
700 ـ 500 ميلي گرم 3 بار در روز براي
10 ـ 7 روز، در بالانتيديوز 750 ميلي گرم
3 بار در روز براي 5 يا 6 روز، در ژياردياز2 گرم يكبار در روز براي 3 روز يا
250 ميلي گرم 3 بار در روز به مدت
7 ـ 5 روز و در درمان تريكوموناز 2 گرم به‌صورت مقدار واحد، يك گرم 2 بار در روزبه مدت يك روز يا 250 ميلي گرم 3 بار درروز به مدت 7 روز مصرف مي‌شود.
كودكان به‌عنوان ضد باكتري درعفونتهاي بيهوازي 7/5mg/kg هر 6 ساعت‌يا 10mg/kg هر 8 ساعت مصرف مي‌شود.به‌عنوان ضد تك ياخته در درمان آميبيازmg/kg 16/7 ـ 11/6، سه بار در روز به مدت10 روز، در

بالانتيديوز 16/7mg/kg ـ 11/6سه بار در روز به مدت 5 روز، در ژياردياز5mg/kg سه بار در روز به مدت 7 ـ 5 روز ودر درمان تريكوموناز 5mg/kg سه بار درروز به مدت 7 روز مصرف مي‌شود.

تزريقي

بزرگسالان به‌عنوان ضد باكتري‌سيستميك در عفونتهاي بي هوازي ابتدا15mg/kg و سپس 7/5mg/kg تا حداكثر يك‌گرم هر 6 ساعت به مدت 7 روز يا بيشترانفوزيون وريدي مي‌شود. براي پيشگيري‌از عفونت در اعمال جراحي 15mg/kg يك‌ساعت قبل از شروع جراحي و 7/5mg/kg 6و 12 ساعت پس از مقدار اوليه انفوزيون‌وريدي مي‌شود. به‌عنوان ضد تك ياخته دردرمان آميبياز، 750 ـ 500 ميلي گرم هر 8ساعت به مدت 10 ـ 5 روز انفوزيون‌وريدي مي‌شود.

كودكان به‌عنوان ضد باكتري سيستميك‌در عفونتهاي بي هوازي در نوزادان‌نورس 15 mg/kg به‌عنوان مقدار اوليه وسپس 7/5mg/kg هر 12 ساعت 48 ساعت‌پس از مقدار مصرف اوليه انفوزيون‌وريدي مي‌شود. در نوزادان كامل 1/5mg/kg به‌عنوان مقدار شروع و سپس7/5mg/kg هر 12 ساعت 24 ساعت پس ازمقدار مصرف اوليه انفوزيون وريدي‌مي‌شود. در نوزادان با سن 7 روز وبزرگتر، مقدار 15mg/kg به‌عنوان

مقدار شروع و سپس 7/5mg/kg هر 6ساعت از راه انفوزيون وريدي مصرف‌مي‌شود.

واژينال

در واژينوز باكتريايي يا تريكوموناز،500mg هر شب به مدت 10 يا 12 روزمتوالي از راه واژينال مصرف مي‌شود.

اشكال دارويي

Infusion : 500mg/ 100ml

Tablet: 250mg

(Oral Suspension: 125mg / 5ml (asBenzoate

Ovule: 500mg

Vaginal Tablet: 500mg

NALIDIXIC ACID

موارد مصرف اسيد ناليديكسيك در
درمان عفونتهاي مجاري ادرار مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: اسيد ناليديكسيك از مشتقات‌كينولون‌هاست كه از طريق مهار ساختDNA باكتريايي اثر خود را اعمال مي‌كند.مقاومت به اين دارو در طول درمان به‌سرعت بروز مي‌كند.
فارماكوكينتيك جذب اين دارو از راه‌خوراكي سريع و تقريب? كامل است اين داروو متابوليت‌هاي فعال آن در اغلب بافتهاي‌بدن به‌ويژه در كليه و در ادرار منتشرمي‌شوند. اوج غلظت سرمي دارو 2 ـ 1ساعت پس از مصرف حاصل مي‌شود. نيمه‌عمر سرمي دارو 2/5 ـ 1/1 ساعت است كه‌در بيماران سالخورده تا 11/5 ساعت و دربيماران مبتلا به عيب كار كليه تا 21 ساعت‌ممكن است افزايش يابد. دفع اين دارو عمدت?كليوي است
موارد منع مصرف اين دارو در صورت‌ابتلاي بيمار به پورفيري يا سابقه ابتلا به‌اختلالات تشنجي و همچنين در كودكان باسن كمتر از 3 ماه نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در بيماران مبتلا به‌كمبود G6PD بايد با احتياط فراوان‌مصرف شود.
2 ـ در طول مصرف اين دارو بيمار بايد ازقرار گرفتن در معرض نور شديد آفتاب‌پرهيز كند.
3 ـ در طول درمان با اين دارو در صورتي‌كه مدت درمان از 2 هفته بيشتر شود، انجام‌آزمونهاي شمارش سلولهاي خون و كاركبد توصيه مي‌شود.
عوارض جانبي عوارض جانبي شايع‌كينولون‌ها عبارتند از تهوع استفراغ دردشكم اسهال سردرد، سرگيجه اختلال درخواب بثورات جلدي خارش تب آنافيلاكسي حساسيت به نور، افزايش‌اوره و كرآتينين خون اختلالات گذرا درآنزيم‌هاي كبد و بيلي‌روبين درد عضلات ومفاصل اختلالات خوني (شامل‌ائوزينوفيلي كاهش پلاكت‌هاي خون كاهش گلبولهاي سفيد خون و تغيير درغلظت پروترومبين .
تداخل‌هاي دارويي در صورت مصرف‌همزمان كينولون‌ها با داروهاي ضد التهاب‌غيراستروئيدي خطر بروز تشنج ممكن است‌افزايش يابد. آنتي‌اسيدها و مواد جاذب جذب‌اين دارو را كاهش مي‌دهند. اثر وارفارين درصورت مصرف همزمان با اسيدناليديكسيك ممكن است افزايش يابد.كينولون‌ها اثر ضد ديابت داروهاي‌سولفونيل اوره را افزايش مي‌دهند. سميت‌كليوي سيكلوسپورين توسط اين داروافزايش مي‌يابد. سميت ملفالان در صورت‌مصرف همزمان با اين دارو افزايش مي‌يابد.

نكات قابل توصيه 1 ـ بيمار بايد از قرارگرفتن در معرض نور شديد آفتاب‌خودداري كند.
2 ـ در صورت بروز تاري ديد يا هرگونه‌اختلال در بينايي سرگيجه يا خواب‌آلودگي بايد احتياط كرد.
3 ـ اين دارو موجب بروز پاسخ مثبت كاذب‌در آزمون گلوكز ادرار با استفاده از مواداحيا كننده مي‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار 1 گرم هر 6 ساعت براي7 روز مصرف مي‌شود كه اين مقدار دردرمان عفونت‌هاي مزمن به 500 ميلي‌گرم‌هر 6 ساعت كاهش مي‌يابد.
كودكان در كودكان با سن بيشتر از 3 ماه‌حداكثر تا 50mg/kg/day در مقادير منقسم‌مصرف مي‌شود كه اين مقدار در درمان‌دراز مدت به 30mg/kg/day كاهش مي‌يابد.
اشكال دارويي
Suspension: 60mg/ml
Tablet: 500mg

موارد مصرف نيتروفورانتوئين در درمان‌عفونتهاي مجاري ادرار مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: به‌نظر مي‌رسدنيتروفورانتوئين با دخالت در كارآنزيم‌هاي باكتريايي بسته به غلظت باعث‌توقف رشد يا مرگ باكتري شود.
فارماكوكينتيك جذب اين دارو متغير است فراهمي زيستي آن در حضور غذا افزايش‌مي‌يابد. غلظت دارو در ادرار و كليه‌ها زيادو در سرم خيلي كم است نيمه عمر اين‌دارو 1 ـ 0/3 ساعت است اين دارو عمدت?از راه كليوي دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در عيب كاركليه نوزادان با سن كمتر از 3 ماه كمبودG6PD و پورفيري نبايد مصرف شود.
هشدارها: اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط فراوان مصرف شود:
كم خوني ديابت عدم تعادل‌الكتروليت‌ها، كمبود ويتامين B و فولات بيماري ريوي و عيب كار كبد و نوروپاتي‌محيطي يا استعداد ابتلاي به آن
عوارض جانبي بي‌اشتهايي تهوع استفراغو اسهال واكنش‌هاي حاد و مزمن ريوي ونوروپاتي محيطي از عوارض اين داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي آنتي اسيدها و موادجاذب جذب اين دارو را كاهش مي‌دهند.مصرف همزمان نيتروفورانتوئين باپروبنسيد، به دليل كاهش دفع توبولي ممكن است سبب بروز مسموميت بانيتروفورانتوئين شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو ممكن است‌موجب پاسخ مثبت كاذب در آزمون گلوگزادرار شود.
2 ـ رنگ ادرار بيمار ممكن است به زرد تاقهوه‌اي تغيير كند.
3 ـ بهتر است اين دارو با غذا يا شيرمصرف شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان نيتروفورانتوئين در درمان‌عفونتهاي حاد بدون عواقب 50 ميلي‌گرم‌هر 6 ساعت براي 7 روز مصرف مي‌شود.مقدار مصرف دارو در درمان عفونت‌مزمن شديد و عود كننده 100 ميلي‌گرم هر6 ساعت براي 7 روز است كه در صورت‌بروز تهوع شديد مقدار مصرف را بايدكاهش داد يا مصرف آن را قطع كرد. مقدارمصرف نيتروفورانتوئين براي پيشگيري‌از عفونت ادراري 10 ـ 5 ميلي‌گرم در شب‌مي‌باشد.
كودكان مقدار مصرف اين دارو دركودكان با سن بيش از 3 ماه در درمان‌عفونتهاي حاد بدون عواقب 3mg/kg/dayدر 4 مقدار منقسم و در پيشگيري ازعفونتهاي ادراري 1mg/kg در شب‌مي‌باشد.
اشكال دارويي

Scored Tablet: 100mg
Suspension: 25mg/5ml

موارد مصرف اين دارو در درمان‌عفونتهاي مجاري ادرار، مجاري تنفسي‌تحتاني پوست و بافتهاي نرم سوزاك‌بدون عواقب و التهاب غير گونوكوكي آلت‌تناسلي و گردن رحم مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اوفلوكساسين از مشتقات‌فلوروكينولون‌ها و يك تركيب باكتريسيداست كه از طريق مهار آنزيم DNA ژيرازدوباره‌سازي ترجمه و ترميم DNAباكتري را مهار مي‌كند.
فارماكوكينتيك اين دارو از راه خوراكي‌بخوبي جذب مي‌شود، اما جذب آن درحضور غذا به تاخير مي‌افتد. پس از جذب‌به‌طور گسترده در اغلب بافتها و مايعات‌بدن منتشر مي‌شود. دفع اين دارو عمدت?كليوي است
موارد منع مصرف اين دارو در كودكان ونوجوانان و نيز بيماران مبتلا به صرع يادارای سابقه ابتلا به صرع و بيماران باسابقه آلرژي به اين دارو و تركيبات مشابه‌نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ مصرف اين دارو در مواردزير بايد با احتياط فراوان صورت گيرد:سابقه بيماري رواني ابتلاي بيمار به‌ديابت G6PD، عيب كار كبد يا كليه
2 ـ مشتقات كينولون‌ها ممكن است موجب‌بروز تشنج در بيماران داراي سابقه تشنج‌يا ساير بيماران شود.
عوارض جانبي عوارض جانبي شايع‌كينولون‌ها عبارتند از تهوع استفراغ دردشكم اسهال سردرد، سرگيجه اختلال درخواب بثورات جلدي خارش تب آنافيلاكسي حساسيت به نور، افزايش‌اوره و كراتينين خون اختلالات گذرا درآنزيم‌هاي كبد و بيلي روبين درد عضلات‌و مفاصل اختلالات خوني و تغيير درغلظت پروترومبين
تداخل‌هاي دارويي در صورت مصرف‌كينولون‌ها با داروهاي ضد التهاب‌غيراستروئيدي خطر بروز تشنج ممكن‌است افزايش يابد. داروهاي آنتي‌اسيد ومواد جاذب جذب اين دارو را كاهش‌مي‌دهند. كينولون‌ها اثر ضد ديابت‌داروهاي سولفونيل اوره وارفارين وبروموكريپتين را افزايش مي‌دهند. سميت‌كليوي سيكلوسپورين توسط اين داروهاافزايش مي‌يابد. جذب اوفلوكساين درصورت مصرف همزمان با املاح آهن‌كاهش مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ بيمار بايد از قرارگرفتن در معرض نور شديد آفتاب‌خودداري كند.
2 ـ اين دارو بايد با مقدار كافي آب مصرف‌شود و در طول درمان نيز بيمار بايدمايعات كافي بنوشد. همچنين از قلياييكردن بيش از حد ادرار بايد پرهيز كرد،چرا كه خطر بروز كريستالوري با اين داروووجود دارد.

3 ـ در طول مدت مصرف اين دارو درانجام كارهايي كه به مهارت نياز دارند،(به‌ويژه رانندگي بايد احتياط كرد.
4 ـ اين دارو را بايد با معده خالي مصرف‌كرد.
5 ـ در صورت بروز هرگونه واكنش‌رواني نورولوژيك يا حساسيت مفرط به‌مصرف اولين دوز دارو، مصرف آن رابايد قطع كرد.
مقدار مصرف اوفلوكساسين در درمان‌عفونتهاي مجاري ادرار به مقدار400mg/day ـ 200 ترجيح? هر روز صبح‌مصرف مي‌شود كه اين مقدار در صورت‌لزوم در عفونتهاي مجاري فوقاني ادرار تا400 ميلي‌گرم دو بار در روز افزايش‌مي‌يابد. مقدار مصرف اين دارو در درمان‌عفونتهاي مجاري تنفسي تحتاني400mg/day ترجيح? هر روز صبح‌مي‌باشد كه اين مقدار در صورت لزوم تا400 ميلي‌گرم دو بار در روز قابل افزايش‌خواهد بود. اين دارو به مقدار 400ميلي‌گرم دو بار در روز در درمان‌عفونتهاي پوست و بافتهاي نرم مصرف‌مي‌شود. اوفلوكساسين در درمان سوزاك‌بدون عواقب 400 ميلي‌گرم در يك نوبت‌مصرف مي‌شود. اين مقدار در درمان‌التهاب غيرگونوكوكي آلت تناسلي و گردن‌رحم 400 ميلي گرم يكبار در روز يا درمقادير منقسم مي‌باشد.
اشكال دارويي
Scored Tablet: 100mg, 200mg

NAFCILLIN SODIUM

موارد مصرف نفسيلين در درمان‌عفونتهاي ناشي از گونه‌هاي‌استافيلوكوكسي كه پني‌سيليناز توليدمي‌كنند، مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك غلظت سرمي دارو 1 ـ 0/5ساعت پس از تزريق عضلاني به اوج خودمي‌رسد. نيمه عمر دارو 1/5 ـ 0/5 ساعت‌است كه در صورت عيب كار كليه تا 2ساعت نيز ممكن است افزايش يابد. پيونداين دارو به پروتئين‌هاي پلاسما زيادمي‌باشد. 70 ـ 60 درصد دارو نيز در كبدمتابوليزه مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه آلرژيك به پني‌سيلين‌ها نبايدمصرف شود.
هشدارها: در بيماران داراي سابقه آلرژي وبيماران مبتلا به عيب كار كليه و سابقه‌بيماريهاي گوارشي بويژه كوليت وابسته‌به آنتي بيوتيك بايد با احتياط فراوان‌مصرف شود.
عوارض جانبي واكنش‌هاي حساسيتي‌شامل كهير، تب درد مفاصل آنژيوادم شوك آنافيلاكتيك در بيماراني كه دچارحساسيت مفرط مي‌شوند، با مصرف اين‌دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با ساير داروهاي سمي براي كبد،احتمال بروز مسموميت كبدي را افزايش‌مي‌دهد. مصرف همزمان پني سيلين‌ها بامتوتركسات منجر به كاهش كليرانس‌متوتركسات و در نتيجه مسموميت با اين‌دارو مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ مخلوط كردن اين‌دارو با آمينوگليكوزيدها توصيه نمي‌شود.
2 ـ در صورت بروز اسهال بدون مشورت‌با پزشك از مصرف هر گونه داروي ضداسهال بايد خودداري نمود.
مقدار مصرف
بزرگسالان در درمان عفونتهاي‌استخوان و مفصل اندوكارديت باكتريايي مننژيت باكتريايي و پريكارديت باكتريايي 2 ـ 1/5 گرم هر 6 ـ 4 ساعت از راه وريدي‌تزريق مي‌شود. در درمان ساير عفونتها،از راه عضلاني 500 ميلي گرم هر 6 ـ 4ساعت و از راه وريدي 1/5 ـ 0/5 گرم هر 4ساعت (بر مبناي نفسيلين تزريق مي‌گردد.
كودكان در درمان مننژيت باكتريايي درنوزادان با وزن تا 2 كيلوگرم 50mg/kg ـ 25هر 12 ساعت در هفته اول زندگي و سپس50mg/kg هر 8 ساعت زندگي و در نوزادان‌با وزن 2 كيلوگرم و بيشتر 50mg/kg هر 8ساعت در هفته اول زندگي و سپس50mg/kg هر 6 ساعت از راه

عضلاني ياوريدي تزريق مي‌گردد. در درمان سايرعفونتها، در نوزادان از راه عضلانيmg/kg 10 (بر مبناي نفسيلين هر 12ساعت و از راه وريدي mg/kg 20 ـ 10 (برمبناي نفسيلين هر 4 ساعت تزريق‌مي‌شود. در شيرخواران و كودكانmg/kg 25 (بر مبناي نفسيلين هر 12 ساعت‌از راه عضلاني و mg/kg 20 ـ 10 (بر مبناي‌نفسيلين هر 4 ساعت از راه وريدي تزريق‌مي‌شود.

اشكال دارويي

For Injection: 500mg

موارد مصرف اين دارو در درمان‌عفونتهاي باكتريايي حساس به پني‌سيلين‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين فرآورده حاوي سه مشتق‌پني‌سيلين مي‌باشد، پني‌سيلين G پتاسيم باشروع اثر نسبت؟ سريع پني‌سيلين Gپروكائين با شروع اثر متوسط (حدود 4ساعت و پني‌سيلين G بنزاتين با شروع اثركند (حدود 24 ساعت .
موارد منع مصرف اين دارو در صورت‌وجود سابقه آلرژي به پني‌سيلين‌ها، نبايدمصرف شود.
هشدارها: اين دارو در بيماران مبتلا
به عيب كار كليه و سابقه بيماريهاي‌گوارشي بويژه كوليت ناشسي از آنتي‌بيوتيك بايد با احتياط فراوان مصرف‌شود.
عوارض جانبي واكنش‌هاي حساسيتي‌شامل كهير، تب درد مفاصل آنژيوادم شوك آنافيلاكتيك در بيماراني كه دچارحساسيت مفرط مي‌شوند، با مصرف اين‌دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌پني‌سيلين G پتاسيم با داروهاي مهاركننده‌آنزيم مبدل آنژيوتانسين داروهاي مدرنگهدارنده پتاسيم و مكمل‌هاي حاوي پتاسيم‌ممكن است موجب افزايش غلظت خوني‌پتاسيم شود. مصرف همزمان مدرهاي‌نگهدارنده پتاسيم و مكملهاي پتاسيمي با پني‌سيلين G پتاسيم تزريقي سبب افزايش تجمع‌پتاسيم گرم مي‌شود.
مصرف همزمان پني‌سيلين‌ها با متوتركسات منجر به كاهش‌كليرانس متوتركسات و در نتيجه مسموميت‌با اين دارو مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ در بيماران مبتلا به‌عيب كار كليه به كاهش مقدار مصرف دارونيازي نيست مگر اينكه عيب كار كليه شديدباشد.
2 ـ اين دارو بايد به‌صورت تزريق عميق‌عضلاني مصرف شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان در عفونتهاي شديد و حاد،محتواي يك ويال از راه عضلاني تزريق‌مي‌شود. در عفونتهاي مزمن داراي عواقب هر 4 يا 5 روز يكبار، محتواي يك ويال ازراه عضلاني تزريق مي‌شود.
كودكان مقدار مصرف اين دارو دركودكان با سن بيشتر از 5 سال معادل1,200,000 ـ 300,000 واحد مي‌باشد.
اشكال دارويي
For Injection: Benzathine Penicillin G600,000 IU +

Potassium Penicillin G300,000 IU + Procaine Penicillin G300,000 IU

PENICILLIN G

موارد مصرف اين دارو در درمان التهاب‌عفوني لوزه‌ها، التهاب گوش مياني بادسرخ آندوكارديت استرپتوكوكي مننژيت‌منگوكوكي پنوموني و در پيشگيري ازعفونت پس از قطع اندامهاي حركتي‌مصرف مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت وجود سابقه‌آلرژي به پني‌سيلين‌ها نبايد مصرف شود.
هشدارها: در بيماران مبتلا به عيب كار كليه‌و سابقه بيماريهاي گوارشي بويژه كوليت‌ناشي از آنتي بيوتيك بايد با احتياط فراوان‌مصرف شود.
عوارض جانبي واكنش‌هاي حساسيتي‌شامل كهير، تب درد مفاصل آنژيوادم وشوك آنافيلاكتيك در بيماراني كه دچارحساسيت مفرط مي‌شوند، با مصرف اين‌دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌پني‌سيلين G پتاسيم با داروهاي مهاركننده‌آنزيم مبدل آنژيوتانسين داروهاي مدرنگهدارنده پتاسيم و مكمل‌هاي حاوي پتاسيم‌ممكن است موجب افزايش غلظت خوني‌پتاسيم شود. مصرف همزمان مدرهاي‌نگهدارنده پتاسيم و مكملهاي پتاسيمي با پني‌سيلين G پتاسيم تزريقي سبب افزايش تجمع‌پتاسيم گرم مي‌شود. مصرف همزمان پني‌سيلين‌ها با متوتركسات منجر به كاهش‌كليرانس متوتركسات و در نتيجه مسموميت‌با اين دارو مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ قبل از مصرف اين‌دارو و ساير پني‌سيلين‌ها بايد سابقه‌آلرژي و حساسيت به پني‌سيلين‌ها،سفالوسپورين‌ها و اريترومايسين‌مشخص شود.
2 ـ دوره درمان با اين دارو، به‌ويژه دردرمان عفونتهاي استرپتوكوكي بايد كامل‌شود.
3 ـ مخلوط كردن پني سيلين‌ها باآمينوگليكوزيدها توصيه نمي‌شود.
4 ـ در صورت بروز اسهال بدون مشورت‌با پزشك از مصرف هر گونه داروي ضداسهال بايد خودداري كرد.
مقدار مصرف
بزرگسالان اين دارو به‌صورت تزريق‌عضلاني تزريق آهسته وريدي يا‌انفوزيون وريدي مصرف مي‌شود. مقدارمصرف آن 5,000,000u/day ـ1,000,000 هر 6 ـ 4 ساعت مي‌باشد.
كودكان در مننژيت باكتريايي در نوزادان باوزن تا 2 كيلوگرم 50000u/kg ـ 25000 هر12 ساعت در طول هفته اول زندگي و سپس50000u/kg هر 8 ساعت و در نوزادان باوزن 2 كيلوگرم و بيشتر 50000u/kg هر 8ساعت در طول هفته اول زندگي و سپس50000u/kg هر 6 ساعت

تزريق عضلاني ياوريدي مي‌شود. در سيفليس مادرزادي 50000u/kg هر 12 ساعت براي هفته اول‌زندگي و سپس 50000u/kg هر 8 ساعت‌براي 14 ـ 10 روز بعدي از راه عضلاني ياوريدي تزريق مي‌شود. در درمان سايرعفونتها در نوزادان 30000u/kg هر 12ساعت و در شيرخواران و كودكان16667u/kg ـ 8333 هر 4 ساعت تزريق‌عضلاني يا وريدي مي‌شود.

اشكال دارويي

For Injection:

(1,000,000units, 5,000,000units (aspotassium

For Injection :

(5,000,000units (as sodium

PENICILLIN G BENZATHINE

موارد مصرف اين دارو در درمان‌عفونتهاي باكتريايي حساس به
پني‌سيلين از جمله بيماري ياز، التهاب
حلق و سيفيليس و به‌عنوان پيشگيري
از ابتلا به تب روماتيسمي مصرف‌مي‌شود.
فارماكوكينتيك اين دارو به آهستگي درمحل تزريق (عضلاني آزاد و پس ازهيدروليز به پني‌سيلين G تبديل مي‌شود ودر نتيجه غلظت سرمي مطلوب اگرچه‌كمتر، اما به مدت طولاني‌تري نسبت به‌ساير پني‌سيلين‌هاي تزريقي ايجاد مي‌كند.اوج غلظت سرمي دارو پس از 24 ساعت‌ايجاد خواهد شد.
موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه آلرژيك به پني‌سيلين‌ها نبايدمصرف شود.
هشدارها: در بيماران مبتلابه عيب كار كليه‌و سابقه بيماريهاي گوارش بويژه كوليت‌ناشي از آنتي‌بيوتيك بايد بااحتياط فراوان‌مصرف شود.
عوارض جانبي واكنش‌هاي حساسيتي‌شامل كهير، تب درد مفاصل آنژيوادم وشوك آنافيلاكتيك در بيماراني كه دچارحساسيت مفرط مي‌شوند، با مصرف اين‌دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌پني‌سيلين‌ها با متوتركسات منجر به كاهش‌كليرانس متوتركسات و در نتيجه‌مسموميت با اين دارو مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو فقط
بايد از راه تزريق عميق عضلاني مصرف‌شود و نبايد از راه وريدي داخل شريان يا زيرجلدي يا نزديك عصب تزريق‌شود.
2 ـ تزريق پني‌سيلين G بنزاتين بايدبه‌صورت آهسته و پيوسته انجام شود تاسوزن مسدود نشود.
3 ـ مخلوط كردن پني سيلين‌ها وآمينوگليكوزيدها توصيه نمي‌شود.
4 ـ در صورت بروز اسهال بدون مشورت‌با پزشك از مصرف هر گونه داروي ضداسهال بايد خودداري كرد.
مقدار مصرف
بزرگسالان در درمان عفونتهاي‌باكتريايي 1،200،000 واحد در يك نوبت‌و در پيشگيري مداوم از ابتلا به عفونتهاي‌استرپتوكوكي در بيماران با سابقه‌روماتيسم قلبي مقدار 1،200،000 واحدهر 4 ـ 3 هفته به صورت عضلاني تزريق‌مي‌شود. در درمان سيفليس (اوليه ثانويه‌و تأخيري ، مقدار 2،400،000 واحد در يك‌نوبت و در سيفليس مرحله سوم ونوروسيفليس مقدار 2،400،000 واحدهفته‌اي يكبار به مدت 3 هفته تزريق‌عضلاني

مي‌شود.
كودكان در فارنژيت گروه A(استرپتوكوكي در شيرخواران و كودكان‌با وزن تا 27/3 كيلوگرم مقدار
000،600 ـ 000،300 واحد در يك نوبت ودر كودكان با وزن بيش از 27/3 كيلوگرممقدار 900000 واحد در يك نوبت تزريق‌عضلاني مي‌شود.
در پيشگيري از تب‌روماتيسمي 000،200،1 واحد هر 2 يا 3هفته و در درمان سيفليس اوليه و ثانويه000u/kg،50 به‌صورت مقدار واحد تزريق‌عضلاني مي‌شود.
اشكال دارويي
:For Injection
600,000units , 1,200,000units

PENICILLIN G

PROCAINE

موارد مصرف اين دارو در درمان‌عفونتهاي حساس به پني‌سيلين (به‌ويژه‌ديفتري و نوروسيفيليس مصرف‌مي‌شود.
فارماكوكينتيك اين دارو به آهستگي درمحل تزريق (عضلاني آزاد مي‌شود و طي4 ساعت حداكثر غلظت خوني بدست‌مي‌آيد و پس از 20 ـ 15 ساعت به آهستگي‌غلظت آن كاهش مي‌يابد.
موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه آلرژيك به پني‌سيلين‌ها نبايدمصرف شود.
هشدارها: در بيماران مبتلا به عيب كاركليه و سابقه بيماريهاي گوارشي بويژه‌كوليت ناشي از آنتي بيوتيك بايد با احتياطفراوان مصرف شود.
عوارض جانبي واكنش‌هاي حساسيتي‌شامل كهير، تب درد مفاصل آنژيوادم وشوك آنافيلاكتيك در بيماراني كه دچارحساسيت مفرط مي‌شوند، با مصرف اين‌دارو گزارش شده است
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو فقط بايد ازراه تزريق عميق عضلاني مصرف شده ونبايد از راه وريدي داخل شريان يا نزديك‌عصب تزريق شود.
2 ـ بعضي از بيماران ممكن است دچارعارضه سمي حاد ناشي از واكنش به‌پروكائين شوند، به‌ويژه هنگامي كه دارو رادر مقادير زياد در يك نوبت دريافت دارند.اين واكنشها كه معمولا گذرا هستند، باعلايمي نظير اضطراب اغتشاش شعور،آشفتگي افسردگي حملات تشنجي توهم‌و هذيان و ترس از مرگ زودرس مشخص‌مي‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان در درمان عفونتهاي‌باكتريايي 1،200،000 ـ 600،000 واحددر روز، در درمان ديفتري
600،000 ـ 300،000 واحد در روز همراه‌با آنتي‌توكسين ديفتري و در درمان‌نوروسيفليس 2،400،000 واحد در روزهمراه با 500 ميلي گرم پروبنسيد خوراكي4 بار در روز، به مدت 14 ـ 10 روز تزريق‌عضلاني مي‌شود.
كودكان در درمان سيفليس مادرزادي50،000u/kg/day براي 14 ـ 10 روز تزريق‌عضلاني مي‌شود.
اشكال دارويي
For Injection: 400,00 U (Penicillin GPotassium 100,000 U + (Penicillin GProcaine 300,000U

For Injection: 800,000U (Penicillin GPotassium 200,000u +
(Penicillim GProcaine 600,000U

PENICILLIN V POTASSIUM

موارد مصرف اين دارو در درمان التهاب‌عفوني لوزه‌ها، التهاب گوش مياني بادسرخ و براي پيشگيري از ابتلا به تب‌روماتيسمي مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك 73 ـ 60 درصد دارو از راه‌خوراكي جذب مي‌شود و پس از 1 ـ 0/5ساعت غلظت سرمي آن به اوج مي‌رسد.نيمه عمر دارو 1 ـ 0/5 ساعت است كه
در صورت عيب كار كليه تا 4 ساعت‌افزايش مي‌يابد. پيوند اين دارو به پروتئين 80% مي‌باشد. 40 ـ 20% دارو ازطريق ادرار به‌صورت تغيير نيافته دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه آلرژيك به پني‌سيلين‌ها نبايدمصرف شود.
هشدارها: در صورت وجود سابقه‌بيماري‌هاي گوارشي بويژه كوليت‌وابسته به آنتي بيوتيك و عيب كار كليه
اين دارو بايد با احتياط فراوان مصرف‌شود.
عوارض جانبي واكنش‌هاي حساسيتي‌شامل كهير، تب درد مفاصل آنژيوادم وشوك آنافيلاكتيك در بيماراني كه دچارحساسيت مفرط مي‌شوند، با مصرف اين‌دارو گزارش شده‌اند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان
اين دارو با داروهاي خوراكي‌جلوگيري‌كننده از بارداري حاوي‌استروژن ممكن است جذب اين داروها راكاهش دهد و منجربه بارداري ناخواسته‌شود. مصرف همزمان پني سيلين‌ها بامتوتركسات منجر به كاهش كليرانس‌متوتركسات و در نتيجه مسموميت با اين‌دارو مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ در بيماران مبتلا به‌عيب كار كليه به كاهش مقدار مصرف دارونيازي نيست مگر اينكه عيب كار كليه شديدباشد.
2 ـ در صورت بروز اسهال بدون مشورت‌با پزشك از مصرف هر گونه داروي ضداسهال بايد خودداري نمود.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار مصرف اين دارو
500 ـ 250 ميلي‌گرم هر 6 ساعت يكبار وحداقل 30 دقيقه قبل از غذا مي‌باشد.
كودكان در كودكان تا سن يك سالگي62/5 ميلي‌گرم در كودكان با سن 5 ـ 1سال 125 ميلي‌گرم و در كودكان با سن
12 ـ 6 سال 250 ميلي‌گرم هر 6 ساعت‌يكبار مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي

Film Coated Tablet: 500mg
For Oral Solution: 125mg / 5ml, 250mg /5ml

PIPERACILLIN

موارد مصرف اين دارو در درمان‌عفونتهاي ناشي از پسودوموناس‌آئروژينوزا مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك غلظت سرمي دارو
0/5 ساعت پس از تزريق عضلاني به
اوج خود مي‌رسد. نيمه عمر دارو 1/2 ـ 0/6ساعت است كه در صورت عيب كار كليه
تا 3 ساعت نيز ممكن است افزايش
يابد. 80 ـ 60 درصد دارو به‌صورت‌تغييرنيافته از طريق ادرار دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه آلرژي به پني‌سيلين‌ها نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: در بيماران بيماران مبتلا
به عيب كار كليه فيبروز سيستيك و
سابقه بيماري‌هاي گوارشي بويژه كوليت‌پسودوممبران ناشي از آنتي بيوتيك بايد بااحتياط فراوان مصرف شود.
عوارض جانبي واكنش‌هاي حساسيتي‌شامل كهير، تب درد مفاصل آنژيوادم وشوك آنافيلاكتيك در بيماراني كه دچارحساسيت مفرط مي‌شوند، با مصرف اين‌دارو گزارش شده است همچنين بامصرف اين دارو كاهش پتاسيم خون وتغيير در عملكرد پلاكت‌ها ممكن است بروزكند.
تداخل‌هاي دارويي در صورت مصرف‌همزمان مقادير زياد اين دارو با داروهاي ضد انعقاد كومارييني يااينداديوني هپارين و داروهاي
ضد التهاب غيراستروئيدي احتمال بروزخونريزي ممكن است افزايش يابد.
مصرف‌همزمان اين دارو با داروهاي ترومبوليتيك‌توصيه نمي‌شود، زيرا احتمال بروزخونريزي شديد ممكن است افزايش يابد.مصرف همزمان پني سيلين‌ها بامتوتركسات منجر به كاهش كليرانس‌متوتركسات و در نتيجه مسموميت با اين‌دارو مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ در تزريق عضلاني‌پيپراسيلين نبايد بيش از 2 گرم از دارو دريك محل تزريق شود.
2 ـ بيماران مبتلا به عيب كار كليه ممكن‌است به كاهش مقدار مصرف نياز داشته‌باشند.
3 ـ در صورت بروز اسهال بدون مشورت‌با پزشك از مصرف هر گونه داروي ضداسهال بايد خودداري نمود.
4 ـ مخلوط كردن پني سيلين‌ها وآمينوگليكوزيدها توصيه نمي‌شود.
مقدار مصرف

بزرگسالان به عنوان ضد باكتري 4 ـ 3گرم از دارو هر 6 ـ 4 ساعت از راه عضلانيا وريدي تزريق مي‌شود. در درمان‌منتژيت باكتريايي 4 گرم هر 4 ساعت ازراه وريدي و در درمان عفونت مجاري‌ادراري 4 ـ 3 گرم هر 8 ـ 6 ساعت از راه‌وريدي تزريق مي‌شود.
كودكان در درمان منتژيت باكتريايي درنوزادان با وزن تا 2 كيلوگرم 50mg/kg هر12 ساعت در هفته اول زندگي و سپس50mg/kg هر 8 ساعت و در نوزادان با وزن2 كيلوگرم و بيشتر، 50mg/kg هر 8 ساعت‌در طول هفته اول زندگي و سپس 50mg/kgهر 6 ساعت تزريق عضلاني يا وريدي‌مي‌گردد.
اشكال دارويي
(For Injection : 1g, 2g (as Sodium

SPECTINOMYCIN

موارد مصرف اين دارو در درمان سوزاك‌ناشي از گونوكوكسي مقاوم به پني‌سيلين‌يا درمان سوزاك در بيماران حساس به‌پني‌سيلين‌ها مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين آنتي‌بيوتيك برعليه‌ارگانيسم‌هاي گرم منفي از جمله‌نيسرياگونوره مؤثر است اسپكتينومايسين بيوسنتز پروتئين را درباكتري مهار مي‌كند.
فارماكوكينتيك جذب اين دارو پس
از تزريق عضلاني سريع است و اوج
غلظت سرمي آن 2 ـ 1 ساعت پس از
تزريق 4 ـ 2 گرم از دارو حاصل
مي‌شود. نيمه عمر اسپكتينومايسين
3 ـ 1 ساعت است كه در صورت عيب كاركليه ممكن است تا 30 ـ 10 ساعت
افزايش يابد. دفع اين دارو عمدت? كليوي‌است
عوارض جانبي تهوع سرگيجه كهير و تب‌با مصرف اين دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي احتمال بروزمسموميت با ليتيم در صورت مصرف‌همزمان دو دارو افزايش مي‌يابد.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار مصرف‌اسپكتينومايسين از راه تزريق عضلاني 2گرم به‌صورت مقدار مصرف واحدمي‌باشد كه اين مقدار در مواردي كه‌بيماري به سختي به درمان پاسخ مي‌دهد ونيز در مناطقي كه مقاومت باكتري شايع‌است تا 4 گرم افزايش مي‌يابد.
كودكان مقدار مصرف دارو در كودكان باسن بيش از دو سال در صورتي كه درمان‌با داروي ديگري امكان نداشته باشد،40mg/kg است
اشكال دارويي
(For Injection: 2g (as 2HCl

SPIRAMYCIN

موارد مصرف اسپیرامایسین با اثرات‌مشابه اریترومایسین در درمان‌عفونت‌هاي حساس به دارو مصرف‌مي‌شود. این دارو در درمان عفونت‌هاي‌تك ياخته‌اي ناشي از كريپتوسپوريديوم وتوكسوپلاسما نيز مؤثر است
فارماكوكينتيك جذب اين دارو از راه‌خوراكي ناقص است ولي در حضور غذاتغيير نمي‌كند. پس از جذب به‌طور گسترده‌در بافتهاي بدن منتشر مي‌شود. نيمه عمردارو 8 ـ 5/5 ساعت است اسپیرامایسین‌در كبد متابوليزه و به متابوليت‌هاي فعال‌تبديل مي‌شود. دفع دارو عمدت? از طريق‌صفرا است
موارد منع مصرف در درمان مننژيت نبايدمصرف شود.
هشدارها: احتمال بروز عفونت ثانويه‌ناشي از رشد ميكروارگانيسم‌هاي‌غيرحساس با مصرف طولاني مدت داروجود دارد.
عوارض جانبي بروز اختلالات گوارشي وواكنش‌هاي پوستي ناشي از حساسيت‌مفرط به دارو گزارش شده‌اند.
نكات قابل توصيه 1 ـ بهتر است دارو بامعده خالي مصرف شود.
2 ـ دوره درمان با دارو بايد كامل
شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان به عنوان ضد باكتري مقدار
2 ـ 1 گرم دو بار در روز مصرف مي‌شودكه در عفونتهاي شديد اين مقدار به
2/5 ـ 2 گرم دو بار در روز افزايش
مي‌يابد.
كودكان به عنوان ضد باكتري مقدارمصرف دارو در كودكان با وزن 20كيلوگرم و بيشتر 25mg/kg دو بار در روزمي‌باشد.
اشكال دارويي
Scored Tablet: 500mg

SULFADIAZINE

موارد مصرف سولفاديازين يك‌آنتي‌بيوتيك از دسته سولفوناميدها
است سولفوناميدها در درمان شانكروئيد،عفونت‌هاي كلاميديايي كونژوكتيويت مالاريا، نوكارديازيس اوتيت گوش مياني توكسوپلاسموز، تراخم عفونت‌هاي‌دستگاه ادراري لنفوگرانولوما ونروم پاراكوكسيديوميكوز و پيشگيري مننژيت‌و تب رماتيسمي مصرف مي‌شوند.
مكانيسم اثر: سولفوناميدها بدليل
شباهت ساختماني با پارآمينوبنزوئيك‌اسيد (PABA) به‌صورت رقابتي آنزيم‌دي‌هيدروپتروات سنتتاز باكتري را
كه مسئول تبديل كردن PABA به اسيددي‌هيدروفوليك است مهار مي‌كنند.
اين امر در نهايت منجر به وقفه
در ساخت پورين‌ها، تيميدين و DNAمي‌گردد.
فارماكوكينتيك همه سولفوناميدها جذب‌خوراكي خوبي (بيشتر از 70%) دارند.متابوليسم آنها كبدي است نيمه عمرسولفاديازين تقريب? 10 ساعت است كه درصورت وجود عيب كار كليه به حدود 34ساعت افزايش مي‌يابد. دفع دارو عمدت?كليوي است غلظت سرمي دارو پس از 6 ـ 3ساعت به حداكثر مي‌رسد.
موارد منع مصرف در صورت وجودحساسيت به سولفوناميدها، فوروسمايد،مدرهاي تيازيدي سولفونيل‌ها اوره‌ها يامهاركننده‌هاي كربنيك انيدراز نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ بدليل حلاليت كم دارو در آب‌و احتمال بروز كريستال در ادرار، مصرف‌سولفاديازين براي درمان عفونت‌هاي‌ادراري توصيه نمي‌شود.
2 ـ بين سولفوناميدها حساسيت متقاطع‌وجود دارد و چنانچه بيماري به يك سولفوناميد حساسيت آلرژيك نشان دهد،ممكن است به ساير سولفوناميدها نيزحساس باشد.
3 ـ در موارد زير بايد با احتياط فراوان‌مصرف شود: ديسكرازي خوني يا كم‌خوني مگالوبلاستيك ناشي از كمبودفولات كمبود G6PD، عيب كار كبد و كليه وپورفيري
عوارض جانبي واكنش‌هاي حساسيتي‌جلدي و حساسيت به نور از عوارض شايع‌سولفاديازين هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌سولفاديازين با داروهاي ضد انعقادكومارييني ضد صرع هيدانتوئيني داروهاي خوراكي ضد ديابت داروهاي‌هموليتيك داروهاي سمي براي كبد ومتوتركسات ممكن است سبب تشديد اثرات‌اين داروها شود.

نكات قابل توصيه 1 ـ هنگام مصرف اين‌دارو بايد به مقدار كافي مايعات مصرف‌نمود تا ميزان دفع ادرار در روز براي
يك فرد بزرگسال حداقل 1200 ميلي ليترباشد.
2 ـ بيماران با عيب كار كليه ممكن
است به كاهش مقدار مصرف نياز داشته‌باشند.
3 ـ سولفوناميدها نبايد در نوزادان با سن‌كمتر از 2 ماه مصرف شود.
4 ـ دوره درمان با اين داروها بايد كامل‌شود.
5 ـ مراجعه منظم به پزشك به منظوربررسي و انجام آزمون شمارش تام خون‌ضروري است
6 ـ در صورت بروز سرگيجه بايد احتياطشود.
7 ـ احتمال بروز واكنش‌هاي حساسيت به‌نور با اين داروها وجود دارد.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان داروي ضد باكتري‌يا ضد انگل مقدار شروع 4 ـ 2 گرم است كه‌سپس مقدار يك گرم هر 6 ـ 4 ساعت‌مصرف مي‌شود. براي پيشگيري ازمننژيت يك گرم هر 12 ساعت به مدت دوروز مصرف مي‌شود. براي پيشگيري ازتب رماتيسمي يك گرم يكبار در روزمصرف مي‌شود. در درمان‌توكسوپلاسموزيز در بيماران مبتلا به
ايدز 2 ـ 1 گرم هر 6 ساعت همراه
با 100mg/day ـ 50 پريمتامين و25mg/day ـ 10 لوكوورين مصرف‌مي‌شود. در درمان توكسوپلاسموز درخانم‌هاي باردار يك گرم سولفاديازين هر6 ساعت همراه با 25 mg/day پيريمتامين‌بعد از هفته شانزدهم بارداري مصرف‌مي‌شود. همراه با اين رژيم درماني
15 mg/day ـ 5 لوكورين مصرف مي‌شود.
كودكان : در كودكان با سن بيش از 2 ماه به‌عنوان داروي ضد باكتري يا ضد انگل‌ابتدا 75 mg/kg مصرف مي‌شود و سپس37/5mg/kg هر 6 ساعت يا 25 mg/kg
هر 4 ساعت مصرف مي‌شود. در درمان‌توكسوپلاسموز 50mg/kg سولفاديازين‌همراه با 2 mg/kg/day پيريمتامين به مدت 2روز مصرف مي‌شود. سپس مقدارپيريمتامين به 1 mg/kg/day به مدت 6 ـ 2ماه و سپس 1 mg/kg/day سه بار در هفته‌كاهش مي‌يابد. همراه با اين رژيم درماني5 mg/day لوكوورين 3 بار در هفته مصرف‌مي‌شود. اين دارو بايد به مدت 12 ماه‌مصرف شود. حداكثر مقدار مصرف‌روزانه در كودكان نبايد بيشتر از 6 گرم‌باشد.
اشكال دارويي
Tablet: 500 mg

TETRACYCLINES

DOXYCYCLINE
TETRACYCLINE

تتراسيكلين‌ها آنتي‌بيوتيك‌هاي‌باكتريواستاتيك با طيف اثر گسترده‌هستند كه امروزه به دليل افزايش مقاومت‌ميكروبي مصرف آنها كاهش يافته است
با اين وجود، اين داروها همچنان درمان‌انتخابي عفونتهاي ناشي از كلاميديا (عامل‌بيماريهاي تراخم پسيتاكوز، سالپنژيت اورتريت و لنفوگرانولوماونروم ، ريكتزيا(عامل تب Q)، ميكوپلاسما (عامل‌عفونتهاي مجاري تنفسي و تناسلي ،بروسلا و بورليابور گدورفري اسپيروكت عامل بيماري Lyme) مي‌باشند.تتراسيكلين‌ها به دليل اثر برهموفيلوس‌آنفلوانزا در برونشيت مزمن و همچنين دردرمان آكنه و بيماري دهان و دندان نيزمصرف مي‌شوند.
از نظر طيف اثر تفاوت زيادي بين‌تتراسيكلين‌هاي موجود در بازار دارويي‌نيست تتراسيكلين‌ها در استخوان و دندان‌در حال رشد رسوب مي‌كنند (به كلسيم‌پيوند مي‌يابند) و موجب رنگي شدن دندانهاو گاه هيپوپلازي لثه مي‌شوند. به همين‌دليل مصرف تتراسيكلين‌ها در كودكان باسن كمتر از 12 سال و زنان باردار ممنوع‌است به استثناي دوكسي سيكلين سايرتتراسيكلين‌هاي موجود در بازار دارويي‌ايران ممكن است موجب بدتر شدن عيب‌كار كليه در بيماران مبتلا به اين عارضه‌گردند و بهمين دليل مصرف اين داروها دربيماران مبتلا به بيماري كليوي ممنوع‌است جذب خوراكي تتراسيكلين‌ها درصورت مصرف همزمان با شير (به‌جزدوكسي‌سيكلين ، آنتي‌اسيدها و املاح‌كلسيم منيزيم و آهن كاهش مي‌يابد.مكانيسم اثر تتراسيكلين‌ها جلوگيري ازساخت پروتئين از طريق ممانعت از پيوندtRNA به كمپلكس mRNA ـ ريبوزوم است

DOXYCYCLINE

موارد مصرف اين دارو در درمان‌برونشيت مزمن عفونتهاي ناشي ازبروسلا، كلاميديا، ميكوپلاسما و ريكتزيا ونيز در درمان آكنه ولگاريس وافوزيون‌پلورال ناشي از سيروز يا بيماريهاي‌بدخيم مصرف مي‌شود. دوكسي سيكلين‌در درمان التهاب مزمن پروستات وسينوس نيز به‌كار مي‌رود.
فارماكوكينتيك 100 ـ 90 درصد دارو از راه‌خوراكي جذب مي‌شود و غذا بر جذب داروتاثيري ندارد. غلظت سرمي دارو 4 ـ 2ساعت پس از مصرف به اوج خود مي‌رسد.پس از جذب دارو در اغلب بافتها و مايعات‌بدن منتشر مي‌شد. نيمه عمر دارو 22 ـ 12ساعت است و در صورت عيب كار كليه‌تغيير چنداني نخواهد كرد. دفع دارو عمدت?كليوي است اما از راه صفرا نيز دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در كودكان باسن كمتر از 12 سال و ابتلاي بيمار به‌لوپوس اريتماتوز نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو بندرت ممكن است‌موجب بروز حساسيت به نور شود.
2 ـ دوكسي سيكلين در بيماران مبتلا به‌عيب كار كليه بايد با احتياط فراوان‌مصرف شود.
عوارض جانبي تهوع استفراغ اسهال عفونت ثانويه ناشي ازميكروارگانيسم‌هاي مقاوم و بندرت‌واكنش‌هاي آلرژيك با مصرف اين داروگزارش شده است سردرد و اختلالات‌بينايي ممكن است نشانه افزايش فشارداخل جمجمه باشند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با آنتي‌اسيدها جذب آن را كاهش‌مي‌دهد. جذب خوراكي املاح آهن وتتراسيكلين‌ها در صورت مصرف همزمان‌دو دارو كاهش مي‌يابد. سوكرالفات جذب‌خوراكي تتراسيكلين‌ها را كاهش مي‌دهد.تتراسيكلين‌ها در صورت مصرف همزمان‌با داروهاي خوراكي جلوگيري كننده ازبارداري اثر اين داروها را ممكن است‌كاهش دهند. متابوليسم دوكسي سيكلين‌در صورت مصرف همزمان با داروهاي‌ضد صرع (كاربامازپين فنوباربيتال فني‌توئين و پيريميدون ممكن است‌افزايش و در نتيجه غلظت سرمي اين داروكاهش يابد.
نكات قابل توصيه 1 - در صورت ناراحتي‌گوارشي دوكسي سيكلين را مي‌توان باغذا يا شير مصرف كرد.
2 ـ بيمار نبايد به مدت طولاني در معرض‌نور آفتاب يا لامپهاي داراي اشعه ماوراءبنفش قرار گيرد.

3 ـ كپسول دوكسي سيكلين را بايد به‌طوركامل با مقدار زيادي آب همراه با غذا درحال نشسته يا ايستاده بلعيد و به مدت‌حداقل 30 دقيقه پس از مصرف از درازكشيدن خودداري نمود.
4 ـ از مصرف همزمان داروي آنتي اسيد،مكمل‌هاي حاوي كلسيم و آهن ملين‌هاي‌حاوي منيزيم و سديم بي‌كربنات طي 3 ـ 1ساعت پس از مصرف تتراسيكلين‌ها بايدخودداري نمود.
5 ـ در صورت بروز سرگيجه يا منگي بايداحتياط نمود.
مقدار مصرف
بزرگسالان در روز اول درمان 200ميلي‌گرم هر 12 ساعت و سپس روزانه100 ميلي‌گرم مصرف مي‌شود. در درمان‌آكنه روزانه 50 ميلي‌گرم به مدت 12 ـ 6روز يا بيشتر مصرف مي‌شود.
كودكان در كودكان با وزن 45 كيلوگرم وكمتر، روز اول 2/2mg/kg هر 12 ساعت وسپس 4/4mg/kg ـ 2/2 يكبار در روزمصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
(Film Coated Tablet: 100mg (as Hyclate

TETRACYCLINE HCI

موارد مصرف اين دارو در درمان تشديدبرونشيت مزمن عفونتهاي ناشي ازبروسلا، كلاميديا، ميكوپلاسما و ريكتزيا ونيز در درمان آكنه ولگاريس و افوزيون‌پلورال ناشي از سيروز يا بيماريهاي‌بدخيم مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك 75 درصد دارو از راه‌خوراكي جذب مي‌شود كه اين مقدار درحضور غذا كاهش مي‌يابد. غلظت سرمي‌دارو 3 ـ 2 روز پس از مصرف به حددرماني مي‌رسد. پس از جذب بخوبي دراغلب بافتها و مايعات بدن منتشر مي‌شود.دفع دارو عمدت? كليوي است اما از راه‌صفرا نيز دفع مي‌شود. نيمه عمر دارو
11 ـ 6 ساعت است كه در بيماران آنوريك‌ممكن است تا 100 ساعت نيز افزايش
يابد.
موارد منع مصرف دارو در صورت وجودعيب كار كليه و در كودكان با سن كمتر از12 سال نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو بندرت ممكن است‌موجب بروز حساسيت به نور شود.
2 ـ مصرف تتراسيكلين موضعي ممكن‌است باعث حساس شدن پوست و بروزحساسيت به دارو در صورت مصرف‌موضعي يا سيستميك آن در دفعات بعدي‌شود.
عوارض جانبي تهوع استفراغ اسهال عفونت ثانويه ناشي ازميكروارگانيسم‌هاي مقاوم و بندرت‌واكنش‌هاي آلرژيك با مصرف اين داروگزارش شده است سردرد و اختلالات‌بينايي ممكن است نشانه افزايش فشارداخل جمجمه باشند. همچنين درد، قرمزي تورم يا ساير علايم تحريك با مصرف‌موضعي اين دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با آنتي‌اسيدها جذب آن را كاهش‌مي‌دهد. جذب خوراكي املاح آهن وتتراسيكلين‌ها در صورت مصرف همزمان‌دو دارو كاهش مي‌يابد. سوكرالفات جذب‌خوراكي تتراسيكلين‌ها را كاهش مي‌دهد.تتراسيكلين‌ها در صورت مصرف همزمان‌با داروهاي خوراكي جلوگيري كننده ازبارداري اثر اين داروها را ممكن است‌كاهش دهند.
نكات قابل توصيه 1 ـ دوره درمان تراخم بااين دارو ممكن است چند ماه طول بكشد.مصرف همزمان تتراسيكلين خوراكي درصورت شديد بودن عفونت ممكن است‌ضروري باشد.
2 ـ از مصرف همزمان داروهاي آنتي اسيد،مكمل‌هاي حاوي كلسيم و آهن

ملين‌هاي‌حاوي منيزيم و سديم بي‌كربنات شير ولبنيات طي 3 ـ 1 ساعت پس از مصرف اين‌دارو بايد خودداري شود.
3 ـ بيمار نبايد به مدت طولاني در معرض‌نور آفتاب يا لامپهاي داراي اشعه ماوراءبنفش قرار گيرد.
4 ـ دوره درمان با اين دارو بايد كامل
شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار مصرف اين دارو از راه‌خوراكي 500 ـ 250 ميلي‌گرم هر 6 ساعت‌مي‌باشد. در درمان آكنه اين دارو به مقدار250 ميلي‌گرم 3 بار در روز به مدت 4 ـ 1هفته مصرف مي‌شود و سپس اين مقدار به2 بار در روز كاهش و تا بهبودي ادامه‌مي‌يابد. در صورتي كه پاسخ درماني لازم‌ديده نشود، افزايش مقدار مصرف ممكن‌است ضروري باشد. تتراسيكلين به مقدار500 ميلي‌گرم 4 بار در روز براي 15 روزدر درمان مراحل اوليه سيفيليس مصرف‌مي‌شود. مقدار مصرف تتراسيكلين دردرمان اورتريت غيرگونوكوكي 500ميلي‌گرم 4 بار در روز براي 21 ـ 7 روزمي‌باشد. به‌صورت موضعي يك يا دو باردر روز استفاده مي‌شود.
كودكان به صورت موضعي يك يا دو باردر روز بر روي موضع ماليده مي‌شود. به‌عنوان ضد باكتري در كودكان با سن 8سال و بيشتر، مقدار 12/5mg/kg ـ 6/15 هر6 ساعت مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Capsule: 250mg
Topical Ointment: 3%

VANCOMYCIN

موارد مصرف وانكومايسين در مواردمحدودي از جمله در پيشگيري و درمان‌آندوكارديت و ساير عفونتهاي جدي ناشي‌از كوكسي‌هاي گرم مثبت (مانندا‌ستافيلوكوك مقاوم به پني‌سيلين‌ها)مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: وانكومايسين عليه‌باكتري‌هاي گرم مثبت هوازي و بي‌هوازي‌مؤثر است اين آنتي‌بيوتيك با اثر بر روي‌ساخت ديواره سلولي بر روي اغلب‌باكتري‌ها اثر باكتريسيد دارد.
فارماكوكينتيك وانكومايسين پس ازانفوزيون بطور گسترده در بافتها ومايعات بدن منتشر مي‌شود. از آنجا كه اثردارو نسبت؟ طولاني مدت است مي‌توان آن‌را هر 12 ساعت مصرف نمود. نيمه عمردارو در بزرگسالان 4-11 ساعت است كه‌در صورت عيب كار كليه ممكن است به6-10 روز برسد. دفع اين دارو عمدت?كليوي است
موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه اختلالات شنوايي از مصرف اين‌دارو بايد خودداري گردد.
هشدارها: 1 ـ انفوزيون سريع اين داروها باخطر واكنشهاي آنافيلاكتيك همراه است وبايد از آن اجتناب كرد.
2 ـ محل تزريق دارو در هر بار انفوزيون‌بايد تغيير داده شود.
3 ـ مصرف اين دارو در بيماران مبتلا به‌نارسايي كليه و در سالخوردگان بايد بااحتياط فراوان صورت گيرد.
4 ـ آزمونهاي شمارش سلولهاي خون آناليز ادرار و سنجش كار كليه در طول‌درمان با اين دارو ضروري است آزمون‌سنجش شنوايي در طول مصرف اين دارودر بيماران سالخورده يا مبتلا به عيب كاركليه بايد انجام شود.
عوارض جانبي مسموميت كليوي شامل‌نارسايي كليه و نفريت بين سلولي مسموميت گوشي اختلال‌هاي خوني‌شامل كاهش نوتروفيل‌هاي خون و بندرت‌آگرانولوسيتوز، كاهش پلاكتهاي خوني تهوع لرز، تب ائوزينوفيلي آنافيلاكسي بثورات جلدي التهاب وريد، افت شديدفشار خون خس‌خس كردن اختلال درتنفس كهير، خارش برافروختگي بالاتنه درد و اسپاسم عضلات پشت و سينه بامصرف اين دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌وانكومايسين با آمينوگليكوزيدها ياكاپرئومايسين احتمال بروز مسموميت‌گوشي و كليوي را افزايش مي‌دهد. همچنين‌احتمال بروز مسموميت گوشي در صورت‌مصرف همزمان اين دارو با داروهاي مدرگروه لوپ افزايش مي‌يابد.
مقدار مصرف

بزرگسالان وانکومایسین از راه انفوزیون‌آهسته وریدي به مقدار 500 ميلي‌گرم طي‌حداقل 60 دقيقه هر 6 ساعت يا 1 گرم‌حداقل طي 100 دقيقه هر 12 ساعت‌مصرف مي‌شود. براي پيشگيري ازآندوکارديت در بيماراني که نسبت به‌پني‌سيلين حساسيت دارند يا اينکه در ماه‌گذشته بيش از يك بار پني‌سيلين دريافت‌داشته‌اند، وانکومايسين به مقدار 1 گرم طي‌حداقل 100 دقيقه بصورت انفوزيون‌آهسته وريدي تزريق مي‌شود.
کودکان اين دارو از راه انفوزيون آهسته‌وريدي در نوزادان تا سن يك هفته ابتدا15 mg/kg و بعد 10 mg/kg هر 12 ساعت ودر نوزادان با سن 1-4 هفته ابتدا 15 mg/kgو سپس 10 mg/kg هر 8 ساعت و درکودکان يك ماهه و بزرگتر 10 mg/kg هر 6ساعت مصرف مي‌شود. مقدار مصرف اين‌دارو براي پيشگيري از آندوکارديت درکودکان با سن کمتر از 10 سال 20 mg/kgاست که همراه با 2 mg/kg جنتامايسين‌مصرف مي‌شود.
اشکال دارويي
For Injection: 500 mg

ZIDOVUDINE

موارد مصرف زيدوودين در درمان عفونت‌ناشي از ويروس HIV، مانند سندرم نقص‌اكتسابي سيستم ايمني (AIDS) و پيشگيري‌از انتقال نارسايي ايمني بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: زيدوودين با مهار آنزيم‌كريپتاز معكوس ويروسي تكثير ويروس‌را مهار مي‌كند.
فارماكوكينتيك جذب دارو از مجراي‌گوارش سريع و تقريب? كامل است هر چندبه علت متابوليسم عبور اول در كبد، فراهم‌زيستي دارو حدود 65 درصد مي‌باشد.مصرف غذاي چرب باعث كاهش ميزان وسرعت جذب دارو مي‌شود. دارو از سدخوني ـ مغزي عبور مي‌كند. اين دارو ازجفت عبور مي‌كند. متابوليسم دارو كبدي‌است نيمه عمر آن 1 ساعت و دفع آن‌كليوي است غلظت دارو 1/5 ـ 0/5 ساعت‌پس از مصرف به حداكثر مي‌رسد.
هشدارها: 1 ـ در بيماران مبتلا به كاهش‌فعاليت مغز استخوان كبود اسيد فوليك ياويتامين B12 و عيب كار كبد، بايد با احتياطفراوان مصرف شود.
2 ـ اين دارو سبب درمان عفونت HIVنمي‌شود و بيمار بايد در مقابل عفونت‌هاي‌فرصت‌طلب توسط داروهاي ضدعفونت‌درمان شود.
3 ـ بيماران مبتلا به كم‌خوني ياگرانولوسيتوپني قابل توجه ممكن است‌نياز به كاهش مقدار مصرف دارو داشته‌باشند تا مغز استخوان بحال عادي‌برگردد.
4 ـ در بيماراني كه 6 ماه يا بيشتر دارومصرف كرده‌اند، HIV مقاوم به دارومشاهده شده است
5 ـ دارو باعث كاهش خطر انتقال HIVناشي از تماس جنسي يا آلودگي خون‌نمي‌شود، اما در پيشگيري از انتقال آن ازمادر به جنين مؤثر است
6 ـ با پيشرفت بيماري و مقادير مصرف‌بالاي دارو، عوارض خوني بيشتر است به‌همين دليل شمارش سلولهاي خون وبررسي كار كبد در طول درمان لازم است
7 ـ گرانولوسيتوپني و كم‌خوني با تعدادلنفوسيت‌هاي CD4، غلظت هموگلوبين وتعداد گرانولوسيت‌ها در شروع درمان‌نسبت معكوس داشته و بطور مستقيم‌بسته به مقدار مصرف و دوره درمان‌است كم‌خوني قابل توجه عموم? 4-6 هفته‌بعد از درمان ديده مي‌شود.
8 ـ كم‌خوني بيمار با قطع يا كاهش مقدارمصرف دارو معمولا بهبود مي‌يابد، هر چندبا مقدار مصرف كمتر ممكن است نياز به‌انتقال خون و يا مصرف اريتروپويتين‌باشد. در بيمار مبتلا به گرانولوسيتوپني‌ممكن است نياز

به وقفه درمان یا درمان با GM-CSFباشد.
عوارض جانبي كم‌خوني كاهش گلبولهاي‌سفيد يا نوتروفيل‌ها، تغيير در تعدادپلاكت‌ها، سردرد شديد، بي‌خوابي دردعضلاني و تهوع از عوارض جانبي مهم ونسبت؟ شايع دارو مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌زيدوودين با داروهاي كاهنده فعاليت مغزاستخوان ممكن است سبب تشديد اثرات‌اين داروها شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو بيش ازمقدار تجويز شده نبايد مصرف شود.
2 ـ دوره درمان بايد كامل گردد.
3 ـ مراجعه منظم به پزشك به منظور انجام‌آزمون‌هاي خون ضروري است
4 ـ از مصرف همزمان ساير داروها بدون‌مشورت با پزشك بايد خودداري گردد.
مقدار مصرف
بزرگسالان بصورت تك درماني درعفونت HIV به ميزان 100 ميلي گرم هر 4ساعت (600mg/day) مصرف مي‌شود ودر عفونت بدون علائم 100 HIV ميلي‌گرم‌هر 4 ساعت در زمان بيداري (500mg/day)مصرف مي‌شود. زيدوودين همچنين درمقادير 200 ميلي‌گرم هر 8 ساعت بكارمي‌رود. در پيشگيري از HIVمنتقل شده ازمادر به جنين مقدار 100 ميلي‌گرم پنج باردر روز بعد از هفته 14 آبستني شروع و تازمان زايمان ادامه مي‌يابد.
كودكان در عفونت HIV در كودكان 3 ماهه‌تا 12 ساله 90 - 180mg/m2 هر 6 ساعت‌مصرف مي‌شود. مقدار مصرف نبايد از200 ميلي‌گرم هر 6 ساعت بيشتر شود. دركودكان مبتلا به گرانولوسيتوپني ممكن‌است نياز به كاهش مقدار مصرف تا
120 mg/m2 هر 6 ساعت باشد. درپيشگيري از انتقال عفونت HIV مادر به‌نوزاد، مقدار مصرف نوزادان 2 mg/kg هر6 ساعت است كه طي 12 ساعت بعد از تولدشروع و تا 6 هفتگي ادامه مي‌يابد. مقدارمصرف در كودكان 13 سال و بزرگتر،مانند بزرگسالان است
اشكال دارويي
Capsule: 100 mg, 250 mg
Syrup: 50 mg/5ml

ASPARAGINASE

موارد مصرف آسپاراژيناز در درمان‌لوسمي حاد لنفوسيتيك بكار مي‌رود.همچنين در درمان لوسمي حاد ميلوسيتيك‌و ميلومنوسيتيك لنفوماهاي هوچكيني وغيرهوچكيني و ملانوساركوما مصرف‌شده است
مكانيسم اثر: آسپاراژيناز آنزيمي است كه‌باعث تجزيه آسپاراژين به اسيد آسپارتيك‌و آمونياك مي‌شود. بعضي از سلولهاي‌بدخيم برخلاف سلولهاي سالم بدن قادر به‌سنتز آسپاراژين نيستند. آسپاراژيناز درسنتز پروتئين RNA,و DNA مداخله‌مي‌كند.
فارماكوكينتيك به ميزان خيلي كم از سدخوني ـ مغزي عبور مي‌كند. توسط سيستم‌رتيكولواندوتليال متابوليزه مي‌شود. نيمه‌عمر تزريق عضلاني 39-49 ساعت وتزريق وريدي 8-30 ساعت مي‌باشد.23-33 روز بعد از قطع درمان دارودوباره در خون ظاهر مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت وجود ياسابقه پانكراتيت نبايد مصرف شود.
هشدارها: در صورت بروز پانكراتيت درمان با دارو بايد براي هميشه قطع شود.
عوارض جانبي واكنش‌هاي حساسيتي وآنافيلاكسي كاهش فاكتورهاي انعقادي‌پلاسما، سميت كبدي (ازجمله تغييرات‌چربي ، التهاب لوزالمعده تهوع استفراغ ودپرسيون CNS از عوارض جانبي مهم ونسبت? شايع دارو هستند.
تداخل‌هاي داروئي دارو با وينكريستين گلوكو كورتيكوئيدها يا كورتيكوتروپين آلوپورينول كلشي‌سين متوتركسات انسولين يا داروهاي خوراكي كاهش‌دهنده‌قند خون تداخل دارد.
نكات قابل توصيه با توجه به واكنش‌حساسيت مفرط بدارو، قبل از اولين تجويزو مواقعي كه يك هفته يا بيشتر بين دوتزريق فاصله باشد،انجام آزمون داخل‌جلدي توصيه مي‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان در لوسمي حاد لنفوسيتيك‌مقدار 200 IU/kg/day بصورت وريدي‌بمدت 28 روز مصرف مي‌شود.
كودكان 6000 IU/m2/day بصورت‌عضلاني در روزهاي 4، 7، 10، 13، 16، 19،22، 25، 28 درمان همراه با وينكريستين وپردنيزون بكار مي‌رود و يا 1000IU/kg/day بصورت وريدي بمدت 10 روز دربيست و دومين روز درمان همراه باوينكريستين و پردنيزون بكار مي‌رود.
اشكال دارويي
Injection: 10,000 IU

BLEOMYCIN

موارد مصرف بلئومايسين در درمان‌سرطان سلولهاي سنگفرشي سر و گردن گلو، سرويكس پوست كليه مهبل و بيضه‌بكار برده مي‌شود. اين دارو همچنين ممكن‌است در افوزيونهاي بدخيم پريتونال وپلورال و در درمان لنفوم هوچكيني وغيرهوچكيني موثر باشد.
مكانيسم اثر: بلئومايسين يك آنتي‌بيوتيك‌است كه اثر خود را هم بر روي سلولهاي‌قابل تقسيم و هم سلولهايي كه در حال رشدنيستند مي‌گذارد. مكانيسم احتمالي آن‌تداخل در فاز G2 تقسيم سلولي وجلوگيري از رشد سلول سرطاني است
فارماكوكينتيك بعد از تزريق عضلاني وداخل صفاقي بخوبي جذب مي‌گردد. محل‌متابوليسم آن كاملا مشخص نيست ولي‌بنظر مي‌رسد كه در كبد و كليه صورت‌مي‌گيرد و از طريق كليوي هم دفع
مي‌گردد.
عوارض جانبي ايديو سنكرازي و سميت‌ريوي با مصرف طولاني مدت بلئومايسين‌بروز مي‌كند. مهمترين عارضه ايجادسوختگي و زخم در محل تزريق است سندرم رينود نيز در بعضي موارد ديده‌مي‌شود. ممكن است ريزش مو، تب و لرزنيز در بيمار تحت درمان ديده شود.
تداخل‌هاي داروئي مصرف توأم باسيس‌پلاتين باعث تأخير در دفع‌بلئومايسين مي‌گردد و سميت آنرا افزايش‌مي‌دهد. مصرف وينكريستين قبل از تجويزبلئومايسين باعث حساس شدن بافت‌سرطاني به بلئومايسين مي‌گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ محلول بلئومايسين‌استريل را مي‌توان توسط محلول‌دكستروز و يا كلرورسديم رقيق و سپس‌مصرف نمود.
2 ـ بدليل احتمال بروز ايديوسنكرازي بيمار 4 ساعت قبل از مصرف دارو توسطيك واحد از بلئومايسين تست گردد.
3 ـ برخي از پزشكان جهت جلوگيري از تب‌و لرز آنافيلاكسي از داروهاي استروئيدي استامينوفن و ديفن‌هيدرامين استفاده‌مي‌كنند.
مقدار مصرف در بيماري هوچكين سرطان سلولهاي سنگفرشي لنفوساركوما و سرطان بيضه بصورت‌داخل عضلاني وريدي و زيرجلدي
u/kg 0/25-0/5 و يا 10-20 u/m2 يك و يادو بار در هفته و يابصورت انفوزيون‌داخل وريدي بطور مداوم u/kg 0/25 و يا15 u/m2 در يك روز بمدت 4 تا 5 روزتجويز مي‌گردد.
در سرطان سلولهاي سنگفرشي سر وگردن و همچنين در سرطان رحم از راه انفوزيون در شريان موضعي60u/day-30 در مدت 1-24

ساعت‌مصرف مي‌گردد. در ترشحات ناشي ازتومورهاي بدخيم 15-120 واحد در 100ميلي‌ليتر محلول تزريقي كلرورسديم قطره‌قطره داخل جنب تزريق و پس از 24 ساعت‌خارج مي‌گردد.
به عنوان مقدار مصرف نگهدارنده دربيماري هوچكين بصورت داخل عضلاني‌و يا وريدي يك واحد در روز و يا 5 واحددر هفته مصرف مي‌شود.
در درمان زگيل معمولي اين دارو
بصورت داخل ضايعه به مقدار 0/2-0/8واحد (بسته به اندازه ضايعه يك و يا دو بار در فواصل 2-4 هفته‌اي تا
حداكثر مقدار مصرف 2 واحد مصرف‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection (as sulfate): 15 U

BUSERELIN

موارد مصرف بوسرلين در درمان‌كارسينوماي پيشرفته پروستات مصرف‌مي‌شود. اين دارو همچنين بعنوان محرك‌تخمك‌گذاري در روش تلقيح مصنوعي‌براي IVF نيز استفاده مي‌شود.
مكانيسم اثر: بوسرلين آنالوگ صناعي LHRHاست اين دارو ابتدا باعث تحريك‌آزادسازي LH و FSH از هيپوفيز قدامي‌مي‌شود كه اين دو نيز باعث افزايش سريع‌غلظت تستوسترون مي‌شوند اما ادامه‌مصرف آن در درمان كارسينوماي‌پروستات باعث كاهش ترشح LH و FSH ومتعاقب? باعث كاهش غلظت تستوسترون‌مي‌شود.
فارماكوكينتيك بوسرلين بصورت‌متابوليت از طريق ادرار دفع مي‌شود نيمه‌عمر پلاسمايي آن 3-6 دقيقه است و به غيراز هيپوفيز قدامي شش و كليه در بافت‌ديگري تجمع نمي‌يابد.
هشدارها: طي ماه اول درمان بيمار بايد ازنظر خطر انسداد حالب و اختلالات نخاعي‌تحت مراقبت باشد.
عوارض جانبي افزايش درد استخوان بي‌حسي دستها و پاها، اشكال در دفع ادرارو احساس ضعف در پا، ناتواني جنسي گرگرفتگي خارش قرمزي يا تورم درناحيه تزريق اسهال كاهش اشتها، تهوع يااستفراغ تورم و حساس‌تر شدن سينه وتورم پا از عوارض جانبي مهم دارو هستند.
نكات قابل توصيه طي درمان با دارو غلظت‌پلاسمايي تستوسترون بيمار بايداندازه‌گيري شود.
مقدار مصرف در كارسينوماي پروستات0/5 ميلي‌گرم بصورت تزريق زيرجلدي هرهشت ساعت يكبار به مدت هفت روزمصرف مي‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده0/2 ميلي‌گرم بصورت تزريق زير جلدي‌يكبار در روز مي‌باشد.
اشكال دارويي
Injection (As Acetate): 1 mg/ml
Nasal Spray

BUSULFAN

موارد مصرف بوسولفان در درمان لوسمي‌ميلوسيتيك مزمن بكار مي‌رود و در درمان‌لوسمي ميلوسيتيك حاد نيز مصرف شده‌است
مكانيسم اثر: بوسولفان در چرخه سلولي‌بطور غير اختصاصي عمل و باالكيلاسيون و اتصال به زنجيره DNAباعث مهار فعاليت DNA مي‌شود.
فارماكوكينتيك بوسولفان بطور كامل ازمجراي گوارش جذب مي‌شود. متابوليسم‌آن كبدي و سريع است و پاسخ باليني دارومعمولا 1-2 هفته بعد از شروع درمان آغازمي‌شود. دفع آن كليوي و آهسته و عمدت?بصورت متابوليت است
هشدارها: 1 ـ اندازه‌گيري هماتوكريت وهموگلوبين و شمارش لكوسيت قبل ازشروع و در فواصل درمان بدليل مهارديررس و شديد فعاليت مغز استخوان‌ناشي از بوسولفان بايد انجام شود.
2 ـ بدليل اثرات ديررس دارو، به محض‌مشاهده اولين علائم كاهش شديد وناگهاني لكوسيتها (بخصوص‌گرانولوسيتها)، درمان قطع و يا مقدارمصرف دارو كاهش داده شود تا از اثرات‌غيرقابل برگشت كاهش فعاليت مغزاستخوان جلوگيري شود.
3 ـ دارو مي‌تواند باعث ديسپلازي سلولي‌در بسياري از بافتها مثل ريه عقده‌هاي‌لنفي پانكراس تيروئيد، غده فوق كليه كبد،مغز استخوان مثانه پستان و دهانه رحم‌شود.
4 ـ با بروز اولين علامت فيبروز ريوي‌مصرف دارو بايد قطع شود.
5 ـ مصرف بوسولفان به تنهايي منجر به‌مسموميت كبدي نمي‌شود ولي مصرف‌مداوم آن با تيوگوانين باعث بروز واريس‌مري و آسيب عملكرد كبد مي‌شود. همچنين‌مقادير مصرف بالاي دارو باعث بروزتشنج مي‌شود.
عوارض جانبي آنمي لكوپني يا عفونت ترومبوسيتوپني ديسپلازي ريه فيبروزريه هيپراوريسمي يا نفروپاتي ناشي
از اسيداوريك استئوماتيت آمنوره ومهار تخمدان و سياه شدن پوست ازعوارض جانبي مهم و نسبت? شايع دارومي‌باشند.
نكات قابل توصيه لكوپني معمولا 10-15روز پس از درمان بروز و تعدادگويچه‌هاي سفيد در روز 11-30 درمان به‌حداقل مي‌رسد. اين كاهش ممكنست تا يك‌ماه پس از قطع مصرف دارو هم ادامه‌داشته باشد، ولي معمولا طي 12-20 هفته‌بهبود مي‌يابد.
مقدار مصرف
بزرگسالان در درمان لوسمي ميلوسيتيك‌مزمن ابتدا 1/8 mg/m2/day يا 0/06 mg/m2/day تا زماني كه تعدادگويچه‌هاي سفيد كمتر از 15000

عدد
در هر ميلي‌متر مكعب برسد، مصرف‌مي‌شود. محدوده معمول مقدار مصرف
mg/day 4-8 است ولي ممكن است از1-12 mg/day تغيير كند. در شمارش‌ماهانه زماني كه تعداد گويچه‌هاي سفيد به50000 عدد در هر ميلي‌متر مكعب برسد،درمان از سر گرفته مي‌شود. مقدارمصرف نگهدارنده mg/day 1-3 مي‌باشد.مقدار مصرف نگهدارنده فقط در مواردي‌توصيه مي‌شود كه بهبودي بيمار بيشتر از3 ماه دوام نياورد.
كودكان در لوسمي ميلوسيتيك مزمن
ابتدا mg/kg/day 0/06-0/12 يا
mg/m2/day 1/8-4/6 تجويز مي‌شود.مقدار مصرف بايد طوري تنظيم شود كه‌تعداد گويچه‌هاي سفيد تا حدود 20000عدد در هر ميلي‌متر مكعب خون كاهش يابدو در همين سطح بماند.
اشكال دارويي
Tablet: 2 mg

CARBOPLATIN

موارد مصرف كربوپلاتين در درمان‌كارسينوماي تخمدان ريه سر و گردن بيضه و سمينوما مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: كربوپلاتين احتمالا مانع جداشدن دو رشته DNA از يكديگر و تداخل باعملكرد آن مي‌شود. كربوپلاتين در چرخه‌سلولي بطور غيراختصاصي عمل مي‌كند.
فارماكوكينتيك نيمه عمر اوليه پلاسمايي آلفا) 1/1 تا 2 ساعت و نيمه عمر پلاسمايي‌پس از توزيع مجدد (بتا) 2/6 تا 5/9 ساعت‌است دفع دارو كليوي است
عوارض جانبي كم‌خوني كاهش گلبولهاي‌سفيد خون و درد در ناحيه تزريق ازعوارض شايع دارو هستند.
نكات قابل توصيه 1 ـ توصيه مي‌شودكربوپلاتين براي بيمارن بستري دربيمارستان و تحت مراقبت پزشك‌متخصص تجويز شود. ضمن? تسهيلات‌لازم براي درمان واكنش آنافيلاكتيك‌احتمالي بايد در دسترس باشد.
2 ـ مقدار مصرف نگهدارنده بايد براي هربيمار بصورت انفرادي و با توجه به‌پاسخ‌هاي باليني و تغييرات هماتولوژيك‌بيمار و ظهور يا شدت سميت دارو تعيين‌شود.
3 ـ توصيه مي‌شود انفوزيون وريدي‌كربوپلاتين طي 15-60 دقيقه انجام شود.ضمن? كربوپلاتين از طريق انفوزيون‌مداوم وريدي طي 24 ساعت قابل تجويزاست
4 ـ تقسيم مقدار مصرف تام روزانه به 5قسمت ممكن است شدت تهوع و استفراغ راكاهش دهد.
مقدار مصرف مقدار مصرف اوليه دركارسينوماي تخمدان 250 mg/m2 است مقدار مصرف با توجه به كليرانس‌كرآتينين تنظيم مي‌گردد. مقدار مصرف‌نگهدارنده بر مبناي تعداد پلاكت وگلبولهاي سفيد خون بيمار تنظيم مي‌گردد.
اشكال دارويي
Injection: 10 mg/ml

CARMUSTINE

موارد مصرف كارموستين در درمان‌تومورهاي اوليه مغز، لنفوم‌هاي هوچكيني‌و غيرهوچكيني و ميلوم مولتيپل مصرف‌مي‌شود و ممكن است در درمان‌كارسينوماي كبد و گوارش و ملانوماي‌بدخيم نيز مؤثر باشد.
مكانيسم اثر: كارموستين يك عامل آلكيله‌كننده است كه مي‌تواند DNA و RNA راآلكيله كند.
فارماكوكينتيك كارموستين از سد خوني ـمغزي مي‌گذرد. متابوليسم آن كبدي است‌و بطور عمده از كليه دفع مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ كارموستين در صورت‌وجود ضعف مغز استخوان عيب كارريه‌هاو عيب كار كليه بايد با احتياطفراوان تجويز شود.
2 ـ احتمال بروز مقاومت متقاطع
بين لوموستين و كارموستين وجود
دارد.
عوارض جانبي كاهش گلبولهاي سفيد خون‌يا عفونت التهاب وريد، پنوموني يا فيبروزريوي و كاهش پلاكتهاي خون از عوارض‌شايع كارموستين هستند.
نكات قابل توصيه 1 ـ به‌منظور جلوگيري ازضعف مغزاستخوان ناشي از كارموستين دوره‌هاي درماني با آن حداقل بايد شش‌هفته فاصله داشته باشد.
2 ـ مقدار مصرف دارو بايد طي 1-2 ساعت‌انفوزيون گردد تا مانع بروز التهاب درمحل تزريق گردد.
3 ـ كارموستين را مي‌توان بصورت تزريق‌داخل شريان كبدي نيز مصرف كرد.
مقدار مصرف براي درمان تومورهاي‌مغزي كارسينوم دستگاه گوارش
لنفوم هوچكيني يا غير هوچكيني ميلوم‌مولتيپل يا ملانوماي بدخيم
مقدار150-200mg/m2 به صورت مقدار واحدهر 6-8 هفته يا 2 mg/m 75-100 طي دوروز متوالي هر 6 هفته يا 40 2 mg/m طي 5روز متوالي هر 6 هفته تزريق وريدي‌مي‌شود. مقدار مصرف دارو بايد بر مبناي‌تعداد گلبولهاي سفيد خون يا پلاكت‌هاتنظيم گردد.
اشكال دارويي
Injection: 100 mg

CHLORAMBUCIL

موارد مصرف كلرامبوسيل در درمان‌لوسمي و لنفوم‌هاي هوچكيني وغيرهوچكيني مصرف مي‌شود. اين دارو به‌عنوان كاهنده فعاليت سيستم ايمني نيزمصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: كلرامبوسيل بطورغيراختصاصي بر چرخه سلولي تأثيرگذارده و براي سلولهايي كه در حال تكثيرنيستند. نيز سمي است
فارماكوكينتيك كلرامبوسيل به خوبي و باسرعت از مجراي گوارش جذب مي‌شود.متابوليسم آن كبدي و نيمه عمر آن تقريب؟ 5ساعت است حداكثر غلظت پلاسمايي داروپس از يك ساعت بوجود مي‌آيد. اثردرماني آن معمولا پس از 3-4 هفته ظاهرمي‌شود. دفع اين دارو كليوي است
عوارض جانبي عمده‌ترين عارضه جانبي‌كلرامبوسيل تضفيف مغز استخوان است لكوپني نوتروپني ترومبوسيتوپني كاهش‌ايمني بروز عفونت از عوارض شايع اين‌دارو هستند.
نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف مايعات كافي‌و يا تجويز آلوپورينول از بروز سميت‌كليوي ناشي از بالا رفتن اسيداوريك دربيماران مبتلا به لوسمي و لنفوم جلوگيري‌مي‌كند.
2 ـ در صورت بروز سميت تنفسي يا ايجادبثورات جلدي شديد لازم است مصرف‌دارو قطع گردد.
3 ـ با توجه به احتمال بروز تضعيف مغزاستخوان كلرامبوسيل بايد به فاصله 4-6هفته از تجويز پرتو درماني يا سايرداروهاي شيمي درماني مورد مصرف‌قرار گيرد.
مقدار مصرف
بزرگسالان درمان لوسمي لنفوسيتيك‌مزمن لنفوم‌هاي هوچكيني و غير هوچكيني‌در شروع درمان0/2mg/kg-0/1 (معمولا 4تا 10 ميلي‌گرم يك يا چند بار در روزمصرف مي‌شود. درمان متناوب به فاصله‌دو هفته باعث كاهش عوارض خوني دارومي‌گردد در اين صورت مقدار مصرف اوليه0/4 mg/kg مي‌باشد كه هر دو هفته يكبار تا0/1 mg/kg قابل افزايش است تا ميزان موثريا سمي دارو حاصل شده و به اين ترتيب‌مقدار مصرف دارو تنظيم مي‌گردد.
به‌عنوان كاهنده ايمني در درمان‌سندرم نفروتيك 0/2 mg/kg ـ 0/1 يكبار درروز به مدت 12 ـ 8 هفته مصرف مي‌شود.حداكثر ميزان مصرف اين دارو 14mg/kgو حداكثر دوره درمان 12 هفته مي‌باشد.برخي از پزشكان ميزان مصرف را8/2mg/kg و حداكثر دوره درمان را شش‌هفته توصيه مي‌كنند.

کودکان در لوسمي لنفوسيتيك مزمن لنفوم‌هاي هوچكيني 0/2-0/1 mg/kg يك ياچند بار در روز مصرف مي‌شود. ميزان‌مصرف به عنوان كاهنده ايمني در سندرم‌نفروتيك مشابه مقدار مصرف بزرگسالان‌است

اشكال دارويي

Tablet: 2 mg

(CHLORMETHINE (NITROGEN MUSTARD

موارد مصرف اين دارو در بيماريهاي‌سرطان ريه لوسمي (لنفوسيتيك مزمن ولوسمي ميلوسيتيك مزمن ، لنفوم‌هوچكيني (و بعضي از انواع غيرهوچكيني ، ترشحات ناشي از توموربدخيم ميكوزفونكوئيد و پلي سيتمي ورابكار برده مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو با ايجاد اتصال بين‌دو رشته DNA و نيز RNA موجب مهارساخت پروتئين‌ها و نهايت? مرگ سلول‌مي‌گردد.
فارماكوكينتيك كلرمتين بسرعت توسطمايعات بدن غيرفعال و بعد از تزريق داخل‌حفره‌اي بطور ناقص جذب مي‌گردد. اين‌دارو بسرعت توسط بافتها و مايعات بدن‌خنثي و اثر آن طي چند ثانيه تا چند دقيقه‌ظاهر مي‌شود.
هشدارها: در موارد زير دارو بايد با احتياطتجويز گردد:
1 ـ كاهش فعاليت مغز استخوان افرادي كه‌سابقه تومور مغز استخوان و يا عفونتهاي‌شديد و گسترده داشته‌اند.
2 ـ اين دارو احتمالا باعث تضعيف گنادهادر هر دو جنس مي‌گردد.
عوارض جانبي تب لرز و يا گلو درد، وقفه‌در فعاليت اندامهاي تناسلي بثورات‌ناگهاني كاهش شنوايي و زنگ زدن گوش‌از عوارض جانبي شايع اين دارو مي‌باشند.
تداخل‌هاي داروئي كلرمتين ممكن است‌غلظت خوني اسيداوريك را افزايش دهد.بنابراين اگر همزمان با آلوپورينول وكلشي‌سين مصرف شود، تنظيم مقدارمصرف داروهاي ضد نقرس ضروري‌است
نكات قابل توصيه 1 ـ احتمال بروز مكررتهوع استفراغ و كاهش اشتها وجود داردولي درمان را با وجود اين عوارض بايدادامه داد.
2 ـ در صورت بروز خونريزي غيرطبيعي دفع دشوار ادرار، مدفوع سياه‌رنگ ووجود نقاط قرمز رنگ در روي پوست‌حتم? پزشك بايد در جريان قرار گيرد.
3 ـ از استنشاق و تماس چشمي و خوراكي‌با دارو خودداري گردد و در صورت تماس‌فور? محل با آب براي حداقل 15 دقيقه وسپس با محلول 2% تيوسولفات سديم‌شسته شود.
مقدار مصرف بصورت تجويز وريدي مقدار mg/kg/day 0/4 بصورت يك جا يا در2-4 مقدار منقسم متوالي مصرف مي‌شود.در تجويز داخل حفره‌اي ميزان mg/kg 0/4يا بصورت داخل پريكارد مقدار mg/kg 0/2مصرف مي‌شود. اين مقدار در افرادي كه‌قبلا تحت درمان با ديگر داروهاي سمي‌براي سلول قرار گرفته‌اند. به0/2-0/3mg/kg/day كاهش مي‌يابد.

اشكال دارويي
Injection: 10 mg

CISPLATIN

موارد مصرف سيس‌پلاتين در درمان‌كارسينوماي مثانه تخمدان و بيضه‌مصرف مي‌شود. همچنين اين دارو دردرمان كارسينوم‌هاي قشر غده فوق كليه پستان رحم دستگاه گوارش ريه پروستات سرو گردن و تومورهاي germcell، نوروبلاستوما و اوستئوسركومامصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: سيس‌پلاتين مشابه عوامل‌الكيله كننده عمل مي‌كند و احتمالا از طريق‌ايجاد اتصال بين رشته‌هاي DNA و نيزRNA، در عملكرد آنها تداخل مي‌كند.
فارماكوكينتيك سيس‌پلاتين به سرعت ازطريق واكنش‌هاي غير آنزيمي هيدروليزمي‌شود. از سد خوني ـ مغزي براحتي‌عبور نمي‌كند. نيمه عمر آن حدود يك‌ساعت است دفع آن عمدت? كليوي است‌ولي پلاتين ناشي از هيدروليز دارو ممكن‌است تا 4 ماه در بافت‌ها باقي بماند.
هشدارها: 1 ـ مصرف اين دارو در بيماران‌مبتلا به نارسائي شنوائي بايد با احتياطفراوان صورت گيرد.
2 ـ اثرات سوء دارو بر روي شنوائي‌دركودكان ممكن است شديدتر باشد.
3 ـ طي مصرف دارو، ارزيابي نورولوژيك‌و ميزان شنوائي بيمار بايد انجام شود.
عوارض جانبي كم خوني ثانويه نوتروپني ترومبوسيتوپني سميت كليوي افزايش‌اسيد اوريك خون يا نفروپاتي ناشي ازاسيد اوريك و سميت شنوائي از عوارض‌شايع سيس‌پلاتين هستند.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان‌سيس‌پلاتين با داروهاي سمي براي كليه ياسيستم شنوائي باعث تشديد عوارض‌جانبي دارو مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ انفوزيون وريدي‌مايعات به مقدار زياد هنگام تجويزسيس‌پلاتين باعث كاهش سميت كليوي ياشنوائي ناشي از دارو مي‌گردد. همچنين‌افزايش ميزان ادرار قبل و طي درمان بادارو، كمك بسيار زيادي به كاهش عوارض‌جانبي دارو مي‌كند.
2 ـ انفوزيون آهسته وريدي سيس‌پلاتين‌طي 1-5 روز كمتر باعث تهوع و استفراغ‌مي‌شود، ولي تأثيري روي ميزان بروزسميت كليوي يا شنوائي ندارد.
3 ـ براي جلوگيري از سميت كليوي‌تجمعي توصيه مي‌شود مصرف مجددارو حداقل 3-4 هفته بعد از مصرف اوليه‌صورت گيرد.
مقدار مصرف در درمان تومورهاي‌متاستاز يافته بيضه 20 mg/m2 در روز به‌مدت 5 روز مصرف مي‌شود. در درمان‌تومورهاي متاستاز يافته تخمدان 50 mg/m2 هر 3 هفته يكبار همراه بادوكسوروبيسين يا 100 mg/m2 به

تنهائي‌هر 4 هفته يكبار تزريق وريدي مي‌شود. دردرمان سرطان پيشرفته مثانه مقدار70-50 mg/m2 هر 3-4 هفته ترزيق وريدي‌مي‌شود. مقدار مصرف دارو در يك دوره‌درماني نبايد از 120 mg/m2 بيشتر شود.
اشكال دارويي
Injection: 1 mg, 10 mg, 50 mg

CLADRIBINE

موارد مصرف كلادريبين در درمان لوسميhairy cell بكار مي‌رود و در درمان لوسميلنفوسيتيك مزمن لنفوم‌هاي غيرهوچكينيو ماكروگلوبولينمي والدنستروم نيزمصرف شده است
مكانيسم اثر: متابوليت‌هاي فسفريله شده‌كلادريبين در لنفوسيت‌ها و منوسيتهاتجمع يافته و اين سلولها را از بين
مي‌برند. اثر دارو در چرخه سلولي غيراختصاصي بوده و به ميزان يكساني درمرحله تقسيم و استراحت لنفوسيتها اثرمي‌كند.
فارماكوكينتيك كلادريبين از سد خوني ـمغزي عبور مي‌كند. متابوليسم داروسلولي است در انفوزيون مداوم وريدي‌نيمه عمر توزيع دارو حدود 30 دقيقه ونيمه عمر نهايي آن 7 ساعت است
هشدارها: 1 ـ دارو به ميزان قابل
توجهي براي سلولهاي خون ساز سميت‌دارد.
2 ـ در صورت بروز سميت عصبي مصرف‌دارو قطع شود.
3 ـ شروع دروه‌هاي بعدي درماني باكلادريبين با احتياط فراوان و در صورتي‌است كه اثرات خوني دوره قبلي از بين رفته‌باشد.
عوارض جانبي كم‌خوني شديد، عفونت نوتروپني شديد، بثورات پوستي ترومبوسيتوپني سرفه تورم فلبيت كوتاه شدن نفس درد معده تاكيكاردي بي‌اشتهايي سردرد، تهوع و استفراغ وخستگي غيرعادي از عوارض جانبي مهم ونسبت؟ شايع دارو مي‌باشند.
نكات قابل توصيه 1 ـ در دو هفته اول‌درمان لوسمي hairy cell، كم خوني نوتروپني و ترومبوسيتوپني بدترمي‌شود، سپس علائم بهبود مي‌يابد.
2 ـ طي يك ماه اول درمان بدليل كم خوني‌ممكن است نياز به انتقال خون باشد. زمان‌متوسط براي بازگشت هموگلوبين به‌ميزان طبيعي 8 هفته است
3 ـ تب بين روزهاي پنجم و هفتم درمان ويا كمي ديرتر بروز مي‌كند و معمولا درلوسمي hairy cell ديده مي‌شود. درصورت بروز تب بيمار از نظر عفونت‌بررسي مي‌شود. عفونت بدليل كاهش‌منوسيت‌هاست و 6-12 ماه بعد تعدادمنوسيت‌ها به ميزان طبيعي بر مي‌گردد.
4 ـ زمان متوسط براي بازگشت تعدادپلاكت‌هاي كاهش يافته به ميزان طبيعي بدليل ترومبوسيتوپني ناشي از دارو) 12روز است در موارد غير از لوسمي hairycell، اين زمان طولاني‌تر بوده و كاهش‌مقدار مصرف و تكرار دوره درمان ممكن‌است نياز باشد.
مقدار مصرف در درمان لوسمي hairy cellبصورت انفوزيون وريدي

مداوم0/1 mg/kg/day بمدت 7 روز مصرف‌مي‌شود. در اين بيماري بطور معمول فقطيك دوره درمان كافي است
اشكال دارويي
Injection: 10 mg/10 ml

CYCLOPHOSPHAMIDE

موارد مصرف سيكلوفسفاميد در درمان‌لوسمي لنفوبلاستيك حاد، لوسمي‌مونوسيتيك حاد، لوسمي ميلوژنوس حاد،لوسمي گرانولوسيتيك مزمن آدنوكارسيناماي تخمدان سرطان پستان سرطان ريه سرطان آندومتر،ميلوم‌مولتيپل انواع لنفوما و در توموريلمز بكار مي‌رود و به عنوان داروي‌كمكي جهت كاهش فعاليت سيستم ايمني‌بدن براي جلوگيري از پس زدن پيوند،سندروم نفروتيك آرتريت روماتوئيد ولوپوس اريتماتوز بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: يكي از متابوليتهاي‌سيكلوفسفاميد همانند داروهاي آلكليه‌كننده عمل مي‌كند. اثر سلول‌كش آن عمدت?ناشي از ايجاد اتصال بين دو رشته‌مولكولي DNA و نيز RNA و همچنين مهارساخت پروتئين است
فارماكوكينتيك سيكلوفسفاميد بخوبي ازدستگاه گوارش جذب مي‌گردد. به مقدارمحدودي از سد خوني مغزي عبور مي‌كند.متابوليسم آن كبدي است و پس از آن به‌متابوليت‌هاي فعال تبديل و نهايت? از طريق‌كليه دفع مي‌گردد.
عوارض جانبي عوارضي كه بطور معمول‌اين دارو از خود نشان مي‌دهد شامل‌لكوپني و يا عفونت كه معمولا بدون علامت‌مي‌باشد. بدليل اثر كاهنده بر روي غددجنسي احتمال بروز اختلال در دوران‌قاعدگي وجود دارد كه پس از قطع دارورفع مي‌گردد. لكوپني نيز معمولا 17-21روز پس از قطع دارو بهبود مي‌يابد.
تداخل‌هاي داروئي سيكلو فسفاميد اگرهمزمان با آلوپورينول و يا كل شي‌سين‌استفاده شود ممكن است غلظت اسيداوريك خون را بالا ببرد. سيكلوفسفاميد درصورت مصرف همزمان با داروهاي ضدانعقاد خوراكي ممكن است فعاليت اين‌داروها را به علت كاهش ساخت كبدي‌فاكتورهاي پيش‌انعقادي و تداخل با تشكيل‌پلاكت‌ها، افزايش دهد.
مصرف همزمان سيكلو فسفاميد همراه‌سيتارابين باعث بروز خطر كارديوميوپاتي مي‌گردد. استفاده همزمان آن باداروهاي ديگر مضعف سيستم ايمني ممكن‌است به توسعه عفونت و يا سرطان‌بيانجامد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت بروزخونريزي حتم? بايد دارو قطع گردد.
2 ـ در صورت كاهش لكوسيتها و پلاكت‌هادارو بايد قطع گردد تا سطح خوني آنها به‌حد قابل قبولي برسد و سپس مي‌توان داروراً در صورت لزوم با مقدار كمتري تجويزنمود.
3 ـ بيمار بايد براي جلوگيري از خطرعارضه كليوي ناشي از

افزايش‌اسيداوريك مايعات زياد مصرف كند.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان به عنوان ضد سرطان به‌مقدار mg/kg/day 1-5 مصرف مي‌شود.بعنوان كاهنده ايمني در درمان آرتريت‌روماتوئيد، مقدار mg/kg/day 1/5-2 دارومي‌تواند تا مقدار mg/kg/day 3 افزايش پيداكند.
كودكان به عنوان ضد نئوپلاسم مقدارشروع mg/kg/day 2-8 در مقادير منقسم‌بمدت شش روز يا بيشتر و مقدارنگهدارنده mg/day 2/5 دو بار در هفته‌مي‌باشد. در سندرم نفروتيك به عنوان‌كاهنده ايمني mg/kg/day 2/5-3 مصرف‌مي‌شود.
تزريقي
بزرگسالان به عنوان ضد سرطان مقدار50-40 mg/kg طي 2-5 روز تزريق‌مي‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده آن نيزدر حدود 15-10 mg/day هر 7-10 روز ويا 3/5 mg/day دو بار در هفته بصورت‌وريدي است
كودكان بعنوان ضد سرطان مقدار8-2 mg/kg/day در مقادير منقسم بمدت
6 روز يا بيشتر تزريق وريدي مي‌شود.مقدار نگهدارنده 10 - 15 mg/day هر
10 - 7 روز يا 30 mg/kg هر 4 - 3 هفته‌يكبار يا پس از بازگشت فعاليت مغز
استخوان به حالت عادي است
اشكال دارويي
Injection: 200mg, 500 mg
Tablet: 50 mg

CYTARABINE

موارد مصرف سيتارابين در درمان‌لوسمي لنفوسيتيك حاد، لوسمي‌ميلوسيتيك حاد، لوسمي ميلوژنوس حاد،لوسمي ميلوسيتيك مزمن لنفوم حاد غيرهوچكيني در كودكان اريترولوسمي ولنفوم هوچكيني بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: سيتارابين يك آنتي متابوليت‌است و در چرخه سلولي بطور اختصاصي‌در مرحله تقسيم سلولي عمل مي‌كند وباعث مهار ساخت DNA و تا حد كمي RNAو پروتئين مي‌گردد.
فارماكوكينتيك پس از تزريق وريدي مقدارمتوسطي از اين دارو از سد خوني ـ مغزي‌عبور مي‌كند. متابوليسم آن كبدي بوده ودفع آن عمدت? كليوي است
هشدارها: سيتارابين ممكن است باعث‌كاهش فعاليت گنادها گردد كه بسته به مدت‌درمان گاهي غيرقابل برگشت مي‌باشد.
عوارض جانبي عوارض جانبي سيتارابين‌بجز تهوع و استفراغ در صورت انفوزيون‌وريدي افزايش مي‌يابند. عوارض شايع‌شامل تب لرز و يا گلو درد ناشي از كمبودگويچه‌هاي سفيد و عفونت است همچنين‌خونريزي و كبودي غيرعادي ناشي ازكمي پلاكت‌ها است
تداخل‌هاي داروئي در صورت مصرف‌همزمان با آلوپورينول و كل شي‌سين نيازبه تنظيم مقدار دارو مي‌باشد.
نكات قابل توصيه 1 ـ شروع درمان باسيتارابين بايد در بيمارستان و تحت نظرپزشك متخصص انجام گيرد.
2 ـ مقدار مصرف بيشتر سيتارابين وتزريق سريع وريدي بجاي دفعات بيشتر وزمان آهسته‌تر تزريق استفراغ و تهوع‌بيشتري توليد مي‌كند اما عوارض خوني آن‌كمتر است
3 ـ مصرف زياد مايعات از تجمع‌اسيداوريك در كليه جلوگيري مي‌كند.
مقدار مصرف در درمان لوسمي‌ميلوسيتيك حاد و اريترولوسمي به عنوان‌مقدار شروع 3 mg/kg/day از راه وريدي بصورت انفوزيون پيوسته طي 24 ساعت‌يا در مقادير منقسم بصورت تزريق سريع‌وريدي براي 5-10 روز و به عنوان مقدارنگهدارند. 1 mg/kg از طريق زير جلدي 1-2بار در هفته تزريق مي‌شود. در درمان‌لوسمي مننژي 5-75 mg/m2 از اشكال قابل‌تزريق داخل نخاع دارو، در فواصل متفاوت‌از يكبار در روز بمدت 4 روز تا هر چهارروز يكبار داخل نخاع تزريق مي‌شود. اغلب30 mg/m2 هر چهار روز يكبار، تا جايي كه‌آزمايشات مايع مغزي ـ نخاعي طبيعي‌شوند، مصرف مي‌شود. پس از آن يك‌مقدار مصرف اضافي نيز تجويز مي‌گردد.

اشكال دارويي
Injection: 100 mg

DACARBAZINE

موارد مصرف داكاربازين در درمان‌ملانوم بدخيم و لنفوم‌هاي هوچكيني بكارمي‌رود و در درمان ساركوم‌هاي بافت نرم‌توصيه شده است
مكانيسم اثر: داكاربازين در چرخه سلولي‌بطور غيراختصاصي عمل و ممكن است‌ساخت DNA و RNA را مهار كند.
فارماكوكينتيك داكاربازين بميزان كم ازسد خوني ـ مغزي عبور مي‌كند. متابوليسم‌دارو كبدي است نيمه عمر دارو 5 ساعت‌است كه در عيب كار كبد به 7/2 ساعت‌مي‌رسد. 40% داروي تزريق شده طي 6ساعت از كليه‌ها دفع مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت بروز كاهش‌سلول‌هاي خون درمان را قطع تا ميزان‌لكوسيت‌ها و پلاكت‌ها به مقادير قابل قبول‌برگردد (يك هفته پس از قطع مصرف داروبه مقدار قابل قبول برمي‌گردد).
2 ـ مواد حاصل از تجزيه محلول‌داكاربازين (در اثر نور)، ممكن است باعث‌بروز عوارض جانبي سوزش و درد درناحيه تزريق تهوع استفراغ و مسموميت‌كبدي شود.
عوارض جانبي كم‌خوني آسيب‌بافتي ودرد وريد محل تزريق كاهش گلبول‌هاي‌سفيد يا پلاكت‌هاي خون آنافيلاكسي مسموميت كبدي استئوماتيت كاهش‌اشتها و تهوع و استفراغ از عوارض جانبي‌مهم و نسبت? شايع دارو مي‌باشند.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان باداروهاي مولد ديسكرازي خوني باعث‌تشديد عوارض جانبي دارو مي‌شود.مصرف همزمان با داروهاي القاكننده‌آنزيم كبدي باعث كاهش اثرات لازم‌مي‌شود.
نكات قابل توصيه دارو بصورت وريدي وترجيح? انفوزيون وريدي بكار رود.
مقدار مصرف در ملانوم بدخيم مقدار2-4/5 mg/kg/day بمدت 10 روز بصورت‌وريدي هر 28 روز يكبار و يا تا250 mg/m2/day بمدت 5 روز بصورت‌وريدي هر 21 روز يكبار مصرف مي‌شود.در لنفوم‌هاي هوچكيني مقدار mg/m2/day150 بصورت وريدي بمدت 5 روز، همراه‌ديگر داروهاي ضد سرطان كه هر 28 روزتكرار مي‌شود و يا تا 375 mg/m2 در روزاول همراه با ديگر داروهاي ضد سرطان‌هر 15 روز يكبار مصرف مي‌شود.
داكاربازين بميزان 850 mg/m2/dayبصورت مقدار مصرف واحد هر 21-42روز يكبار نيز مصرف مي‌شود كه سميت‌خوني قابل ملاحظه‌اي ندارد، اما تهوع واستفراغ شديدي ممكن است ايجاد نمايد.

اشكال دارويي
Injection: 100 mg, 200 mg

DACTINOMYCIN

موارد مصرف داكتينومايسين در درمان‌سارکوم اوينگ تيروئيد و تومورتروفوبلاستيك بكار مي رود. همچنين دردرمان كارسينوم رحم بيضه تومورويلمز، تومورتروفوبلاستيك ورابدوميوسارکوما، كارسينوم تخمدان استئوسارکوما، ملانوم بدخيم و سارکوم‌کاپوسي مصرف شده است
مكانيسم اثر: داكتينومايسين بطورغيراختصاصي در چرخه سلولي عمل‌كرده با اتصال به DNA و جايگزيني بين‌دو جفت بازهاي آن باعث مهار ساختRAN وابسته به DNA مي‌شود.
فارماكوكينتيك دارو از سد خوني ـ مغزي‌عبور نمي‌كند. به ميزان كم متابوليزه شده‌و نيمه عمر آن 36 ساعت است دفع داروعمدتا از طريق صفرا مي‌باشد و 30% داروپس از يك هفته در مدفوع و ادرار قابل‌بازيابي است
هشدارها: 1 ـ به علت خطر بروز تاولهاي‌شديد، دارو نبايد زودتر از 7ـ5 روز پس ازپرتو درماني تجويز شود.
2 ـ پيشنهاد مي‌شود در عيب كار كبد
مقدار مصرف دارو به نصف يا كمتر تقليل‌يابد.
عوارض جانبي كم خوني كه ممكن است به‌كم خوني آپلاستيك منجر شود، اشكال دربلع و سوزش سردل قرحه گوارشي ياالتهاب ركتوم كاهش گلبول‌هاي سفيد وپلاكت‌هاي خون استئوماتيت اولسراتيو،آنافيلاكسي و ترومبوفلبيت از عوارض‌جانبي مهم و نسبت؟ شايع دارو
مي‌باشند.
تداخل‌هاي داروئي با آلوپورينول كلشي‌سين دوكسوروبيسين و ويتامين Kتداخل دارد.
نكات قابل توصيه 1 ـ به محض كاهش‌سلول‌هاي خون ترومبوسيتوپني اسهال‌يا استئوماتيت بايد درمان را فور؟ متوقف‌كرد. با برگشت تعداد پلاكت‌ها ولكوسيت‌ها به مقادير رضايت‌بخش وبهبود بيمار، ميتوان درمان را از سر
گرفت
2 ـ دارو را بايد در دوره‌هاي متناوب كوتاه‌مدت تجويز كرد تا از بروز مسموميت با آن‌كه 2-4 روز بعد از آخرين بار مصرف‌دارو ظاهر شده و حداكثر براي 1-2 هفته‌باقي مي‌ماند، جلوگيري شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان در درمان كارسينوم بيضه رحم تخمدان تومورتروفوبلاستيك تومور ويلمز، رابدوميوسارکوما، سارکوم‌اوينگ و بوتيروئيد 0/01-

0/15mg/kg/dayبصورت وريدي در دوره‌هاي حداكثر 5روز و به فاصله 6-4 هفته يكبار تزريق‌شود و يا 0/5 mg/m2 يكبار در هفته حداكثر 2 ميلي‌گرم در هفته ، بمدت سه‌هفته تزريق مي‌شود. بصورت پرفوزيون‌ايزوله در ساركوم اوينگ يا بوتيروئيدبراي اندامهاي تحتاني يا لگن به ميزان
0/05 و براي اندامهاي فوقاني به ميزان0/035mg/kg تجويز مي‌شود. حداكثرمقدار مصرف تا 0/015 mg/kg/day و يا0/4-0/6mg/m2/day به مدت 5 روزمي‌باشد.
كودكان براي موارد فوق بميزان0/01-0/15mg/kg/day يا0/45mg/m2/day(تا0/5 mg/day) بصورت وريدي كه به‌مدت حداكثر 5 روز يا مقدار 2/5 mg/m2 درمقادير منقسم در يك دوره 7 روزه تجويزمي‌شود. نوبت دوم را مي‌توان پس از 4-6هفته در صورتي كه تمام علائم مسموميت‌از بين رفته باشد بكار برد. مقدار مصرف‌از طريق پرفوزيون ايزوله و همچنين‌حداكثر مقدار مصرف مثل بزرگسالان‌است
اشكال داروئي
Injection: 0.5 mg

DAUNORUBICIN HCL

موارد مصرف دانوروبيسين در درمان‌اريترولوسمي لوسمي حاد لنفوبلاستيك لوسمي حاد ميلوسيتيك و لوسمي حادمنوسيتيك بكار مي رود.
همچنين مصرف‌آن در درمان نوروبلاستوما، لنفوم‌هاي‌غير هوچكيني ساركوم اوينگ توموريلمز و لوسمي مزمن ميلوسيتيك توصيه‌شده است
مكانيسم اثر: دانوروبيسين در فاز S تقسيم‌سلولي فعال است اما در چرخه سلولي‌بطور اختصاصي عمل نمي‌كند، با اتصال به DNAباعث مهار ساخت DNA و RNAمي‌شود.
فارماكوكينتيك بسرعت در بدن منتشر وبويژه در كليه‌ها، طحال كبد و قلب‌بصورت تغيير نيافته و متابوليت جايگزين‌مي‌شود. از سد خوني ـ مغزي عبورنمي‌كند. متابوليسم سريع كبدي دارد. نيمه‌عمر دفع دانوروبيسين 18/5 ساعت و دفع‌دارو طولاني است
هشدار: در صورت وجود بيماري قلبي و ياانفيلتراسيون سلول تومور مغز استخوان‌اين دارو بايد با احتياط فراوان مصرف‌شود.
عوارض جانبي ازوفاژيت ، استئوماتيت لكوپني مسموميت قلبي و نكروز بافتي ازعوارض جانبي مهم و نسبتا شايع داروهستند.
تداخل‌هاي داروئي با آلوپورينول كلشي‌سين سيكلوفسفاميد، دوكسوروبيسين وداروهاي هپاتوتوكسيك تداخل دارد.
نكات قابل توصيه 1 ـ بدليل نكروز بافتي‌فقط به صورت تزريق وريدي بكار مي‌رود(بدليل بروز ترومبوفلبيت و تحريك وريداز انفوزيون وريدي نيز خودداي شود).
2 ـ فاصله دوره‌هاي درماني آن كمتر از 21روز نباشد تا فعاليت مغز استخوان به‌حالت عادي برگردد.
مقدار مصرف در عيب كار كبد براي‌بيماراني كه غلظت بيليروبين آنها 3ـ1/2ميلي‌گرم درصد ميلي ليتر است 75 درصدمقادير مصرف معمولي و در بيماراني كه‌غلظت بيليروبين آنها بيش از 3 ميلي گرم‌در صد ميلي ليتر است نصف مقدارمعمولي توصيه مي‌شود. در عيب كار كليه‌براي بيماراني كه غلظت كراتينين سرم آنهابيش از 3 ميلي گرم در صد ميلي ليتر است‌نصف مقدار معمولي توصيه شده است
بزرگسالان در لوسمي حاد لنفوسيتيك‌بصورت وريدي 45mg/m2 در روزهاي‌اول و دوم و سوم يك دوره 32 روزه درتركيب با وينكريستين پردنيزون وآسپاراژيناز بكار مي‌رود. در لوسمي حادغيرلنفوسيتيك بصورت وريدي
45mg/m2 در روزهاي اول و دوم و سوم‌اولين دوره و روزهاي اول و دوم

دومين‌دوره در تركيب با وينكريستين بكارمي‌رود. حداكثر مقدار مصرف تا 550mg/m2 در تمام طول عمر و در افرادي‌كه سابقه پرتو درماني در ناحيه سينه‌داشته‌اند براي كاهش خطر مسموميت‌قلبي 450 mg/m2 در تمام طول عمرمي‌باشد. در افراد مسن 60 سال و بيشتردر لوسمي حاد غيرلنفوسيتيك 30 mg/m2بصورت وريدي در روزهاي اول و دوم وسوم شروع اولين دوره درمان و درروزهاي اول و دوم دومين دوره درمان درتركيب با سيتارابين بكار مي رود.
كودكان : در لوسمي حاد لنفوسيتيك25 mg/m2 بصورت وريدي يك بار درهفته همراه با وينكريستين و پردنيزون‌بكار مي‌رود.
اشكال دارويي
Injection : 20 mg

موارد مصرف دوکسوروبیسین در درمان‌لوسمي لنفوسيتيك حاد، لوسمي‌ميلوبلاستيك حاد، كارسينوماي‌سلول‌هاي بينابيني بيضه پستان نوروبلاستوم تخمدان تيروئيد، توموروپلمز، ريه (با منشاء نايژه‌اي ، معده سر وگردن كبد، گردن رحم پروستات اندومتر، بيضه لنفوم‌هاي هوچكيني ساركوم بافتهاي نرم و ساركوم استخوان‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: دوكسوروبيسين به‌نظرمي‌رسد كه با اتصال به DNA و مهارساخت DNAو RNA از طريق ايجاد اختلال‌در ساختمان مولكولي و ايجاد ممانعت‌فضايي عمل مي‌كند.
فارماكوكينتيك دوكسوروبيسين از سدخوني ـ مغزي عبور نمي‌كند. اين داروتوسط كبد متابوليزه شده و به متابوليت‌فعال تبديل مي‌گردد دفع آن عمدت? از طريق‌صفرا است
عوارض جانبي لكوپني يا عفونت التهاب‌مخاط دهان و التهاب مري از عوارض‌جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان اين‌دارو با آلوپورينول يا كلشي‌سين تداخل‌دارد. مصرف همزمان آن با دانوروبيسين‌باعث افزايش خطر بروز عوارض قلبي‌مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ دوكسوروبيسين‌نبايد در بيماراني كه قبلا مقادير تجمعي‌كامل دوكسوروبيسين و دانوروبيسين رادريافت كردند، مصرف شود.
2 ـ با مصرف دوكسوروبيسين در فواصل‌يك هفته‌اي ممكن است خطر عوارض‌جانبي قلبي و خوني كمتر شود.
3 ـ دوكسوربيسين را بايد بصورت تزريق‌وريدي آهسته تجويز كرد. به علت تحريك‌ورید در محل تزريق و احتمال خطر بروزترومبوفلبيت و نشت دارو به بافت‌هاي‌اطراف رگ انفوزيون وريدي دارو توصيه‌نمي‌شود.
4 ـ دوكسوروبيسين موجب نكروزموضعي بافتها مي شود به همين دليل‌بصورت عضلاني يا زير جلدي نبايدتزريق شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان : با مقادير 75 mg/m2/day ـ60كه هر 21 روز يكبار تكرار شود يا25 ـ30mg/m2/day در دو يا سه روزمتوالي كه هر 4ـ3 هفته تكرار مي‌شودوريدي تجويز مي‌گردد. حداكثر مقدار تام‌دارو يعني 550 mg/m2 ـ450 در موردبيماراني است كه سابقه پرتو درماني درناحيه سينه يا مصرف داروهاي سمي براي‌قلب را داشته‌اند.
كودكان : مقدار 30 mg/m2/day در سه روزمتوالي ، هر چهار هفته يكبار

تزريق وريدي‌مي‌شود.
اشكال داروئي
Injection : 10 mg, 50 mg

EPIRUBICIN HCl

موارد مصرف اپي‌روبيسين در درمان‌سرطان سينه مثانه ميلوم مولتيپل لنفوم‌ها، لوسمي‌هاي حاد، سرطان رحم تخمدان پروستات و دستگاه گوارش‌مصرف شده است
مكانيسم اثر: اپي‌روبيسين از دسته‌آنتي‌بيوتيك‌هاي ضدسرطان است واحتمالا از طريق اتصال به DNA مانع‌ساخت اسيدهاي هسته‌اي مي‌شود.
فارماكوكينتيك اپي‌روبيسين توسط كبدمتابوليزه شده و عمدت? از طريق صفرا دفع‌مي‌شود. نيمه عمر دارو 30-40 ساعت‌است و از سد خوني ـ مغزي نيز عبورنمي‌كند.
عوارض جانبي لكوپني يا عفونت التهاب‌مخاط دهان و التهاب ريوي از عوارض‌جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي داروئي اين دارو با آلوپورينول‌كلشي سين ساير داروهاي تضعيف كننده‌مغز استخوان راديوتراپي و دانوروبيسن‌تداخل دارد.
نكات قابل توصيه 1 ـ اپي‌روبيسين نبايد دربيماراني كه قبلا مقادير تجمعي كامل‌اپي‌روبيسين و دانوروبيسين را دريافت‌كرده‌اند، مصرف شود.
2 ـ با مصرف اپي‌روبيسين در فواصل يك‌هفته‌اي ممكن است خطر عوارض جانبي‌قلبي و خوني كمتر شود.
3 ـ اپي روبيسين را بايد بصورت تزريق‌وريدي آهسته تجويز كرد. به علت تحريك‌ورید در محل تزريق و احتمال خطر بروزترومبوفلبيت و نشت دارو به بافتهاي‌اطراف رگ انفوزيون وريدي دارو توصيه‌نمي‌شود.
4 ـ اپي‌روبيسين موجب نكروز موضعي‌بافتها مي‌شود به همين دليل بصورت‌عضلاني يا زيرجلدي نبايد تزريق شود.
مقدار مصرف اپي‌روبيسين به مقدار135mg/m2 هر 3 هفته يكبار يا 45mg/m2براي سه روز متوالي هر 3 هفته يكبارمصرف مي‌شود. مقدار مصرف تام‌اپي‌روبيسين نبايد از حدود 1g/m2 بيشترشود.
اشكال دارويي
Injection: 10 mg, 50 mg

ESTRAMUSTINE

موارد مصرف استراموستين در درمان‌كارسينوماي پروستات مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: استراموستين يك آلكيله‌كننده‌ضعيف بوده و ممكن است در بيماران‌مقاوم به استروژن مؤثر باشد. اثر ديگر آن‌مهار تقسيم ميتوز است اثرات استروژنيك‌آن مشابه استراديول است و از طريق‌تضعيف محور هيپوتالاموس ـ هيپوفيزسبب كاهش غلظت سرمي تستوسترون‌مي‌شود.
فارماكوكينتيك جذب خوراكي آن 75درصد است متابوليسم آن سريع بوده ودر اثر عبور اوليه كبدي استراموستين به‌استراديول (به‌مقدار جزئي ، استرون ونيتروژن موستارد هيدروليز مي‌شود. نيمه‌عمر آن در فاز نهايي 20 ساعت است و دفع‌آن از طريق صفرا و مدفوع است
موارد منع مصرف استراموستين دراختلالات ترومبوآمبوليك فعال انفاركتوس ميوكارد، خونريزي مغزي وترومبوفلبيت فعال مگر در مواردي كه خودتومور سبب عارضه ترومبوآمبوليك‌گردد، نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ درصورت وجودترومبوفلبيت سابقه درمان با استروژن زيادي كلسيم خون ناشي از بيماري‌متاستاتيك پستان و زخم معده بايد بااحتياط مصرف شود.
2 ـ دارو يك ساعت قبل يا دو ساعت بعد ازغذا مصرف شود.
3 ـ هنگام مصرف دارو از مصرف شير وساير فرآورده‌هاي لبني و داروهاي حاوي‌كلسيم خودداري شود.
عوارض جانبي عارضه شايع‌استراموستين احتباس سديم و مايعات دربدن (تورم پاها) است
تداخل‌هاي داروئي استراموستين باداروهايي كه سميت كبدي مي‌دهند واستعمال دخانيات تداخل دارد.
نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف يك دوره30-90 روز براي ارزيابي اثربخشي داروكافي است درمان با استراموستين ممكن‌است تا ظهور اثر مطلوب دارو ادامه
يابد.
2 ـ گاهي اوقات براي رفع تهوع و استفراغ‌از فنوتيازين‌ها استفاده مي‌شود ولي ممكن‌است شدت تهوع و استفراغ در بعضي ازبيماران به حدي باشد كه قطع درمان‌ضروري باشد.
مقدار مصرف در بزرگسالان در درمان‌كارسينوماي پروستات به‌صورت‌خوراكي به ميزان 600 mg/m2/day در سه‌مقدار منقسم (يك ساعت قبل يا دو ساعت‌بعد از غذا) يا (10-16 mg/kg/day)

در سه يا چهار مقدار منقسم (يك ساعت‌قبل يا دو ساعت بعد از غذا) تجويزمي‌شود.
اشكال دارويي
Capsule: 140 mg

ETOPOSIDE

موارد مصرف اتوپوزيد در درمان‌كارسينوم ريه و بيضه به‌كار مي‌رود.همچنين در درمان كارسينوم مثانه لنفوم‌هاي هوچكيني و غيرهوچكيني لوسمي حاد ميلوسيتيك ساركوم اوينگ وكاپوسي مصرف شده‌است
مكانيسم اثر: اتوپوزيد مهاركننده آنزيم‌توپوايزومراز II است و با اثر بر مرحله قبل‌از ميتوز تقسيم سلولي ساخت DNAرامهار مي‌كند.
فارماكوكينتيك فراهمي زيستي فرم‌خوراكي حدود 50% است انتشار آن درمايع مغزي ـ نخاعي متغير و كم است متابوليسم دارو كبدي بوده نيمه عمر داروحدود 7 ساعت مي‌باشد. دارو به‌طور عمده‌از طريق كليه دفع مي‌شود.
هشدار: قبل از هر بار مصرف دارو، دهان‌از نظر وجود زخم بررسي شود.
عوارض جانبي كم‌خوني كاهش گلبول‌هاي‌سفيد يا پلاكت‌هاي خون آنافيلاكسي استئوماتيت كاهش اشتها، تهوع و استفراغ‌از عوارض جانبي مهم و نسبت؟ شايع دارومي‌باشند.
نكات قابل توصيه 1 ـ در مورد شكل‌تزريقي براي جلوگيري از افت فشار خون‌به‌صورت انفوزيون و در مدت بيش از30-60 دقيقه انجام شود. از راههاي ديگرتزريق يا تزريق سريع وريدي خودداري‌شود.
2 ـ تعداد گرانولوسيت‌ها 7-14 روز پس ازتجويز و تعداد پلاكتها 9-16 روز پس ازتجويز به حداقل مي‌رسد و در روز بيستم‌به‌ميزان طبيعي برمي‌گردد.
مقدار مصرف
خوراكي
در درمان كارسينوم سلولهاي كوچك‌ريه 70 mg/m2/day (به‌مدت 4 روز) تا100 mg/m2/day (به‌مدت 5 روز) تجويزمي‌شود كه هر 3-4 هفته تكرار مي‌شود.
تزريقي
در كارسينوم بيضه 50-100mg/m2/dayبه‌صورت انفوزيون وريدي در روزهاي‌اول و پنجم درمان تا 100mg/m2/day درروزهاي اول و سوم و پنجم درمان تجويزمي‌شود كه هر 3-4 هفته تكرار مي‌شود. دركارسينوم ريوي با سلول‌هاي كوچك35 mg/m2/day به‌مدت 4 روز تا50 mg/m2/day به‌مدت 5 روز تجويزمي‌شود كه هر 3-4 هفته تكرار مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection: 100 mg/5ml
Capsule: 50 mg, 100 mg

FLUOROURACIL

موارد مصرف فلوئورواوراسيل در درمان‌كارسينوم كولوركتال پستان معده ولوزالمعده به‌كار مي‌رود. همچنين دردرمان كارسينوم مثانه پروستات تخمدان دهانه رحم رحم ريه و كبد، سر وگردن ترشحات ناشي از تومور بدخيم درفضاي جنب صفاق و پريكارد نيز مصرف‌شده‌است فلوئورواوراسيل در درمان‌كراتوز چندگانه ناشي از نور خورشيد وكارسينوم پوست به‌كار مي‌رود. اين دارودر درمان التهاب لب ناشي از نورخورشيد، لكوپني مخاطي درماتيت ناشي‌از پرتو درماني بيماري بوئن واريتروپلازي كوئيرات مصرف شده‌است
مكانيسم اثر: فلوئورواوراسيل آنالوگ‌پيريميدين است در چرخه سلولي به‌طوراختصاصي در فاز S تقسيم سلولي مؤثراست و با تبديل به متابوليت فعال دربافت‌ها باعث مهار ساخت DNA و RNAمي‌شود.
فارماكوكينتيك فلوئورواوراسيل از سدخوني ـ مغزي عبور مي‌كند. متابوليسم‌دارو كبدي و سريع است نيمه عمر تزريق‌وريدي در فاز آلفا 10-20 دقيقه و در فازبتا 20 ساعت مي‌باشد. دفع آن عمدت? ازطريق ريه‌ها (60-80 درصد) و كليه‌ها(7-20 درصد) مي‌باشد.
هشدارها: 1 ـ اين دارو بسيار سمي است وبه محض بروز اولين علائم مسموميت مثل‌اسهال كاهش سلول‌هاي خون زخم وخونريزي گوارشي ازوفاگوفارنژيت خونريزي در هر عضوي استئوماتيت واستفراغ جهنده مصرف دارو بايد قطع‌گردد. با اين وجود مي‌توان مصرف دارو رابا مقدار مصرف كمتر بعد از برطرف شدن‌اين علائم مجدد? از سر گرفت
2 ـ به‌دليل امكان بروز سميت عصبي ازتزريق دارو در داخل غلاف نخاعي‌خودداري شود.
3 ـ از شكل دارويي كرم در بافتهاي با زخم‌خونريزي‌دهنده باتوجه به جذب‌سيستميك و بروز مسموميت و نيز دركلوآسما و روزانه با احتياط مصرف شود.
4 ـ در صورت بروز واكنش‌هاي التهابي‌وسيع روي پوست طبيعي بعد از مصرف‌كرم درمان متوقف شود. همچنين‌واكنش‌هاي التهابي و پاسخ باليني به داوروي پوست ضايعه ديده شامل قرمزي كه‌با تاول همراه است حساس شدن به لمس زخمهاي سطحي نكروزه شدن و رشدبافت اپي‌تليال بر روي ناحيه مي‌باشد. درصورتي كه اين واكنش‌ها به مرحله‌زخمهاي سطحي و نكروز رسيد، مصرف‌دارو بايد قطع شود. كورتيكوستروئيدهاي‌موضعي پس از تكميل درمان با دارومي‌تواند باعث تسريع در بهبود ضايعات‌شود.

عوارض جانبي اسهال ازوفاگوفارنژيت كاهش گلبول‌هاي سفيد يا عفونت استئوماتيت اولسراتيو، درماتيت و زخم‌گوارشي از عوارض جانبي مهم و نسبت?شايع فلوئورواوراسيل مي‌باشند.
واكنش‌هاي التهابي يا حساسيتي سوزش درماتيت تماسي افزايش‌حساسيت پوست به نور، خارش ترشح درد يا حساس شدن موضع به لمس ازعوارض جانبي مهم و نسبت؟ شايع بعد ازمصرف شكل دارويي كرم مي‌باشند.
نكات قابل توصيه 1 ـ بيمار بايد در شروع‌درمان در بيمارستان بستري شود.
2 ـ مقدار مصرف نگهدارنده دارو
براساس نيازهاي فردي هر بيمار وبرمبناي پاسخ‌هاي هماتولوژيك بيمارمتناسب با مقدار مصرف قبلي تنظيم شود.
مقدار مصرف بعدي دارو، تنها پس ازبهبود عوارض سمي مقدار قبلي بايد تجويز شود.
3 ـ اندازه‌گيري پلاكت هماتوكريت ياهموگلوبين و شمارش لكوسيت و پلاكت‌در ابتدا و طول درمان لازمست
4 ـ انفوزيون آهسته وريدي دارو (2-24ساعت از سميت دارو مي‌كاهد، هر چندتزريق سريع داخل وريدي (1-2 دقيقه دارو مؤثرتر است
5 ـ قبل از مصرف كرم فلوئورواوراسيل‌بيوپسي در شروع و طول درمان درصورتي كه كراتوز ناشي از نور خورشيدبه درمان پاسخ نداده و يا پس از درمان‌مجدد? بروز نمايد و نيز براي تأييد بهبودكارسينوم سطحي سلولهاي قاعده‌اي توصيه مي‌شود.
6 ـ در صورت بروز لكه‌هاي صورتي ونرم در محل مصرف دارو قطع شود.
7 ـ احتمال بروز واكنش حساسيت به نورطي درمان با كرم فلوئورواوراسيل و 1-2ماه پس از خاتمه درمان وجود دارد، لذا ازقرار گرفتن در مقابل نور خورشيدخودداري شود.
مقدار مصرف در درمان كارسينوماي‌كولوركتال پستان معده لوزالمعده مثانه پروستات يا تخمدان ابتدا12mg/kg/day-7 به‌مدت 4 روز تجويزمي‌شود كه در صورت عدم بروز علائم‌مسموميت 3 روز بعد 7-10mg/kg هر 3 يا4 روز در ميان به‌مدت 2 هفته تزريق‌وريدي مي‌شود.
برنامه مصرف دارومي‌تواند به‌صورت mg/kg/day 12 به‌مدت4 روز باشد كه در صورت ظاهر نشدن‌علائم مسموميت 6mg/kg يك روز در ميان‌براي 4-5 روز تا مدت 12 روز تكرارمي‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده7-12mg/kg هر 7-10 روز يكبار يا300-500 mg/m2/day براي 4 يا 5 روزاست كه هر ماه تكرار مي‌شود.
در مورد افراد چاق يا بيماراني كه كه‌وزنشان براثر خيز، آسيت يا ساير

مواردا‌حتباس غيرعادي مايعات بالا رفته‌است‌توصيه مي‌شود از وزن اصلي بدن بيمار(lean body mass) استفاده شود.فلوئورواوراسيل را مي‌توان به‌ميزان15 mg/kg يا 500-600 mg/m2 در هفته‌بدون مقدار مصرف اوليه نيز به‌كار برد.حداكثر مقدار مصرف تا 800 mg/day (يا mg/day 400 در بيماران با شدت بيماري‌كمتر) مي‌باشد.
در درمان كراتوز ناشي از نورخورشيد يا اشعه ماورا بنفش 1-2 بار درروز به‌ميزاني كه ضايعه را بپوشاند به‌كارمي‌رود. در كارسينوم سطحي سلولهاي‌قاعده‌اي دو بار در روز و به‌ميزاني كه‌ضايعات را بپوشاند به‌كار مي‌رود. درمان‌بايد حداقل 3-6 هفته و گاه تا 12 هفته ادامه‌يابد.
اشكال دارويي
InJection : 50 mg/ml
Topical Cream: 5%

موارد مصرف اين دارو در درمان‌كارسينوم تخمدان به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: از نظر ساختماني شبيه‌الكيله‌كننده‌ها است ولي در خارج از بدن‌فعاليت الكيله‌كنندگي نشان نمي‌دهد.شواهدي وجود دارد كه نشان مي‌دهد دارومكن است باعث مهار ساخت DNA و RNAشود.
فارماكوكينتيك جذب دارو سريع و خوب‌است به‌دليل متابوليسم سريع كبدي حداكثر غلظت پلاسمايي دارو متغير است متابوليسم دارو كبدي است نيمه عمر دارودر فاز بتا 10/2-4/7 ساعت و زمان‌رسيدن به حداكثر غلظت 3-0/5 ساعت‌بوده دفع دارو كليوي است
هشدارها: 1 ـ سميت ناشي از دارو وابسته‌به مقدار مصرف و تجمعي است داروباعث مهار فعاليت مغز استخوان و سميت‌عصبي خفيف تا ملايم مي‌شود.
2 ـ در صورت بروز خونريزي غيرعادي مدفوع قيري و سياه خون در ادرار يامدفوع و لكه‌هاي قرمز روي پوست بايد به‌پزشك مراجعه شود.
عوارض جانبي كم‌خوني لكوپني سميت‌عصبي مثل اثرات CNS و نوروپاتي‌محيطي كاهش پلاكت‌هاي خون تهوع واستفراغ از عوارض جانبي مهم و نسبت?شايع دارو مي‌باشند.
تداخل‌هاي داروئي هگزامتيل ملامين باداروهاي مهاركننده منوآمين‌اكسيد از (MAO)تداخل دارد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت بروزعوارضي از قبيل عدم تحمل و عدم پاسخ دستگاه گوارش به درمان علامتي وجود تهوع و استفراغ شديد)، كاهش‌تعداد سلول‌هاي خوني و سميت عصبي‌پيشرونده مصرف دارو موقت? قطع شود.حداقل بعد از 14 روز وقفه درمان با مقدار
كمتر دوباره شروع شود. در صورت
ادامه سميت عصبي حتي بعد از كاهش‌مقدار مصرف بايد مصرف دارو قطع‌شود.
2 ـ ميزان سميت عصبي متناسب با مقدارمصرف است سميت عصبي با قطع‌مصرف دارو برگشت‌پذير است لازم است‌در فواصل درمان آزمايشات نورولژيك‌انجام شود.
3 ـ براي كاهش عوارض گوارشي داروبعد از غذا ميل شود.
مقدار مصرف در درمان كارسينوم‌تخمدان 260 mg/m2/day در چهار نوبت‌منقسم بعد از هر نوبت غذا و موقع خواب‌به‌مدت 14-21 روز متوالي از يك دوره 28روزه مصرف شود.

اشکال دارویي
Capsule: 100 mg

HYDROXYUREA

موارد مصرف هيدوركسي اوره در درمان‌كارسينوم تخمدان كنترل موضعي‌كارسينوم سلولهاي سنگفرشي سر وگردن به استثناء لبها و كارسينوم پيشرفته‌پروستات در درمان لوسمي ميلوسيتيك‌مزمن و ملانوم بدخيم و پلي سيتمي ورامصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: ظاهر? هيدوركسي اوره درمرحله S تقسيم سلولي اثر مي‌گذارد و درساخت DNAتداخل مي‌نمايد بدون آن كه‌تأثيري بر ساخت RNA يا پروتئين داشته‌باشد.
فارماكوكينتيك هيدوركسي اوره به خوبي‌از مجراي گوارشي جذب مي‌شود.متابوليسم آن كبدي است و از سد خوني ـمغزي عبور مي‌كند و دفع آن كليوي (50درصد به‌صورت تغيير نيافته و ريوي به‌صورت دي اكسيد كربن است
عوارض جانبي كم‌خوني غيرطبيعي‌شدن‌اريتروسيت‌ها و لكوپني از عوارض شايع‌هيدوركسي اوره هستند.
مقدار مصرف مقدار مصرف بزرگسالان‌در كارسينوم سر و گردن يا تخمدان ياملانوم بدخيم مقدار 60-80 mg/kg يا
2-3 g/m2 در يك مقدار مصرف واحد هرسه روز به‌صورت تنها يا همراه باراديوتراپي و يا 20-30 mg/kg/day در يك‌وعده و در لوسمي ميلوسيتيك مزمن‌مقاوم روزانه به مقدار 20-30 mg/kgبه‌صورت يك جا و يا در دو وعده منقسم‌تجويز مي‌شود.
اشكال دارويي
Capusle: 500 mg

IDARUBICIN

موارد مصرف ايداروبيسين به‌همراه سايرداروهاي ضد لوسمي براي درمان AMLدر بزرگسالان مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: ايداروبيسين از طريق واكنش‌با آنزيم توپوايزومراز II مانع ساخت‌اسيدهاي هسته‌اي مي‌شود.
فارماكوكينتيك نيمه عمر دارو حدود 22ساعت است دفع دارو عمدت? صفراوي وبه‌صورت متابوليت است ايداروبيسين تابيش از صد برابر غلظت پلاسمايي درسلول‌هاي هسته‌دار خون و مغز استخوان‌تجمع مي‌يابد.
هشدارها: 1 ـ اغلب بيماراني كه‌ايداروبيسين را با مقادير درماني مصرف‌مي‌كنند به تضعيف شديد مغز استخوان‌مبتلا مي‌شوند. اين عارضه ممكن است‌منجر به مرگ بيمار ناشي از عفونت و ياخونريزي شديد شود.
2 ـ ايداروبيسين ممكن است باعث ايجادعوارض سمي قلبي شود.
عوارض جانبي عفونت تهوع و استفراغ ريزش مو، اسهال و كرامپ‌هاي شكمي خونريزي و موكوزيت از عوارض شايع‌ايداروبيسين هستند.
نكات قابل توصيه 1 ـ ايداروبيسين بايدآهسته و طي 10-15 دقيقه تزريق شود.
2 ـ ايداروبيسين هنگام تزريق نبايد با سايرداروها مخلوط شود.
مقدار مصرف به‌منظور درمان AMLمقدار12 mg/m2/day به‌مدت 3 روز همراه باسيتارابين تزريق آهسته وريدي مي‌شود.ممكن است مقدار 100 mg/m2/day به‌مدت7 روز به‌صورت انفوزيون مداوم و يا25 mg/m2 به‌صورت تزريق واحد همراه با200 mg/m2/day به‌مدت 5 روز به‌صورت‌انفوزيون مداوم نيز مصرف شود.
اشكال دارويي
Injection: 5 mg, 10 mg

IFOSFAMIDE

موارد مصرف موارد مصرف ايفوسفاميدتا حد زيادي مشابه سيكلوفسفاميد است
مكانيسم اثر: اين دارو ايزومرسيكلوفسفاميد بوده و اثرات آلكيله‌كننده‌آن احتمالا مشابه سيكلوفسفاميد است
فارماكوكينتيك اين دارو در كبد متابوليزه وفعال مي‌گردد و نيمه عمر آن حدود 3 روزاست
عوارض جانبي عوارض سمي آن بر روي‌مجاري ادراري ممكن است بيشتر ازسيكلوفسفاميد باشد. تهوع استفراغ اختلالات سيستم عصبي مركزي از جمله‌اغتشاش شعور و بي‌حالي از عوارض‌جانبي مهم دارو هستند.
مقدار مصرف مقدار g/m2/day 1 به‌مدت 5روز تزريق وريدي مي‌شود كه هر 3 هفته‌يكبار قابل تكرار است
اشكال دارويي
Injection: 1g

(INTERFERONS (ALPHA

موارد مصرف انترفرون آلفا در درمان‌لوسمي Hairy cell، كونديلوماتا الكوميناتا،هپاتيت مزمن فعال non A و non B/C،ساركوم كاپوسي همراه با ايدز، كارسينوم‌مثانه كارسينوم كليه لوسمي ميلوسيتيك‌مزمن پاپيلوماتوزيس لارنژيال لنفوم‌هاي‌غيرهوچكيني ملانوم بدخيم ميلوم‌مولتيپل و ميكوزفونگوئيد مصرف‌مي‌شود. اين دارو همچنين در درمان‌كارسينوم دهانه رحم نيز مصرف‌شده‌است
مكانيسم اثر: انترفرون‌ها اثر ضدويروس ضدتكثير و تقويت ايمني دارند. فعاليت‌ضدويروس و ضدتكثير آن به‌علت تغييردر ساخت DNA و RNA و پروتئين‌هاي‌سلولي شامل انكوژن‌هاست انتروفرون‌همچنين باعث كاهش تكثير سلول و نيزافزايش فعاليت فاگوسيتيك ماكروفاژها واثرات سيتوتوكسيسيته لنفوسيت‌ها برروي سلول‌هاي هدف مي‌شود.
فارماكوكينتيك جذب عضلاني يا زيرجلدي‌دارو بيش از 80% است متابوليسم داروكليوي است نيمه عمر آلفا 2a ركامبيننت‌بعد از تزريق عضلاني 6-8 ساعت وبه‌صورت انفوزيون وريدي 7/3-5/8ساعت است نيمه عمر آلفا 2bركامبيننت‌بعد از تزريق عضلاني يا زيرجلدي 2-3ساعت است با مقدار مصرف روزانه‌به‌صورت تزريق عضلاني ممكن است‌دارو در بدن تجمع يابد. زمان رسيدن به‌حداكثر اثر شكل ركامبيننت آلفا 2a با يك‌نوبت تجويز عضلاني 3/8 ساعت و از راه‌جلدي 7/3 ساعت است و براي ركامبيننت‌آلفا 2bبه‌صورت يك نوبت تجويزعضلاني يا زيرجلدي 3-12 ساعت است
هشدارها: 1 ـ در صورت حساس بودن‌بيمار به انترفرون آلفا ممكن است به انواع‌ديگر آن نيز حساسيت نشان دهد. بيماران‌حساس به ايمونوگلبولين موش ممكنست‌به انترفرون ركامبيننت آلفا 2aنيز حساس‌باشند.
2 ـ به‌دليل تفاوت در مقدار مصرف‌نمي‌توان انواع انتروفرونهاي آلفا را بدون‌دستور پزشك به‌جاي هم مصرف نمود.
3 ـ در صورت وجود بيماري اتوايمون ياسابقه آن بيماري شديد قلبي مثل‌انفاركتوس ميوكارد اخير، ديابت مليتوس‌مستعد به كتواسيدوز، بيماري ريه آبله‌مرغان زونا، اختلال كار CNS، سايكوزشديد يا سابقه ابتلاء به آن اختلالات‌تشنجي حساسيت به دارو، درمان هپاتيتnon A و non B/C، عيب كار تيروئيد وكاهش فعاليت مغز استخوان با احتياطفراوان مصرف شود.
4 ـ در صورت بروز خونريزي غيرعادي مدفوع سياه و قيري خون در ادرار يامدفوع و بروز لكه‌هاي قرمز رنگ روي‌پوست با پزشك تماس گرفته‌شود.
5 ـ در صورت بروز عوارض جانبي شديد،كاهش مقدار مصرف تا 50 درصد

و يا قطع‌موقتي مصرف دارو پيشنهاد مي‌شود.
عوارض جانبي تغيير حس چشايي يااحساس طعم فلزي اسهال سرگيجه خشكي دهان سندرم شبه سرماخوردگي كاهش اشتها، تهوع و استفراغ بثورات‌جلدي خستگي غيرعادي كم خوني لكوپني ترومبوسيتوپني مسموميت كبدي‌و كاهش نسبي ميزان مو از عوارض جانبي‌مهم و نسبت؟ شايع دارو مي‌باشند.
نكات قابل توصيه 1 ـ كاهش اشتها وخستگي غيرعادي با ادامه مصرف بيشترمشخص مي‌شود و ممكن است نياز به‌كاهش مقدار مصرف باشد. كم اشتهايي‌معمولا طي 4 هفته و خستگي غيرعادي‌هفته‌ها بعد از قطع دارو برطرف مي‌شود.همچنين تهوع و استفراغ معمولا 3-5 روزبعد از قطع مصرف دارو برطرف مي‌گردد.
2 ـ تزريق زيرجلدي براي بيماراني كه‌ترومبوسيتوپني دارند و يا خطر خونريزي‌در آنها وجود دارد، ترجيح داده مي‌شود.
3 ـ كاهش فشار خون طي درمان يا تا 2روز بعد از درمان ديده مي‌شود و نياز به‌درمان كمكي جانشيني مايعات دارد. لازم‌است بيماران به‌خصوص در شروع درمان‌براي كاهش خطر افت فشار خون و ازدست رفتن مايعات مايعات فراوان‌مصرف كنند. گاهي نيز افزايش فشار خون‌مشاهده مي‌شود كه خفيف و گذرا مي‌باشد.
4 ـ كاهش تعداد لكوسيت و پلاكت بامصرف انترفرون آلفا 2b ركامبيننت طي3-5 روز درمان مشاهده مي‌شود و 3-5روز بعد از قطع مصرف دارو بهبودمي‌يابد.
5 ـ سندرم شبه سرماخوردگي در اغلب‌بيماران و به‌طور قطع بيشتر در هفته اول‌درمان مشاهده مي‌شود كه به‌تدريج به‌علت‌مقاومت طي 2-4 هفته و با ادامه درمان‌كاهش مي‌يابد. در صورت تكرار تب وسردرد و علائم شبه سرماخوردگي قبل وبعد از مصرف انترفرون ممكن است نياز به‌استامينوفن باشد. در صورت تداوم‌سردرد كاهش مقدار مصرف دارو پيشنهادشده است
مقدار مصرف
انترفرون آلفا 2a: در درمان لوسميHairy cell به‌صورت عضلاني يا زيرجلدي‌ابتدا 3 ميليون واحد در روز به‌مدت 16 روزتا 24 هفته مصرف مي‌شود. براي درمان‌نگهدارنده به‌صورت عضلاني يا زيرجلدي3 ميليون واحد سه بار در هفته به‌كارمي‌رود. در ساركوم كاپوسي همراه با ايدزبه‌صورت عضلاني يا زير جلدي ابتدا 36ميليون واحد در روز به‌مدت 10-12 هفته‌يا 3 ميليون واحد در روز در روزهاي اول‌تا سوم و 9 ميليون واحد در روزهاي‌چهارم تا ششم و 18 ميليون واحد در روزدر روزهاي هفتم تا نهم درمان مصرف‌مي‌شود و براي باقيمانده دوره 10-12هفته‌اي روزي

36 ميليون واحد تزريق‌مي‌شود. در درمان نگهدارنده به‌صورت‌عضلاني يا زير جلدي 36 ميليون واحد سه‌بار در هفته تزريق مي‌گردد.
انترفرون آلفا 2b: در درمان لوسميHairy cell به‌صورت عضلاني يا زيرجلدي2 ميليون واحد سه بار در هفته تزريق‌مي‌شود. در درمان كوندیلوماتا آكومیناتابه‌صورت تزريق داخل ضايعه 1 ميليون‌واحد در زگيل (تا 5 زگيل سه بار در هفته‌يك روز در ميان به‌مدت سه هفته تجويزمي‌شود. در صورتي كه پاسخ دلخواه‌حاصل نشد، 12-16 هفته بعد از شروع‌درمان اوليه دوره دوم تجويز مي‌شود. درصورتي كه تعداد زگيل‌ها 6-10 عدد باشدمي‌توان 5 زگيل را در دوره اول و 5 زگيل رادر دوره دوم درمان نمود و در صورتي كه‌بيشتر از 10 زگيل باشد نياز به دوره‌هاي‌بعدي مي‌باشد. در ساركوم كاپوسي همراه‌با ايدز به‌صورت عضلاني يا وريدي 30ميليون واحد به ازاي هر مترمربع سطح‌بدن سه بار در هفته تجويز مي‌شود. دردرمان هپاتيت مزمن فعال non A وnonB/C به‌صورت عضلاني يا زير جلدي3 ميليون واحد سه بار در هفته تزريق‌مي‌گردد و در صورت عود بيماري مقدارمصرف تكرار مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection

LEUCOVORIN

موارد مصرف لوكوورين پادزهرمسموميت با آنتاگونيست‌هاي اسيد فوليك‌مانند پيريمتامين متوتركسات ياترمتوپريم مي‌باشد. لوكوورين جهت‌جلوگيري از مسموميت شديد ناشي ازمصرف بيش از اندازه متوتركسات يادرمان با مقادير زياد اين دارو به‌عنوان‌بخشي از برنامه‌هاي شيمي درماني دردرمان چند نوع سرطان مصرف مي‌شود.همچنين لوكوورين براي درمان كم‌خونيهاي مگالوبلاستيك ناشي از اسپرو،كمبودهاي تغذيه‌اي آبستني وشيرخوارگي كه درمان با اسيد فوليك‌خوراكي در مورد آن عملي نيست به‌كارمي‌رود.
مكانيسم اثر: لوكوورين ممكن است ازطريق رقابت با متوتركسات در فرآيندانتقال به داخل سلول مانع اثر متوتركسات‌روي سلول‌هاي مغز استخوان و مجراي‌گوارش شود اما ظاهر? بر مسموميت‌كليوي ناشي از مصرف متوتركسات‌بي‌تأثير است
فارماكوكينتيك لوكوورين پس از مصرف‌خوراكي به سرعت جذب شده و مقاديرمتوسطي از آن از سد خوني ـ مغزي عبورمي‌كند و به‌مقدار زياد در كبد تجمع مي‌يابد.طول مدت اثر آن در همه راههاي مصرف‌دارو 3-6 ساعت است ميزان 80-90درصد دارو از طريق كليه دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت وجود كم‌خوني پرنيسيوز يا كمبود ويتامين B12نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در نقص كار كليه به‌علت‌اشكال در دفع متوتركسات خطرمسموميت افزايش خواهد يافت و ممكن‌است منجر به ضعف شديد مغز استخوان والتهاب مخاطها گردد.
2 ـ لوكوورين ممكن است دفعات بروزحملات صرعي را در كودكان مستعدافزايش دهد.
عوارض جانبي به‌صورت نادر بثورات‌جلدي كهير، خارش يا خس خس سينه‌ناشي از مصرف دارو گزارش شده‌است
تداخل‌هاي داروئي مصرف مقادير زيادلوكوورين ممكن است اثر ضد تشنج‌باربيتورات‌ها، هيدانتوئين و پريميدون راختثي كند. استفاده همزمان لوكوورين بافلورواوراسيل ممكن است ضمن افزايش‌اثرات درماني آثار سمي فلورواوراسيل رانيز افزايش دهد. اگر چه اين دو دارو ممكن‌است در مواردي با هم مصرف شوند.
نكات قابل توصيه در صورتي كه يك نوبت‌مصرف دارو فراموش شد فور? به پزشك‌مراجعه گردد مصرف مقادير اضافي‌لوكوورين ممكن است لازم باشد.

مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان و كودكان به‌عنوان پادزهرمتوتركسات 10 mg/m2 هر 6 ساعت‌مصرف مي‌شود. براي پيريمتامين ياتري‌متوپريم به‌منظور پيش‌گيري ازمسموميت مقدار 5-0/4 ميلي‌گرم‌لوكوورين همراه با هر نوبت مصرف‌داروي آنتاگونيست اسيد فوليك مصرف‌مي‌شود و به‌منظور درمان مقدار5-15mg/day لوكوورين مصرف مي‌شود.در كم‌خوني مگالوبلاستيك ناشي از كمبودفولات حداكثر تا مقدار 1 mg/day مصرف‌مي‌شود.
تزريقي
به‌عنوان پادزهر آنتاگونيست‌هاي اسيدفوليك براي متوتركسات 10 mg/m2 هر 6ساعت تزريق وريدي يا عضلاني مي‌شود.براي پيشگيري از مسموميت ناشي ازپيريمتامين يا تري‌متوپريم مقدار 5-0/4ميلي‌گرم لوكوورين همراه با هر نوبت‌مصرف داروي آنتاگونيست اسيد فوليك‌عضلاني تزريق مي‌شود و به‌منظور درمان‌مقدار 15-5 mg/day لوكوورين تزريق‌عضلاني مي‌گردد. در كم‌خوني‌مگالوبلاستيك ناشي از كمبود فولات‌حداكثر تا مقدار mg/day 1 تزريق عضلاني‌مي‌شود. در درمان كارسينوماي كولوركتال‌به‌صورت وريدي 300 mg/m2 در حداقل سه‌دقيقه و به‌دنبال آن 425-370 mg/m2فلورواوراسيل وريدي تزريق مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection: 30mg, 3mg/ml, 25mg/5ml
Tablet: 15 mg

LOMUSTINE

موارد مصرف لوموستين در درمان‌تومورهاي مغزي دستگاه گوارش ريه لنفوم هوچكيني كليه پستان ميولم‌مولتيپل و ملانوماي بدخيم به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: لوموستين از دسته داروهاي‌آلكيله‌كننده است و به‌همراه متابوليت‌هايش‌با عمل DNA و RNAتداخل كرده و با مهارواكنش‌هاي آنزيمي ساخت DNA را نيزمهار مي‌كند.
فارماكوكينتيك جذب خوراكي لوموستين‌خوب و سريع بوده و از سد مغزي ـ خوني‌نيز عبور مي‌كند. متابوليسم آن كبدي وسريع است و به متابوليت‌هاي فعال تبديل‌مي‌شود. دفع آن كليوي است لوموستين‌چرخه روده‌اي ـ كبدي نيز دارد.
عوارض جانبي كاهش ايمني كاهش‌سلول‌هاي خوني و عفونت از عوارض‌شايع اين دارو است
نكات قابل توصيه 1 ـ درمان با لوموستين‌را بايد تنها در صورت مؤثر بودن ادامه‌داد. اگر پس از 1-2 دوره درمان پاسخي‌به‌دست نيامد احتمال مؤثر بودن داروبسيار كم است
2 ـ گاهي اوقات واكنش‌هاي مقاومت‌متقاطع بين كارموستين و لوموستين ديده‌شده‌است
3 ـ تجويز داروهاي ضد استفراغ پيش
از مصرف دارو و همچنين مصرف دارودر حالت ناشتا، در بعضي موارد از شدت و دفعات تهوع و استفراغ كاسته‌است
4 ـ به‌علت اثرات تجمعي و ديررس كاهش‌فعاليت مغز استخوان ناشي از لوموستين دارو نبايد با فواصل كمتر از شش هفته‌تجويز گردد.
مقدار مصرف مقدار 100-130 mg/m2به‌صورت مقدار واحد مصرف مي‌شود كه‌هر شش هفته يكبار مي‌توان آن را تكرارنمود. وقتي با ساير داروها به‌صورت‌تركيبي مصرف مي‌شود مقدار مصرف‌كاهش مي‌يابد. در بيماراني كه مبتلا به‌كاهش فعاليت مغز استخوان هستند مقدار100 mg/m2 به‌صورت مقدار واحدمصرف مي‌شود كه هر شش هفته يكبارتكرار مي‌شود.
اشكال دارويي
Capsule: 40 mg

MELPHALAN

موارد مصرف ملفالان در درمان‌كارسينوماي تخمدان پستان بيضه وميولم مولتيپل مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: ملفالان داروي گروه‌آلكيله‌كننده است و در چرخه سلولي‌به‌طور غيراختصاصي اثر مي‌كند. اثر اين‌دارو عمدت? مربوط به ايجاد اتصال بين
دو رشته مولكولي DNA و RNA و مهارساخت پروتئين است همچنين تا حدي‌داراي فعاليت كاهنده ايمني نيز
مي‌باشد.
فارماكوكينتيك جذب خوراكي آن ناقص ومتغيير است در مايعات و بافتهاي بدن‌غيرفعال شده ولي در خون به مدت شش‌ساعت فعال باقي مي‌ماند. نيمه عمر ان‌تقريب? 90 دقيقه است دفع آن از طريق كليه‌و مدفوع مي‌باشد.
هشدارها: در صورت وجود انفيلتراسيون‌سلولي تومور مغز استخوان و سابقه‌درمان با داروهاي سمي براي سلول ياپرتو درماني طي 3-4 هفته قبل از مصرف‌ملفالان دارو با احتياط فراوان مصرف‌شود.
عوارض جانبي نوتروپني يا عفونت وكاهش پلاكت‌هاي خون از عوارض شايع‌اين دارو است
نكات قابل توصيه 1 ـ مقدار مصرف اين‌دارو بايد براساس نيازهاي فردي هر بيمارو مبتني بر پاسخ‌هاي باليني و ميزان كاهش‌فعاليت مغز استخوان به‌خصوص به‌علت‌جذب غيرقابل اطمينان ملفالان تنظيم شود.
2 ـ آشاميدن آب كافي و گاهي تجويزآلوپورينول به‌منظور جلوگيري ازنفروپاتي در بيماران مبتلا به لوسمي ولنفوم توصيه مي‌شود. همچنين ممكن است‌قلياييِ كردن ادرار نيز لازم شود.
3 ـ توصيه مي‌شود كه در صورت بروزلكوپني كاهش گلبول‌هاي سفيد يا پلاكت‌خون درمان با ملفالان قطع شود. هنگامي‌كه نتايج معاينات باليني و آزمايشگاهي‌رضايتبخش گرديد مي‌توان درمان را ادامه‌داد.
مقدار مصرف در ميولم مولتيپل مقدار0/15mg/kg/day به مدت هفت روز مصرف‌مي‌شود كه يك دوره وقفه تجويز حداقل‌سه هفته‌اي به‌دنبال دارد. مقدار مصرف‌نگهدارنده mg/kg/day 0/05 خواهد بود. درروش ديگر مقدار mg/kg/day 0/25 براي‌چهار روز مصرف مي‌شود كه يك دوره‌استراحت 2-4 هفته‌اي به‌دنبال دارد. مقدارمصرف نگهدارنده mg/day 2-4 است درروش سوم مصرف مقدار mg/m2/day 7 يا0/25 mg/kg/day به مدت 5 روز مي‌باشدكه هر 5-6 هفته يكبار تكرار

مي‌شود. تنظيم‌مقدار مصرف بايد طوري باشد كه حداقل‌اثر كاهنده گويچه‌هاي سفيد و پلاكت‌هابروز نمايد. در درمان كارسينوم تخمدان0/2mg/kg/day به مدت 5 روز مصرف‌مي‌شود كه هر 4-6 هفته در صورت‌بازگشت تعداد سلولهاي خوني به‌مقدارطبيعي تكرار مي‌گردد.

اشكال دارويي

Tablet: 2 mg

MERCAPTOPURINE

موارد مصرف مركاپتوپورين در درمان‌لوسمي‌هاي لنفوسيتيك حاد،ميلومونوسيتيك حاد و ميلوسيتيك حاد ودرمان لوسمي ميلوسيتيك مزمن لنفوم‌هاي غيرهوچكيني پلي‌سيتمي ورا،بيماري التهابي روده و آرتريت ناشي ازپسوريازيس مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: مركاپتوپورين آنتي‌متابوليت‌و آنالوگ پورين است در چرخه تقسيم‌سلولي به‌طور اختصاصي در مرحله Sعمل‌كرده و با فعال شدن در بافتها باعث‌مهار ساخت DNA و تا حدي RNAمي‌شود.
فارماكوكينتيك جذب دارو از مجراي‌گوارش متغير و ناقص (تا 50 درصد) است از سد خوني ـ مغزي عبور مي‌كند اما نه به‌ميزاني كه براي درمان لوسمي مننژيال‌كافي باشد. متابوليسم دارو كبدي است نيمه عمر دارو 3 مرحله‌اي و به‌ترتيب 45دقيقه 2/5 ساعت و 10 ساعت بوده و دفع‌دارو كليوي است
هشدارها: 1 ـ مصرف دراز مدت‌مركاپتوپورين در بيماريهاي‌غيرنئوپلاسمي به‌علت اثرات بالقوه‌سرطان زايي دارو، با احتياط فراوان انجام‌شود.
2 ـ چون ممكن است اثرات مركاپتوپورين‌دير‌رس باشد، توصيه مي‌شود به محض‌مشاهده اولين علائم كاهش گلبولهاي
سفيد (به‌خصوص گرانولوسيتوپني ياترومبوسيتوپني خونريزي و يا يرقان درمان با دارو فور? قطع شود. پس ازبازگشت تعداد لكوسيتها براي 2-3 روز ويا افزايش تعداد آن درمان را مي‌توان بانصف مقدار اوليه از سر گرفت
3 ـ كاهش گلبولهاي سفيد وترومبوسيتوپني (معمولا خفيف ممكن‌است 5-6 روز پس از شروع درمان ايجاد وبه‌مدت 7 روز پس از قطع مصرف دارواداده يابد.
عوارض جانبي كم‌خوني مسموميت كبديا انسداد صفراوي كاهش ايمني كاهش‌گلبول‌هاي سفيد يا عفونت ترومبوسيتوپني افزايش اسيد اوريك‌خون نفروپاتي ناشي از اسيد اوريك كاهش اشتها، تهوع و استفراغ زخم‌گوارشي و استئوماتيت از عوارض جانبي‌مهم و نسبت? شايع دارو مي‌باشند.
نكات قابل توصيه 1 ـ در مواردي كه بيمار600mg/day-300 آلوپورينول (براي‌پيشگيري از هيپراوريسمي يا كند شدن‌متابوليسم مركاپتوپورين مصرف مي‌كند،ميزان مصرف دارو بايد به 1/4 تا 1/3مقدار مصرف كاهش يابد.
2 ـ در لوسمي حاد با وجودترومبوسيتوپني و خونريزي درمان ادامه‌يابد چون در بعضي موارد توقف‌خونريزي و افزايش تعداد پلاكت‌ها در حين‌درمان

ديده شده‌است و در مواردي نيزتجويز پلاكت توصيه شده است
مقدار مصرف
بزرگسالان در درمان لوسمي لنفوسيتيك‌حاد، لوسمي ميلوسيتيك حاد و لوسمي‌ميلومنوسيتيك حاد، ابتدا 2/5mg/kg/day يا80-100mg/m2/day به‌صورت مقدارواحد يا در مقادير منقسم به‌كار مي‌رود.اگر پاسخ باليني مناسب و كاهش‌لكوسيت‌ها 4 هفته پس از مصرف اين مقداريده نشد، مقدار مصرف را مي‌توان تا5mg/kg/day افزايش داد. به‌عنوان مقدارنگهدارنده به‌ميزان 2/5mg/kg/day-1/5 يا50-100mg/m2/day مصرف مي‌شود. دردرمان بيماري التهابي روده1/5mg/kg/day مصرف مي‌شود كه درصورت نياز تنظيم مي‌شود. اگر پاسخ‌باليني مناسب و كمي گلبولهاي سفيد پس از2-3 ماه حاصل نشد مي‌توان مقدارمصرف را تدريج؟ تا 2/5mg/kg/dayافزايش داد.
كودكان در درمان لوسمي لنفوسيتيك‌حاد، لوسمي ميلوسيتيك حاد و لوسمي‌ميلومنوسيتيك حاد، مقدار 2/5 mg/kg/dayيا 75 mg/m2/day به‌صورت مقدار واحد يادر مقادير منقسم مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 50 mg

MESNA

موارد مصرف مسنا در پيشگيري ازسيستيت هموراژيك در بيماران تحت‌درمان يا ايفوسفاميد و سيكلوفسفاميدمصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: مسنا در كليه به متابوليت‌هاي‌سيكلوفسفاميد و ايفوسفاميد متصل واثرات سمي آنها را كاهش مي‌دهد.
فارماكوكينتيك نيمه عمر مسنا 0/36 ساعت‌و دفع آن كليوي است
عوارض جانبي واكنش‌هاي حساسيتي اسهال تهوع و استفراغ از عوارض شايع‌مسنا هستند.
مقدار مصرف براي پيشگيري از سيستيت‌هموراژيك ناشي از مصرف ايفوسفاميدمسنا به ميزان 20 درصد وزني مقدارمصرف ايفوسفاميد همزمان تزريق‌وريدي مي‌شود اين مقدار چهار و هشت‌ساعت بعد نيز تكرار مي‌شود. مقدارمصرف تام مسنا در روز معادل 60 درصدمقدار مصرف تام ايفوسفاميد در روزاست
اشكال دارويي
Injection: 400 mg/4ml

METHOTREXATE

موارد مصرف متوترکسات در درمان‌کارسینوم پستان سر و گردن ریه تومورتروفوبلاستیك لوسمي لنفوسیتیك حاد،لوسمي منتژیال لنفومهاي غیر هوچکیني میکوزفونگوئید، استئوسارکوما،پسوریازیس و آرتریت روماتوئید به‌کارمي‌رود. همچنین در درمان کارسینوم‌گردن رحم تخمدان مثانه کلیه پروستات‌و بیضه لوسمي میلوسیتیك حاد، میلوم‌مولتیپل آرتریت ناشي از پسوریازیس ودرماتومیوزیت نیز مصرف شده‌است
مکانیسم اثر: متوترکسات آنتي متابولیت وآنالوگ اسید فولیك است که با اتصال به‌دي‌هیدروفولات ردوکتاز از احیاي‌دي‌هیدروفولات به تتراهیدروفولات‌جلوگیري مي‌کند و در نتیجه باعث مهارساخت DNA، RNA، تیمیدیلات و پروتئین‌مي‌شود. سلولهایي که تکثیر سریع دارندبیش از سایر سلولهاي تحت تأثیر این داروقرار مي‌گیرند.
فارماکوکینتیك جذب دارو بسیار متغیراست از سد خوني ـ مغزي به مقدار کم‌عبور مي‌کند، در حالي که پس از تزریق ازراه غلاف طناب نخاعي به‌راحتي واردجریان خون مغزي مي‌شود. متابولیسم‌دارو کبدي است نیمه عمر نهایي با مقادیرمصرف پایین 3-10 ساعت و در مقادیربالا 8-15 ساعت است زمان لازم براي‌رسیدن به حداکثر غلظت سرمي بعد ازمصرف خوراکي 1-2 ساعت و بعد ازتزریق عضلاني 30-60 دقیقه مي‌باشد.دفع دارو عمدت? کلیوي است
موارد منع مصرف در نارسایي سیستم‌ایمني به‌عنوان داروي ضد نئوپلاسم جزدر موارد خاص نباید مصرف شود. درموارد غیرنئوپلاسم نیز در صورت وجودنارسائي ایمني عیب شدید کار کلیه و کبد وکاهش فعالیت مغز استخوان نباید مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ باتوجه به اثرات سرطان زایي‌بالقوه دارو، مصرف طولاني مدت آن درموارد غیرنئوپلاسم باید با احتیاط فراوان‌صورت گیرد.
2 ـ در آسیت انسداد مجراي گوارش وجود ترشحات جنب یا صفاق موکوزیت زخم گوارشي و کولیت اولسراتیو باید بااحتیاط فراوان مصرف شود.
3 ـ در صورت بروز اسهال یا استئوماتیت‌اولسراتیو مصرف دارو قطع شود چون‌احتمال انتریت خونریزي‌دهنده وپرفوراسیون کشنده وجود دارد. همچنین‌در صورت بروز علائم ریوي (به‌خصوص‌سرفه‌هاي خشك و آزاردهنده مصرف‌دارو قطع شود چون خطر مسمومیت‌ریوي برگشت‌ناپذیر وجود دارد.
4 ـ درمان با مقادیر زیاد متوترکسات رانباید آغاز کرد، مگر این که لکوورین

(براي‌جلوگيري از عوارض خوني و گوارشي دردسترس باشد. همچنين بايد لكوورين راپس از مصرف متوتركسات تجويز كرد (نه‌همزمان تا با اثر ضدنئوپلاسم آن تداخل‌نكند.
5 ـ درمان نئوپلاسم با متوتركسات را
نبايد آغاز كرد مگر اينكه كليرانس
كراتينين و غلظت كراتينين سرم در حدطبيعي باشد.
عوارض جانبي زخم و خونريزي گوارشي اسهال پرفوراسيون گوارشي (ممكنست‌كشنده باشد)، كاهش گلبولهاي سفيد خون عفونت باكتريايي يا سپتي سمي كاهش‌پلاكت‌هاي خون استئوماتيت زخم ژنژيويت فارنژيت كاهش اشتها، تهوع واستفراغ از عوارض جانبي مهم و نسبت?شايع متوتركسات مي‌باشند. در درمان‌نئوپلاسم با مقادير بالا عوارض شايع‌شامل نارسايي كليه ازتمي هيپراوريسمي نفروپاتي حاد، سميت حادناشي از مسموميت با دارو، واسكوليت‌پوستي يا آفتاب سوختگي و افزايش‌اريتروماتوز ناشي از درمان با اشعه UVمي‌باشد.
تداخل‌هاي داروئي مصرف توأم دارو باآسيكلوويرتزريقي داروهاي‌هپاتوتوكسيك داروهاي ضد التهاب‌غيراستروئيدي آسپاراژيناز وسالسيلات‌ها، باعث تشديد عوارض سمي‌متوتركسات مي‌گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ احتمال بروز و شدت‌عوارض جانبي به‌خصوص مسموميت‌كبد به فواصل زماني و طول مصرف داروبستگي دارد.
2 ـ در تزريق دارو از راه غلاف طناب‌نخاعي مقادير زيادي متوتركسات واردجريان خون مي‌شود و در بيماراني كه‌به‌طور سيستميك نيز دارو دريافت مي‌كنندبراي جلوگيري از سميت تنظيم مجددمقدار مصرف سيستميك توصيه مي‌شود.
3 ـ تعداد لكوسيتها و پلاكت‌ها 7-10 روزبعد از تجويز دارو به حداقل مي‌رسد و 7روز بعد به ميزان طبيعي برمي‌گردد.
4 ـ در بيماران مبتلا به آسيت انسدادمجراي گوارش وجود ترشحات جنب ياصفاق و عيب كار كليه ممكن است مقاديربيشتر و يا مدت زمان مصرف طولاني‌ترلكوورين لازم باشد، توصيه مي‌شود طول‌مدت مصرف لكوورين براساس غلظت‌پلاسمايي متوتركسات تعيين گردد.
5 ـ در درمان پسوريازيس زماني كه‌پاسخ باليني مطلوب به‌دست آمد توصيه‌مي‌شود كه مقادير دارو تدريج? كاهش‌داده شود و زمان استراحت (قطع مصرف‌دارو) را به حداكثر زماني كه پاسخ مناسب‌را ايجاد كند، افزايش يابد. توصيه مي‌شودكه هر چه سريعتر از درمانهاي موضعي‌معمول در درمان پسوريازيس استفاده‌شود.
مقدار مصرف
خوراكي

بزرگسالان در درمان كوريو كارسينوما،كوريوادنوم تخريبي و مول هيداتيفرم ازراه عضلاني 30-15 mg/day به‌مدت 5 روزتزريق مي‌شود كه 5-3 بار به فاصله 1-2هفته تكرار مي‌شود. در لوسمي حادلنفوسيتيك مقدار اوليه 3/3 mg/m2/dayهمراه با پردنيزون يا ساير داروهاي‌ضدسرطان به‌كار مي‌رود. مقدار مصرف‌نگهدارنده 30mg/m2 در هفته مي‌باشد.
در لنفوم بوركيت به‌ميزان10-25mg/m2/day به‌مدت 4-8 روز به‌كارمي‌رود كه هر 7-10 روز تكرار مي‌شود.در لنفوسوكوما ميزان0/625-2/5mg/kg/day به‌كار مي‌رود. درميكوزفونگوئيد 2/5-10mg/day براي‌هفته‌ها يا ماهها مصرف مي‌شود. درپسوريازيس يا آرتريت روماتوئيد ياآرتريت ناشي از پسوريازيس ابتدا 2/5-5ميلي‌گرم هر 12 ساعت براي سه نوبت 1بار در هفته سپس به ميزان حداكثر2/5-20 ميلي‌گرم در هفته افزايش مي‌يابد.يا ابتدا 10 ميلي‌گرم يكبار در هفته كه‌حداكثر تا 25 ميلي‌گرم در هفته برحسب‌نياز افزايش مي‌يابد. به‌دليل حساسيت به‌دارو و تفاوتهاي فردي پيشنهاد شده مقدارمصرف اوليه تست در كمترين ميزان داده‌شود.
كودكان به‌عنوان ضد نئوپلاسم مقدار40-20 mg/m2 يكبار در هفته مصرف‌مي‌شود.
تزريقي
بزرگسالان در لوسمي مننژيال از راه‌غلاف طناب نخاعي ابتدا 12 ميلي‌گرم هر2-5 روز تا زماني كه شمارش سلولهاي‌مايع مغزي ـ نخاعي به حد طبيعي برسد،تزريق مي‌شود. به‌عنوان پيشگيري 12ميلي‌گرم در فواصلي كه از طريق پاسخ‌بالليني به‌دست مي‌آيد مصرف مي‌شود.
دركوريوكارسينوما، كوريوادنوم تخريبي يامول هيداتيفرم از راه عضلاني30-15 mg/day به‌مدت 5 روز كه 3-5مرتبه هر 1-2 هفته تكرار مي‌شود، درلوسمي حاد لنفوسيتيك ابتدا3/3 mg/m2/day از راه عضلاني همراه باپردنيزون يا ساير داروهاي به‌كار مي‌رود.مقدار مصرف نگهدارنده از راه عضلاني30 mg/m2 در هفته يا از راه وريدي2/5 mg/kg هر 14 روز مي‌باشد.
در ميكوزفونگوئيد از راه عضلاني 50ميلي‌گرم يكبار در هفته يا 25 ميلي‌گرم دوبار در هفته به‌كار مي‌رود. در پسوريازيس‌يا آرتريت روماتوئيد از راه عضلاني ياوريدي 10 ميلي‌گرم يكبار در هفته كه‌برحسب نياز تا 25 ميلي‌گرم افزايش‌مي‌يابد.
كودكان در لوسمي مننژيال در كودكان‌زير يكسال از طريق تزريق داخل نخاعي 6ميلي‌گرم كودكان يك ساله 8 ميلي‌گرم كودكان دو ساله 10 ميلي‌گرم كودكان 3ساله يا بيشتر 12 ميلي‌گرم هر 2-5 روزبه‌كار مي‌رود تا شمارش سلولي مايع‌مغزي ـ نخاعي به حد طبيعي باز گردد.به‌عنوان ضد

نئوپلاسم 20-40 mg/m2 ازراه عضلاني يكبار در هفته به‌كار مي‌رود.
به‌طور كلي توصيه شده اولين تزريق‌لكوورين 24-42 ساعت پس از انفوزيون‌مقادير زياد متوتركسات (يا طي يك ساعت پس از مصرف مقادير بيش از حد آن صورت گيرد. مقدار مصرف لكوورين بايدبه اندازه‌اي باشد كه غلظت خوني آن‌مساوي يا بيشتر از مقادير خوني‌متوتركسات باشد. مدت زمان تجويزلكوورين بسته به مقدار مصرف‌متوتركسات و غلظت‌هاي پلاسمايي‌حاصل از آن متغير است

اشكال دارويي

Injection: 2.5 mg-100 mg

Tablet: 2.5 mg

MITOMYCIN

موارد مصرف ميتومايسين در درمان‌كارسينوماي معده لوزالمعده كلوركتال پستان سر و گردن مجاري صفراوي ريه گردن رحم مثانه و لوسمي‌ميلوسيتيك مزمن مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: ميتومايسين بعد از فعال شدن‌توسط آنزيم‌ها در بافتها به‌عنوان يك‌داروي آلكيله‌كننده با دو يا سه گروه فعال‌عمل مي‌كند. ميتومايسين موجب اتصال دورشته DNA بهم شده و ساخت DNA و نيزتا حدي ساخت RNA و پروتئين را مهارمي‌كند.
فارماكوكينتيك متابوليسم ميتومايسين‌عمدت? در كبد صورت مي‌گيرد. نيمه عمر آن‌در مرحله نهائي حدود 50 دقيقه بوده دفع‌آن كليوي است
هشدارها: اگر طي تزريق وريدي دارو به‌بافتهاي اطراف رگ نشت كرد بايد تزريق‌را بلافاصله متوقف و بقيه دارو را از طريق‌يك ورید ديگر تجويز كرد. برداشتن ناحيه‌آسيب‌ديده توسط جراحي ممكن است لازم‌شود.
عوارض جانبي كاهش گلبولهاي سفيد خون‌يا عفونت ـ و ترومبوسيتوپني از عوارض‌شايع ميتومايسين هستند.
نكات قابل توصيه 1 ـ ميتومايسين رامعمولا از طريق يك كاتتر وريدي تزريق‌مي‌كنند.
2 ـ به‌علت ايجاد نكروز موضعي بافتها،نبايد ميتومايسين را به‌صورت عضلاني يازيرجلدي تزريق كرد.
3 ـ ميتومايسين را براي درمان بعضي ازتومورها به‌صورت تزريق شرياني (مثلادر شريان كبدي تجويز مي‌كنند.
4 ـ دوره درمان بعدي با ميتومايسين بايدتنها زماني كه سلولهاي خوني به تعداد قابل‌قبول بازگشتند، انجام شود.
5 ـ اگر بيماران پس از دو دوره درمان‌پاسخ لازم را به ميتومايسين ندادند به‌نظرنمي‌رسد كه درمان با ميتومايسين در آنهانتيجه‌اي داشته‌باشد.
مقدار مصرف به ميزان 10-20 mg/m2به‌صورت مقدار واحد هر 6-8 هفته يكبارتزريق وريدي مي‌شود. مقدار مصرف درنوبتهاي بعدي بر مبناي تعداد پلاكت‌ها ولكوسيت‌ها تعيين مي‌گردد. مصرف مقاديربيش از 20 mg/m2 اثر درماني بيشترنداشته و تنها خطر مسموميت را افزايش‌مي‌دهد.
اشكال دارويي
Injection: 2 mg

MITOTANE

موارد مصرف ميتوتان در درمان‌كارسينوماي بخش قشري غده فوق كليوي غيرقابل جراحي و سندرم كوشينگ‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: ميتوتان ظاهر؟ فعاليت
بخش قشري غده فوق كليوي را كاهش‌مي‌دهد. مكانيسم اثر آن ممكن است درارتباط با كاهش فعاليت غده فوق كليوي‌باشد.
فارماكوكينتيك تقريب؟ 35-40 درصد جذب‌خوراكي داشته و در تمام بافتها منتشرمي‌شود. متابوليسم آن كبدي و كليوي‌است نيمه عمر دارو 18-159 روز است كاهش غلظت -17 هيدروكسي‌كورتيكوستروئيد طي 2-3 روز پس ازشروع درمان حاصل شده و پاسخ توموربه درمان ممكن است شش هفته طول‌بكشد. غلظت‌هاي پلاسمايي قابل‌اندازه‌گيري اين دارو حتي 6-9 هفته پس ازخاتمه درمان نيز باقي مي‌ماند.
موارد منع مصرف در صورت وجودعفونت نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد ابتلا به بيماريهاي‌كبدي كاهش مقدار مصرف دارو ممكن‌است لازم باشد.
2 ـ اگر جراحت عفونت يا ساير بيماريهاعارض شوند، به‌علت احتمال بروزنارسايي غده فوق‌كليوي ممكن است به‌تجويز داروهاي استروئيدي نياز باشد.
عوارض جانبي نارسايي بخش قشري غده‌فوق‌كليوي تيره شدن پوست اسهال سرگيجه خواب‌آلودگي كاهش اشتها،افسردگي رواني تهوع و استفراغ بثورات‌جلدي خستگي از عوارض شايع ميتوتان‌هستند.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان‌ميتوتان با داروهاي مضعف دستگاه‌عصبي مركزي ممكن است باعث تشديداثرات دارو شود. گلوكوكورتيكوئيدها،مينرالوكورتيكوئيدها و كورتيكوتروپين (ACTH) با اثرات ميتوتان تضاد دارند.
نكات قابل توصيه 1 ـ درمان اوليه تا زماني‌كه مقدار مصرف تثبيت شود، بايد دربيمارستان صورت گيرد.
2 ـ مقدار مصرف دارو بايد باتوجه به‌ميزان حداكثر قابل تحمل براي هر بيمار ومبتني بر وجود عوارض جانبي و بهبودپاسخهاي بالیني تنظيم شود.
3 ـ معمولا در بيماران تحت درمان باميتوتان درمان با گلوكوكورتيكوئيدهالازم مي‌شود. درمان با مينرالو-كورتيكوئيدها نيز به‌خصوص در درمان‌طولاني مدت ممكن است لازم شود. پس ازخاتمه درمان با ميتوتان تا زماني كه‌عملكرد بخش قشري غده فوق‌كليوي‌به‌حالت عادي برنگشته است درمان بااستروئيدها را بايد ادامه داد.

4 ـ به‌نظر مي‌رسد كه درمان مداوم باحداكثر ميزان قابل تحمل ميتوتان مؤثرتراز درمان متناوب است
5 ـ مدت درمان نيز به پاسخ‌هاي باليني‌بستگي دارد. تنها 15 درصد بيماراني كه باحداكثر مقدار قابل تحمل به مدت سه ماه‌درمان شده ولي به درمان پاسخ نداده‌اند،با ادامه درمان پاسخ باليني نشان مي‌دهند.
6 ـ توصيه مي‌شود كه در صورت بروزشوك يا ضربه شديد فور? و به‌طور موقت‌درمان با ميتوتان قطع شود و استروئيدتجويز گردد زيرا ممكن است كاهش فعاليت‌غده فوق‌كليوي پاسخ طبيعي به اين‌استرس را مختل نمايد.
مقدار مصرف
بزرگسالان براي درمان كارسينوماي‌بخش قشري غده فوق كليوي مقدار مصرف‌اوليه 10g/day-8 است كه در سه يا چهارمقدار منقسم مصرف مي‌شود. اين مقدار رامي‌توان تا بروز عوارض جانبي افزايش داد.بايد توجه داشت كه حداكثر مقدار قابل‌تحمل‌دارو بين g/day 16-2 متغيير است براي‌درمان سندرم كوشينگ مقدار شروع6g/day-3 در سه يا چهار مقدار منقسم است‌و مقدار نگهدارنده 0/5 گرم دو بار در هفته تاg/day 2 متغيير مي‌باشد.
كودكان به‌عنوان درمان كارسينوماي‌بخش قشري غده فوق‌كليوي مقدار mg/kg 0/1-0/5 و يا g/day 1-2 در مقاديرمنقسم مصرف مي‌شود كه به‌تدريج به‌g/day 7-5 افزايش مي‌يابد.
اشكال دارويي
Tablet: 500 mg

MITOXANTRONE

موارد مصرف ميتوكسانترون در درمان‌لوسمي‌هاي حاد ميلوسيتيك پروميلوسيتيك منوسيتيك و لوسمي حاداريتروئيد، سرطان پستان كبد و لنفوم‌هاي‌غيرهوچكيني مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: به‌نظر مي‌رسد اين دارو بااتصال به DNA سبب مهار ساخت DNA و RNAمي‌شود.
فارماكوكينتيك ميتوكسانترون به‌سرعت وبه‌طور وسيع در بافتهايي چون تيروئيد،كبد، قلب و گلبول‌هاي قرمز خون منتشرمي‌شود. متابوليسم آن كبدي بوده و نيمه‌عمر آن حدود 6 روز مي‌باشد. دفع آن ازطريق صفرا و مدفوع تا 25 درصد طي 5روز پس از مصرف است
هشدارها: اين دارو در بيماران مبتلا به‌اختلال فعاليت قلب بايد با احتياط فراوان‌مصرف شود.
عوارض جانبي سرفه تنفس كوتاه خونريزي دستگاه گوارش كاهش‌گلبولهاي سفيد يا عفونت معده درد، التهاب‌دهان و مخاط آن از عوارض جانبي شايع‌ميتوكسانترون است
نكات قابل توصيه 1 ـ ميتوكسانترون نبايدبه داخل غلاف نخاعي تزريق گردد.
2 ـ مقدار مصرف تكميلي دارو پس از رفع‌اثرات سمي هماتولوژيكي آن قابل تجويزاست
مقدار مصرف در درمان لوسمي‌هاي حادميلوسيتيك و پروميلوسيتيك و اريتروئيدمقدار اوليه 12 mg/m2/day يك تا سه
روز حداقل طي 3 دقيقه انفوزيون
وريدي مي‌شود. ميتوكسانترون به‌صورت‌تركيبي با 100 mg/m2 سيتارابين‌به‌صورت انفوزيون وريدي طي 24 ساعت‌براي 1-7 روز هم تجويز مي‌شود. مقدارمصرف نگهدارنده 12 mg/m2/day است كه‌براي 1-2 روز انفوزيون وريدي مي‌شود.مقدار مصرف نگهدارنده به‌صورت تركيبي‌با سيتارابين 100 mg/m2/day است كه
طي 24 ساعت براي 1-5 روز انفوزيون‌وريدي مي‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده‌به فاصله 6 هفته پس از مقدار مصرف
اوليه و در صورت مصرف تركيبي 4 هفته‌پس از مصرف اوليه تجويز مي‌شود. دردرمان سرطان پيشرفته پستان ولنفوم‌هاي غير هوچكيني به ميزان14 mg/m2 انفوزيون وريدي مي‌شود كه درفواصل 21 روز تكرار مي‌گردد. دربيماراني كه دچار ضعف فعاليت مغزاستخوان هستند مقدار مصرف اوليه12 mg/m2 خواهد بود.

اشكال دارويي
Injection: 2 mg/ml

OCTREOTIDE

موارد مصرف اوكترئوتايد در درمان‌تومورهاي كارسينوئيد، ترشح‌كننده‌گلوكاگن ترشح‌كننده VIP (VasoactiveIntestinal Peptide) و آكرومگالي مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين تركيب مشتق صناعي‌هورمون سوماتوستاتين است كه 45 بار ازسوماتوستاتين قويتر است اين دارو، آزادشدن هورمون رشد و هورمون‌هاي‌لوزالمعده را مهار مي‌كند.
فارماكوكينتيك از راه تزريق زير جلدي‌به‌طور كامل جذب مي‌شود. نيمه عمر داروحدود 1/5 ساعت مي‌باشد.
هشدارها: 1 ـ مصرف اين دارو در صورت‌وجود تومور ترشح‌كننده انسولين ممكن‌است موجب افزايش شدت و طول مدت‌پايين ماندن ميزان قند خون گردد. باافزايش تعداد دفعات مصرف ممكن است‌نوسانات قند خون كاهش يابد.
2 ـ مصرف اين دارو در بيماران مبتلا به‌ديابت ممكن است باعث كاهش نياز به‌انسولين يا داروي پايين‌آورنده قند خون‌گردد.
3 ـ اين دارو، حركات كيسه صفرا و جريان‌ترشح صفراوي را مهار مي‌كند.
عوارض جانبي عوارض شايع اين داروعبارتند از: اختلال گوارشي (شامل‌بي‌اشتهايي تهوع استفراغ درد شكم ونفخ اسهال دفع چربي در مدفوع ، درد وتحريك در ناحيه تزريق و اختلال درافزايش قند خون بعد از مصرف غذا.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان‌اوكترئوتايد با انسولين و داروهاي‌پايين‌آورنده قند خون در بيماران ديابتي‌موجب كاهش نياز به اين داروها مي‌شود.اوكترئوتايد با كاهش جذب سيكلوسپورين‌غلظت پلاسمايي آن را كاهش مي‌دهد. اين‌دارو احتمالا جذب سايمتيدين را نيز به‌تعويق مي‌اندازد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت مصرف‌طولاني مدت اين دارو، عملكرد تيروئيد بايدتحت كنترل باشد.
2 ـ قبل از مصرف و در فواصل هر 6-12ماه درمان با اين دارو، وضعيت كيسه‌صفرا ارزيابي شود.
3 ـ قطع ناگهاني دارو ممكن است موجب‌انقباض كيسه صفرا و متعاقب? بروز كوليك‌صفراوي و التهاب لوزالمعده گردد.
4 ـ براي جلوگيري از ايجاد تحريك و درددر محل تزريق ناحيه تزريق بايد دائم?عوض شود.
5 ـ در صورتي كه اين دارو در فاصله بين دووعده غذايي يا موقع خواب

تزريق شود،ممكن است عوارض گوارشي آن كاهش يابد.
مقدار مصرف در تومورهاي كارسينوئيد،ترشح‌كننده گلوكاگن و ترشح‌كننده VIP، ازراه تزريق زيرجلدي ابتدا 50 ميكروگرم 1تا 2 بار در روز مصرف مي‌شود كه‌براساس پاسخ ايجاد شده به‌تدريج تا 200ميكروگرم 3 بار در روز افزايش مي‌يابد(ندرت؟ مقادير بيش از اين ممكن است لازم‌باشد). در تومور‌كارسينوئيد، در صورت‌عدم تأثير دارو بعد از يك هفته بايدمصرف دارو قطع شود. در صورتي كه‌پاسخ سريع مورد نياز باشد، محلول باغلظت 10-50 درصد دارو حاوي مقدارمصرف اوليه دارو از طريق تزريق داخل‌وريدي همره با ثبت ECG تجويز مي‌گردد.
در آكرومگالي جهت درمان كوتاه مدت قبل‌از جراحي هيپوفيز يا جهت درمان طولاني‌مدت در بيماراني كه به ساير روش‌هاي‌درماني پاسخ كافي نداده‌اند يا تا زماني كه‌درمان با اشعه كاملا اثر خود را اعمال كند،از راه تزريق زير جلدي 100-200ميكروگرم 3 بار در روز مصرف مي‌شود،در صورتي كه با اين مقادير تا 3 ماه‌هيچگونه بهبودي حاصل نشد، مصرف‌دارو بايد قطع شود.
اشكال دارويي
Injection

PACLITAXEL

موارد مصرف پاكليتكسل در درمان‌كارسينوماي تخمدان در صورت عدم‌پاسخدهي به ساير درمان‌هاي استاندارد،مصرف مي‌شود. اين دارو همچنين دردرمان كارسينوماي متاستاز يافته پستان‌و سلول non-small ريه مصرف شده‌است
مكانيسم اثر: پاكليتكسل يك داروي‌ضدميكروتوبول است كه با جلوگيري ازدپليمريزه شدن باعث ثابت شدن‌ميكروتوبول‌ها مي‌شود.
فارماكوكينتيك متابوليسم دارو كبدي است‌و نيمه عمر آن بين 17/4-5/3 ساعت است مقدار قابل توجهي از پاكليتكسل ومتابوليت‌هاي آن از طريق صفرا دفع‌مي‌شوند.
هشدارها: در صورت وجود ضعف فعاليت‌مغز استخوان يا اختلالات قلبي تجويز داروبايد با احتياط فراوان صورت گيرد.
عوارض جانبي كم‌خوني واكنش‌هاي‌حساسيتي كاهش گلبول‌هاي سفيد يانوتروپني كاهش پلاكت‌هاي خون اختلالات قلبي (شامل برادي كاردي ،كاهش فشار خون و الكتروكارديوگرام‌غيرعادي و افزايش سطح سرمي‌آنزيم‌هاي كبدي از عوارض شايع‌پاكليتكسل هستند.
نكات قابل توصيه 1 ـ به‌خاطر احتمال بروزواكنش‌هاي حساسيتي بيماراني كه‌پاكليتكسل را دريافت مي‌كنند بايد حداقل‌طي نيم ساعت اول انفوزيون دارو تحت‌كنترل باشند. با اين وجود در صورت بروزعلائم خفيف واكنش‌هاي حساسيتي نبايدمصرف دارو را قطع كرد.
2 ـ پاكليتكسل قبل از تزريق وريدي حتم?بايد رقيق شود.
3 ـ در صورت وجود نوروپاتي محيطي ويا نوتروپني مقدار مصرف بعدي مي‌بايد20 درصد كاهش يابد.
مقدار مصرف در درمان كارسينوماي‌تخمدان مقدار 135 mg/m2 طي 24 ساعت‌انفوزيون وريدي مي‌شود كه اين مقدار هر21 روز تكرار مي‌شود.
براي جلوگيري ازبروز واكنش‌هاي حساسيتي همه بيماران‌بايد قبلا كورتيكوستروئيد، ديفن هيدرامين‌و سايمتيدين دريافت كنند.
اشكال دارويي
Injection: 6 mg/ml

PREDNIMUSTINE

موارد مصرف پردنيموستين در درمان‌لوسمي لنفوسيتيك مزمن و لنفوم‌هاي‌غيرهوچكيني به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو علاوه بر خاصيت‌الكيله‌كنندگي باعث مهار انتقال گلوكزسلولي و مهار ساخت DNA و RNAمي‌شود.
فارماكوكينتيك پس از جذب غلظت خوني‌آن به‌علت جايگزيني در بافتهاي خاص مثل‌عضلات پروستات ريه طحال و مايع‌سمينال كم مي‌شود. دفع دارو از كليه ومدفوع است
هشدارها: 1 ـ عليرغم اثر ضعيف‌ميلوسيتيك دارو، شمارش و كنترل‌سلول‌هاي خون قبل از هر دوره درمان‌لازم است
2 ـ از تماس دارو با مخاط خودداري شودچون محرك است
عوارض جانبي لكوپني كاهش گلبول‌هاي‌سفيد و پلاكت خون تهوع و استفراغ اسهال واكنش‌هاي حساسيتي و بهم‌خوردن ميزان قند خون از عوارض جانبي‌مهم و نسبت؟ شايع دارو مي‌باشند.
مقدار مصرف مقدار 200 mg/day به‌مدت3-5 روز متوالي به‌كار مي‌رود.
مصرف‌دارو هر 15 روز يكبار براي 3 دوره تكرارمي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 10 mg, 50 mg

PROCARBAZINE

موارد مصرف پروكاربازين در درمان‌بيماري هوچكين و لنفوم‌هاي غيرهوچكيني‌و تومورهاي مغزي و كارسينوم‌هاي بامنشاء نايژه‌اي ملانوم بدخيم ميلوم‌مولتيپل و پلي‌سيتمي ورا نيز مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو در چرخه سلولي‌به‌طور اختصاصي و در فاز S تقسيم‌سلولي عمل مي‌كند و به‌نظر مي‌رسد كه‌ساخت DNA، RNA و پروتئين را مهارمي‌كند.
فارماكوكينتيك اين دارو تقريب? به‌طور كامل‌از مجراي گوارشي جذب مي‌شود از سدخوني ـ مغزي عبور مي‌كند. متابوليسم آن‌كبدي است و به متابوليت‌هاي فعال تبديل‌مي‌شود. دفع اين دارو از راه كليه (به ميزان70 درصد) و ريه صورت مي‌گيرد.
موارد منع مصرف پروكاربازين در عيب‌شديد كار كبد، فئوكروموسيتوم عيب‌شديد كار كليه بيماريهاي قلبي ـ عروقي يابي‌كفايتي عروق كرونر و آريتمي قلبي يابيماريهاي پيشرفته عروقي مغز نبايدمصرف شود.
عوارض جانبي كم‌خوني تحريك CNS،تضعيف سيستم ايمني عفونت كاهش‌پلاكت‌هاي خون كم‌خوني هموليتيك وقفه‌در قاعدگي و پنوموني از عوارض جانبي‌شايع پروكاربازين هستند.
تداخل‌هاي داروئي پروكاربازين باداروهاي زير ايجاد تداخل مي‌كند:داروهاي آنتي‌كلينرژيك آنتي‌هيستامين‌ها،ضدافسردگي‌هاي سه حلقه‌اي داروهاي‌ضدديابت خوراكي يا انسولين كافئين كاربامازپين مهاركننده‌هاي MAO،داروهاي مضعف CNS، دكسترومتورفان دوكساپرام فلوكستين گوانتيدين لوودوپا، مپريدين و تركيبات مشابه متيل‌دوپا و متيل فنيدات
مقدار مصرف
بزرگسالان در لنفوماي هوچكيني ابتدا2-4 mg/kg در روز به‌صورت خوراكي‌تجويز مي‌شود كه به‌صورت مقدارمصرف واحد يا منقسم براي هفته اول سپس 4-6 mg/kg در روز تا ايجاد حداكثرپاسخ يا بروز لوكوپني و ترومبوسيتوپني‌مصرف مي‌شود. مقدار مصرف نگه‌دارنده‌mg/kg/day 1-2 است
كودكان در لنفوماي هوچكيني ابتدا
50mg/day به صورت خوراكي براي هفته‌اول سپس 100 mg/m2 در روز تا ايجادحداكثر پاسخ يا بروز لكوپني وترومبوسيتوپني مصرف مي‌شود.
مقدارمصرف نگهدارنده 50 mg/kg است
اشكال دارويي
Capsule: 50 mg

STREPTOZOCIN

موارد مصرف استرپتوزوسين در درمان‌كارسينوماي لوزالمعده و همچنين‌تومورهاي كارسينوئيد مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: به‌نظر مي‌رسد كه‌استرپتوزوسين از طريق ايجاد يون‌هاي‌متيل كاربونيوم به اجزاء داخل سلولي و ازجمله اسيدهاي هسته‌اي متصل مي‌شود.اثرات سمي آن از طريق اتصال به‌رشته‌هاي DNA كه در نهايت به مهارساخت DNAمنجر مي‌گردد، اعمال‌مي‌شود. اثرات ديابتوژنيك اين داروبه‌خاطر جذب آن توسط سلولهاي جزايربتا لوزالمعده و اثرات سمي آن بر روي اين‌سلولها است
فارماكوكينتيك متابوليسم دارو كبدي است‌و نيمه عمر نهائي آن حدود 35 دقيقه براي‌دارو و 40 ساعت براي متابوليت‌هاي آن‌است دفع دارو عمدت? كليوي و همچنين ازدستگاه تنفس است
عوارض جانبي سميت و نارسائي كليوي وكاهش قند خون از عوارض نسبت? شايع‌استرپتوزوسين هستند.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان‌استرپتوزوسين با داروهاي سمي براي‌كليه و فني‌توئين باعث تشديد عوارض‌سمي دارو مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ استرپتوزوسين رامي‌توان به‌صورت تزريق سريع داخل‌وريدي و يا انفوزيون كوتاه مدت (10-15دقيقه و يا طولاني (طي 6 ساعت تجويزكرد.
2 ـ در صورت نشت دارو هنگام تزريق امكان زخم شدن و نكروز شديد بافت‌وجود دارد.
3 ـ به‌خاطر احتمال بروز عوارض كليوي تزريق داخل شرياني دارو توصيه‌نمي‌شود.
4 ـ به‌خاطر احتمال بروز كاهش قند خون‌هنگام تزريق محلول دكستروز تزريقي‌بايد در دسترس باشد.
5 ـ بين دوره‌هاي درمان استرپتوزوسين‌بايد 4-6 هفته فاصله باشد تا در صورت‌بروز سميت كليوي امكان كنترل آن باشد.در صورت بروز سميت كليوي مصرف‌دارو بايد قطع شود و يا مقدار مصرف‌كاهش يابد. تجويز مقادير كافي مايعات درهنگام تجويز دارو به كاهش عوارض‌كليوي كمك مي‌كند.
مقدار مصرف در درمان كارسينوماي‌لوزالمعده 500 mg/m2/day به مدت پنج‌روز متوالي تزريق وريدي مي‌شود كه اين‌مقدار مصرف هر 4-6 هفته تكرار مي‌شودو يا 1 g/m2 هفته‌اي يكبار به مدت دو هفته‌تزريق وريدي مي‌شود كه اين مقدار درصورت نياز حداكثر تا 1/5 g/m2

افزايش‌مي‌يابد.
اشكال دارويي
For Injection: 1 g

TAMOXIFEN

موارد مصرف تاموكسي‌فن براي درمان‌سرطان پستان و نازايي وابسته به‌اوليگومنوره يا آمنوره ثانويه مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: تاموكسي‌فن آنتي‌استروژن‌غيراستروئيدي مي‌باشد كه اثرات ضعيف‌استروژني نيز دارد. تاموكسي‌فن‌گيرنده‌هاي استراديول را مهار مي‌كند. القاءتخمك‌گذاري با اشغال گيرنده‌هاي‌استروژن و حذف اثر مهاري هورمون ودر نيتجه تحريك ترشح هورمون‌آزادكننده گناد و تروپين از هيپوتالاموس‌انجام مي‌گيرد.
فارماكوكينتيك متابوليسم تاموكسي‌فن‌كبدي است و داراي چرخه روده‌اي ـ كبدي‌مي‌باشد، حذف دارو دو مرحله‌اي بوده كه‌مرحله اول 4-7 ساعت پس از تجويز ومرحله دوم 7-14 روز طول مي‌كشد. اثردرماني مطلوب 4-10 هفته پس از شروع‌درمان حاصل مي‌شود. اثرات‌آنتاگونيستي دارو ممكن است چند هفته‌پس از يك نوبت مصرف آن ادامه‌داشته‌باشد. دارو اغلب به‌صورت متابوليت‌از طريق صفرا و مدفوع دفع مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ با مصرف اين دارو احتمال‌ايجاد كيست‌هاي تخمدان در زنان قبل ازدوران يائسگي وجود دارد.
2 ـ احتمال افزايش كلسيم خون در صورت‌وجود متاستاز استخوان را بايد در نظرگرفت
3 ـ با مصرف تاموكسي‌فن تغييرات‌آندومتر شامل هيپرپلازي پوليپ وسرطان گزارش شده‌است خونريزي‌غيرطبيعي واژن و علائمي مانند درد يا فشار لگن بايد مورد توجه قرار
گيرد.
4 ـ در صورت وجود تاري ديد، آب‌مرواريد، كاهش تعداد پلاكتها و گلبول‌هاي‌سفيد و نيز بالابودن چربي‌هاي خون بايدبا احتياط مصرف شود.
عوارض جانبي گر گرفتگي خونريزي‌واژن توقف قاعدگي خارش فرج اختلالات گوارشي التهاب تومور، كاهش‌تعداد پلاكتها، احتباس مايعات طاسي فيبروم رحم اختلالات بينايي (تغييرات‌قرنيه آب مرواريد و رتينوپاتي كاهش‌پلاكت‌ها يا گلبول‌هاي سفيد خون به‌ندرت‌كاهش نوتروفيل‌ها و تغييرات آنزيم‌هاي‌كبدي از عوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي داروئي استروژنها ممكن است‌با اثرات درماني تاموكسي‌فن تداخل نمايند.تركيباتي مثل سايمتيدين فاموتيدين رانيتيدين و ساير آنتي‌اسيدها با افزايشpH معده موجب حلاليت زودرس دارو ودر نتيجه باز شدن نابجاي قرص‌هاي‌روكش‌دار روده‌اي شوند.
نكات قابل توصيه 1 ـ روشهاي‌غيرهورموني جلوگيري از بارداري طي‌درمان

و به مدت 2 ماه پس از درمان بايدمورد استفاده قرار گيرد. در صورت‌مشكوك بودن به بارداري فور؟ به پزشك‌مراجعه شود.
2 ـ در صورت بروز اختلالات گوارشي‌مصرف دارو ادامه يابد و در صورت بروزاستفراغ زودرس پس از مصرف دارو به‌پزشك مراجعه شود.
مقدار مصرف مقدار مصرف در سرطان‌پستان 20 mg/day است در نازايي
20 mg/day در روزهاي دوم سوم چهارم وپنجم قاعدگي مصرف مي‌شود.
در صورت‌لزوم در دوره‌هاي بعدي درمان مقدارمصرف روزانه را مي‌توان به 40 و سپس به80 ميلي‌گرم افزايش داد. در صورت نامنظم‌بودن قاعدگي دوره اول درمان را در هرروز مي‌توان شروع كرد و دوره بعدي 45روز بعد و يا در صورت شروع قاعدگي درروز دوم آن آغاز مي‌گردد.
اشكال دارويي
Tablet: 10 mg

THIOGUANINE

موارد مصرف تيوگوانين در درمان‌لوسمي‌هاي ميلوسيتيك و لنفوسيتيك حاد و لوسمي ميلوسيتيك مزمن به‌كارمي‌رود.
مكانيسم اثر: تيوگوانين در چرخه سلولي به‌طور اختصاصي و در فاز Sتقسيم سلولي عمل مي‌كند و ساخت DNA و به ميزان كمتري RNA را مهارمي‌كند.
فارماكوكينتيك اين دارو از مجراي‌گوارشي به‌طور ناقص و متغير جذب‌مي‌شود. متابوليسم آن كبدي و دفع آن‌كليوي است
عوارض جانبي ضعف سيستم ايمني كاهش گلبولهاي سفيد خون عفونت وكاهش پلاكت‌هاي خون از عوارض شايع‌تيوگوانين است
مقدار مصرف مقدار مصرف تيوگوانين درابتدا 2 mg/kg/day يا 75-100 mg/m2/day به‌صورت مقدارمصرف واحد مي‌باشد.اگر پيشرفت كلينيكي و يا كاهش لكوسيت‌حاصل نشد بعد از 4 هفته يك افزايش مقدارمصرف تا 3 mg/kg لازم مي‌باشد. مقدارمصرف نگهدارنده 2-3 mg/m2/day و يا3 mg/kg/day لازم مي‌باشد. مقدار مصرف‌نگهدارنده 2-3 mg/m2/day و يا100mg/kg/day مي‌باشد.
اشكال دارويي
Tablet: 40 mg

VINBLASTINE SULFATE

موارد مصرف وين بلاستين در درمان‌كارسينوم پستان تومورهاي‌تروفوبلاستيك كارسينوم بيضه ريه مثانه و كليه نوروبلاستوم لنفوم‌هاي‌هوچكيني و غيرهوچكيني ساركوم‌كاپوسي بيماري Letterer-siwe،ميكوزفونگوئيد و درمان لوسمي‌ميلوسيتيك مزمن و تومورهاي تخمدان‌به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: وين بلاستين تقسيم ميوز رادر مرحله متافاز متوقف مي‌كند.
فارماكوكينتيك عبور وين بلاستين از سدخوني ـ مغزي قابل توجه نيست متابوليسم‌آن كبدي است و دفع آن عمدت? از طريق‌صفرا و راه ثانويه دفع اين دارو كليوي‌است
هشدارها: وين بلاستين ممكن است بر عمل‌اسپرم‌سازي در انسان نيز اثر بگذارد.
عوارض جانبي كاهش گلبولهاي سفيد خون‌از عوارض شايع وين بلاستين است
مقدار مصرف
بزرگسالان در ابتدا مقدار 0/1 mg/kg يا3/7 mg/m2 در هفته به‌صورت وريدي‌تزريق مي‌شود و مقدار مصرف به‌طورهفتگي 0/05 mg/kg يا 1/8-1/9 mg/m2افزايش مي‌يابد. حداكثر مقدار مصرف0/5 mg/kg يا 18/5 mg/m2 است مقدارنگهدارنده حدود 10 ميلي‌گرم يك يا دو باردر ماه است
كودكان در شروع 2/5 mg/m2 در هفته‌است كه به‌صورت وريدي تزريق مي‌شود.اين مقدار هر هفته 1/25 mg/m2 افزايش‌مي‌يابد. حداكثر مقدار مصرف 7/5 mg/m2است مقدار مصرف نگهدارنده حدود1/25 mg/m2 كمتر از حداكثر مقدارمصرف اوليه است كه هر 7-14 روز يكبارتزريق مي‌گردد.
اشكال دارويي
For Injection: 10 mg

VINCRISTINE SULFATE

موارد مصرف وين كريستين در درمان‌لوسمي لنفوبلاستيك حاد و لنفوستيك‌مزمن و ميلوسيتيك مزمن نوروبلاستوم تومور ويلمز، كارسينوم پستان ريه تخمدان و كولوركتال لنفوم هوچكيني وغير هوچكيني و لنفوساركوم و ساركوم‌رتيكولوم ساركوم رشته‌هاي عضلات‌مخلط و ساركوم اوينگ و ساركوم‌استئوژنيك ملانوماي بدخيم ميلوم‌مولتيپل و تومورهاي سلول تخمدان ميكوزفونگوئيد و ترومبوسيتوپني‌پورپوراي ايديوپاتيك مقاوم به درمان‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو ميتوز سلول‌ها را درمرحله متافاز مهار مي‌كند و ممكن است درمتابوليسم اسيدهاي آمينه نيز دخالت‌نمايد.
فارماكوكينتيك وين كريستين به مقدار قابل‌توجهي از سد خوني ـ مغزي عبور نمي‌نمايد.متابوليسم آن كبدي است و راه عمدي دفع‌آن صفرا (حدود 67 درصد) است
هشدارها: 1 ـ وين كريستين ممكن است‌موجب افزايش خطر ايجاد كارسينوم‌هاي‌ثانويه در انسان شود.
2 ـ در موارد عيب كار كبد، عفونت كمبودگلبولهاي سفيد خون يا بيماري‌هاي عصبي‌ـ عضلاني با احتياط فراوان تجويز شود.
عوارض جانبي يبوست و كرامپ‌هاي‌معدي افزايش اسيد اوريك در خون ونفروپاتي ناشي از آن سميت عصبي شامل‌دوبيني و اشكال در راه رفتن از عوارض‌شايع وين كريستين است
تداخل‌هاي داروئي در صورت مصرف‌همزمان با آلوپورينول و كلشي سين تنظيم‌مقدار مصرف داروهاي ضد نقرس‌ضروري است مصرف همزمان باآسپارژيناز ممكن است منجر به افزايش‌خطر مسموميت عصبي شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان در لوسمي لنفوسيتيك حاد يانوروبلاستوما يا تومور ويلمز، كارسينوماي پستان ريه تخمدان كولوركتال لنفوماي هوچكيني و غير هوچكيني رابدوميوساركوما، ساركوماي اوينگ استئوساركوما، ملانوماي بدخيم ميكوزفونگوئيد و ترومبوسيتوپني‌پورپوراي ايديوپاتيك 0/03mg/kg ـ 0/01يا 1/4 mg/m2 ـ 0/4 تزريق وريدي‌مي‌شود.
كودكان مقدار 2 mg/m2 ـ 1/5 تزريق‌وريدي مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection: 1 mg/ml

VINDESIN SULFATE

موارد مصرف ويندزين در درمان‌لوسمي‌هاي حاد، لنفوم‌ها و بعضي ازتومورهاي جامد از جمله پستان و ريه‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: ويندزين متافاز ميتوز رامتوقف مي‌كند. ويندزين با اتصال به‌ميكروتوبول‌ها مانع فعاليت آنها شده و درنهايت باعث مرگ سلول مي‌شود.
فارماكوكينتيك ويندزين نيمه عمر سه‌مرحله‌اي دارد كه نيمه عمر نهائي آن حدود20 ساعت است دفع دارو كليوي است
هشدارها: 1 ـ اين دارو در صورت وجودضعف شديد حركتي نبايد مصرف شود.
2 ـ ويندزين نبايد داخل جمجمه تزريق‌شود.
عوارض جانبي نفروپاتي تضعيف فعاليت‌مغز استخوان كم‌خوني و ترومبوسيتوپني و نوروتوكسيسيتي از عوارض جانبي مهم‌ويندزين است
مقدار مصرف ويندزين با مقدار
3-4/5 mg/m2 به‌صورت تزريق وريدي‌هر 1-2 هفته و يا 1- mg/m2/day
2 براي2-10 روز هر 2-3 هفته در درمان انواع‌سرطان مصرف شده‌است
اشكال دارويي
For Injection: 5 mg

ALBENDAZOLE

موارد مصرف آلبندازول يك داروي‌ضدكرم وسيع‌الطيف است و از نظرساختمان و اثر مشابه مبندازول مي‌باشد.اين تركيب به‌عنوان داروي كمكي همراه باجراحي كيست هيداتيد ناشي ازاكينوكوكوس گرانولوزوس يااكينوكوكوس مولتي لوكولاريس به‌منظورپيشگيري از عود بيماري مصرف مي‌شوديا به‌عنوان درمان اوليه در صورتي كه‌جراحي امكان‌پذير نباشد، به‌كار مي‌رود.اين دارو همچنين در درمان آلودگي‌به‌استرونژيلوئيد مصرف مي‌شود.

مكانيسم اثر: آلبندازول موجب تغييرات‌تخريبي در سلولهاي جدار روده كرم و درنتيجه كاهش توليد انرژي در انگل و مرگ‌آن مي‌شود. اين دارو همچنين مهاركننده‌آنزيم فومارات ردوكتاز (آنزيم اختصاصي‌كرم‌ها) مي‌باشد.

فارماكوكينتيك جذب اين دارو از راه‌خوراكي كم و نامنظم است كه در صورت‌مصرف همزمان دارو با غذاهاي چرب‌افزايش مي‌يابد. اين دارو پس از جذب درمايع مغزي ـ نخاعي صفرا و در مايع‌كيست هيداتيد منتشر مي‌شود. آلبندازول‌در كبد سرعت و به‌طور گسترده‌به‌متابوليت‌هاي فعال متابوليزه مي‌شود.اوج غلظت سرمي دارو 4ـ2 ساعت پس ازمصرف خوراكي به‌دست مي‌آيد. نيمه عمرآن پس از مصرف يك مقدار واحد 15ـ8ساعت است دفع دارو پس از جذب عمدت?كليوي است

هشدارها: 1 ـ اين دارو در بيماران مبتلابه‌عيب كار كبد بايد با احتياط فراوان‌مصرف شود.

2 ـ انجام آزمونهاي كار كبد و شمارش‌سلولهاي خون قبل از شروع درمان ودوبار در طول هر دوره درمان ضروري‌است

عوارض جانبي اختلالات گوارشي سردرد، سرگيجه تغيير در آنزيم‌هاي‌كبدي بندرت آلوپسي برگشت‌ناپذير، تب بثورات جلدي و اختلالات خوني (شامل‌كاهش گلبولهاي سفيد و پان سيتوپني بامصرف اين دارو گزارش شده‌اند. درصورت نشت مايع در كيست هيداتيداحتمال بروز شوك آلرژيك وجود دارد.

نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو را بايدهمراه با غذاهاي چرب مصرف كرد.

2 ـ دوره درمان بااين دارو بايد كامل شود.در آلودگيهاي شديد دوره درمان ممكن‌است 3ـ2 هفته طول بكشد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف اين دارو دردرمان آلودگي به‌انواع كرمها 400 ميلي‌گرم‌در يك نوبت مي‌باشد كه در صورت نيازپس از سه هفته درمان مجدد? تكرارمي‌شود. در درمان آلودگي‌به‌استرونژيلوئيد 400 ميلي‌گرم

يكبار درروز براي 3 روز مصرف مي‌شود. درصورت لزوم دوره درمان 3 هفته بعدتكرار مي‌گردد. در درمان كيست هيداتيد(بدون جراحي براي بزرگسالان با وزن60 كيلوگرم يا بيشتر 800 mg/day در مقاديرمنقسم براي 28 روز مصرف مي‌شود وپس از آن 14 روز بدون مصرف داروسپري مي‌گردد و مجدد؟ اين دوره درمان‌براي 3 بار ديگر تكرار مي‌شود. به‌عنوان‌داروي كمكي در درمان كيست هيداتيد دربيماران با وزن 60 كيلوگرم يا بيشتر، پيش‌از انجام جراحي مقدار 800 mg/day درمقادير منقسم مصرف مي‌شود و پس از آن14 روز بدون مصرف دارو سپري‌مي‌گردد. اين دوره درمان يكبار ديگر نيزپيش از جراحي تكرار مي‌شود. پس ازجراحي براي پيشگيري از عود بيماري دودوره درمان تكرار مي‌شود. مقدار مصرف‌اين دارو در بزرگسالان با وزن كمتر از 60كيلوگرم 12 mg/kg مي‌باشد.
كودكان براي درمان آلودگي به‌انواع‌كرمها در كودكان باسن 2 سال يا بيشتر،مقدار مصرف مانند بزرگسالان و براي‌كودكان با سن كمتر از 2 سال مقدارمصرف نصف مقدار بزرگسالان است
اشكال دارويي
Suspension: 400 mg/10ml
Tablet: 200 mg, 400 mg

CHLOROQUINE

موارد مصرف اين دارو به‌تنهايي براي‌درمان مالارياي خفيف كه اغلب ناشي ازپلاسموديوم ويواكس و در مواردي ناشي‌از پلاسموديوم اوال و پلاسموديوم‌مالاريه مي‌باشد و نيز براي پيشگيري ازابتلاي به اين بيماري در مناطقي كه‌پلاسموديوم فالسيپارم مقاوم به كلروكين‌گزارش شده است مصرف مي‌شود.مصرف اين دارو براي درمان مالارياي‌ناشي از پلاسموديوم فالسيپارم به‌دليل‌گستردگي مقاومت انگل به‌دارو توصيه‌نمي‌شود. كلروكين همچنين در درمان‌آرتريت روماتوئيد و لوپوس اريتماتوزمصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: مكانيسم اثر دقيق اين داروشناخته نشده است اما به‌توانايي داروبراي پيوند يافتن به DNA ارتباط داده‌مي‌شود. اثر ضدروماتوئيدي دارو نيزبه‌فعاليت خفيف كاهش‌دهندگي ايمني‌نسبت داده مي‌شود.
فارماكوكينتيك اين دارو از راه خوراكي‌كاملا جذب مي‌شود، اما سرعت جذب آن‌متغير است پس از جذب در اغلب بافتهاي‌بدن توزيع مي‌يابد. غلظت سرمي دارو 3/5ساعت پس از مصرف خوراكي به‌اوج خودمي‌رسد. نيمه‌عمر دارو 2ـ1 ماه است دفع‌دارو عمدت? كليوي و خيلي آهسته است به‌طوري كه تا ماهها بعد از قطع مصرف‌دارو، همچنان در ادرار بيمار قابل رديابي‌است اسيدي كردن ادرار سرعت دفع داروررا افزايش مي‌دهد.
هشدارها: 1 ـ كلروكين در موارد زير بايدبااحتياط فراوان مصرف شود:
عيب كار كبد، عيب كار كليه پسوريازيس اختلالات نورولوژيك مياستني گراو،اختلالات حاد معدي ـ روده‌اي كمبودG6PD و اختلالات شديد خوني
2 ـ معاينان پزشكي و عصبي ـ عضلاني وهمچنين انجام آزمون شمارش تام خون‌در طول درمان با اين دارو ممكن است‌ضروري باشد.
عوارض جانبي اختلالات معدي ـ روده‌اي سردرد، تشنج اختلالات بينايي بيرنگ‌شدن مو يا ريزش آن و واكنش‌هاي پوستي‌با مصرف اين دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي داروئي داروهاي آنتي‌اسيدجذب كلروكين را كاهش مي‌دهند. كلروكين‌اثر داروهاي ضدصرع را كاهش مي‌دهد.كلروكين احتمالا موجب افزايش غلظت‌پلاسمايي ديگوكسين مي‌شوند. كلروكين‌غلظت پلاسمايي سيكلوسپورين و درنتيجه احتمال بروز مسموميت بااين داروررا افزايش مي‌دهد. كلروكين ممكن است‌علائم مياستني گراو را تشديد كنند و درنتيجه اثرات داروهاي نئوستيگمين وپيريدوستيگمين را كاهش دهند. سايمتيدين‌متابوليسم كلروكين را كاهش و غلظت‌پلاسمايي آن را افزايش مي‌دهد. مصرف‌همزمان كلروكين با واكسن هاري ممكن‌است بر پاسخ

بدن نسبت به‌واكسن موثرباشد.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي پيشگيري ازابتلا به مالاريا بهتر است از يك هفته قبل ازسفر به‌مناطق آلوده مصرف كلروكين راآغاز كرد و حداقل تا 4 هفته پس از بازگشت‌از آن مناطق ادامه داد. در صورتي كه فرديك سال پس از بازگشت از مناطق آلوده به‌ويژه طي 3 ماه اول دچار هرنوع‌كسالت شود، بايد به‌پزشك مراجعه كند،زيرا خطر ابتلاي به‌مالاريا وجود دارد.
2 ـ به منظور كاهش تحريك احتمالي‌گوارشي بهتر است دارو با غذا يا شيرمصرف شود.
3 ـ بيش از مقدار تجويز شده نبايدمصرف شود.
4 ـ دوره درمان با اين دارو بايد كامل‌شود.
5 ـ مراجعه منظم به پزشك براي بررسي‌مشكلات خوني ضعف عضلاني و معاينات‌چشم پزشكي ضروري است
6 ـ در صورت بروز تاري ديد يا هر اختلال‌ديگر، بايد احتياط نمود.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار مصرف كلروكين دردرمان مالاريا يك مقدار اوليه 600ميلي‌گرم است كه 8ـ6 ساعت بعد با 300ميلي‌گرم در يك نوبت ادامه مي‌يابد و پس‌از آن نيز به‌مقدار 300 mg/day براي 2 روزمصرف مي‌شود. مقدار مصرف كلروكين‌براي پيشگيري از ابتلاي به‌مالاريا 300ميلي‌گرم يكبار در هفته است مقدارمصرف كلروكين براي درمان آرتريت‌روماتوئيد و لوپوس اريتماتوز 150 mg/dayتا حداكثر mg/kg/day 2/5 است
كودكان در درمان مالاريا، يك مقدار اوليه10 mg/kg مصرف مي‌شود كه 8ـ6 ساعت‌بعد بامصرف 5 mg/kg در يك نوبت ادامه‌مي‌يابد و پس از آن به‌مقدار 5 mg/kg/day براي2 روز مصرف مي‌شود. مقدار مصرف‌كلروكين براي پيشگيري از ابتلاي‌به‌مالاريا، 300 ميلي‌گرم يكبار در هفته‌است در درمان آرتريت روماتوئيد، مقدارمصرف 3 mg/kg/day مي‌باشد.
اشكال دارويي
(Coated Tablet : 150 mg (as Phosphate
(Syrup : 50 mg/ml (as Sulfate

CROTAMITON

موارد مصرف كروتاميتون براي درمان‌جرب ناشي از ساركوپتس اسكابي ودرمان علامتي خارش پوست به‌كارمي‌رود.
هشدارها: 1 ـ دارو فقط براي استفاده‌موضعي است و از مصرف آن در اطراف‌چشم‌ها و يا بر پوست ترك خورده بايداجتناب شود.
2 ـ در صورت بروز حساسيت آلرژي ياواكنش تحريكي اوليه پس از مصرف‌كروتاميتون يا در صورت وجود پوست‌شديد? ملتهب مجروح و مبتلا به‌درماتوزاگزوداتيو حاد، بايد با احتياط فراوان‌مصرف شود.
عوارض جانبي واكنش آلرژيك (بثورات‌جلدي يا تحريك پوست ممكن است بامصرف دارو بروز نمايد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت بروزتحريك يا واكنش حساسيتي مصرف داروبايد قطع و به‌پزشك مراجعه شود.
2 ـ از تماس دارو با چشم‌ها، دهان يانواحي ملتهب پوست جد? اجتناب شود.
3 ـ قبل از استعمال دارو، پوست بايدبه‌خوبي خشك گردد.
4 ـ بيش از مقدار تجويز شده نبايدمصرف شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان ضدجرب دارو درتمام سطح بدن از چانه به‌پائين به‌ويژه درنقاط چين‌دار پوست ماليده مي‌شود. صبح‌روز بعد از مصرف دارو، ملحفه و لباس‌زير بايد تعويض شود. مصرف دارو رامي‌توان پس از 24 ساعت تكرار كرد و 48ساعت پس از آخرين‌بار مصرف دارو، بايدحمام نمود. به‌عنوان ضدخارش دارو بايدبه‌آرامي در محل ماليده شود تا كاملا جذب‌گردد. اين عمل در صورت نياز، قابل تكراراست
اشكال دارويي
Topical Cream: 10%

DEHYDROEMETINE HCl

موارد مصرف دهيدروامتين در درمان‌آميبياز و به‌عنوان ضدكرم در درمان‌آلودگي به‌فاسيولا مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو يك مشتق صناعي امتين با اثركشنده آميبياز دربافتها است كه اثرات آن مشابه امتين‌مي‌باشد.
موارد منع مصرف اين دارو در صورت‌وجود بيماريهاي قلبي كليوي و اختلالهاي عصبي ـ عضلاني نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: در طول مصرف اين دارووضعيت بيمار از نظر علائم مسموميت‌قلبي بايد پيگيري شود.
عوارض جانبي عوارض اين دارو شبيه‌امتين است با اين تفاوت كه احتمالا سميت‌اين دارو كمتر از امتين مي‌باشد.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار اين دارو در درمان‌آميبياز از راه تزريق عميق زيرجلدي ياعضلاني 1/5 mg/kg/day ـ1 (تا حداكثر90 mg/day) به‌مدت 5 روز مي‌باشد كه اين‌مقدار براي بيماران سالخورده در مواردشديد بيماري 0/5 mg/kg/day است
كودكان مقدار مصرف اين دارو دركودكان مانند بزرگسالان است با اين‌تفاوت كه دارو در 2 مقدار منقسم در طول‌روز بايد مصرف شود.
اشكال دارويي
Injection: 60 mg/2ml

DIETHYLCARBAMAZINE CITRATE

موارد مصرف اين دارو در درمان‌فيلاريازيس لوايازيي اونكوسرسيازس و ائوزينوفيلي مناطق حاره مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو سبب مرگ‌ميكروفيلاريا و ماكروفيلاريا مي‌شود.همچنين به‌نظر مي‌رسد اين دارو با كاهش‌سرعت امبريوژنز در رحم كرم‌اونكوسرسيا ولوولوس باعث مرگ‌ميكروفيلاريا مي‌شود.
فارماكوكينتيك اين دارو به‌خوبي از راه‌گوارش جذب مي‌شود و پس از جذب‌به‌طور گسترده در بدن منتشر مي‌شود(به‌جز در بافت چربي . اوج غلظت سرمي‌دي‌اتيل كاربامازين 2ـ1 ساعت بعد ازمصرف خوراكي حاصل مي‌شود. نيمه‌عمر اين دارو 8 ساعت است دفع اين داروعمدت? كليوي است و درصد كمي نيز از راه‌مدفوع دفع مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ آزمونهاي چشم پزشكي قبل‌از شروع درمان و به‌طورمتناوب در طول‌درمان با دارو بايد انجام شود.
2 ـ هر 12 ـ 6 ماه پس از درمان با اين دارو،تعداد ميكروفيلارياي داخل جلدي بااستفاده از آزمون پوست بايد ارزيابي‌گردد.
عوارض جانبي خارش تورم صورت به‌ويژه چشمها)، درد مفاصل سردرد،بيحالي و نيز به‌ندرت تب آسيب غددلنفاوي بثورات جلدي سرگيجه تهوع يااستفراغ با مصرف اين دارو گزارش شده‌است
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت بروزسرگيجه تاري ديد يا شب‌كوري بايداحتياط كرد.
2 ـ اين دارو بايد بلافاصله بعد از غذامصرف شود.
3 ـ در صورت بروز واكنش‌هاي آلرژيك‌ناشي از مرگ ميكروفيلاريا، ممكن است‌مصرف كورتيكواستروئيدهاي سيستميك‌ضروري باشد.
4 ـ دوره درمان با اين دارو بايد كامل‌باشد. در بعضي از بيماران يك دوره‌درمان ديگر نيز ممكن است ضروري باشد.
5 ـ در صورت فراموش شدن يك نوبت‌مصرف دارو، به محض به ياد آوردن آن‌نوبت بايد مصرف گردد، ولي اگر زمان‌مصرف نوبت بعدي فرا رسيده باشد، ازمصرف آن خودداري نموده و مقدارمصرف بعدي نبايد دو برابر گردد.
مقدار مصرف
بزرگسالان دي‌اتيل كاربامازين به‌مقدار3 2ـmg/kg (تا حداكثر 9 mg/kg/day) سه‌باردر روز مصرف مي‌شود.
كودكان مقادير 250mg/kg ـ 50 بر اساس‌سن بيمار، در كودكان با سن يك ماه تا 15سال مصرف مي‌شود.

اشكال دارويي
Scored Tablet: 50 mg

DILOXANIDE FUROATE

موارد مصرف ديلوكسانيد به‌تنهايي دردرمان آميبياز روده‌اي در ناقلين بدون‌علامت كيست آميب در مدفوع و به‌همراه‌مترونيدازول در درمان آميبياز حادمصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك پس از مصرف خوراكي ديلوكسانيد هيدروليز و سپس به‌راحتي‌جذب مي‌شود. دفع اين دارو عمدت? كليوي‌است و مقداري از دارو از راه مدفوع دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در كودكان باسن كمتر از 2 سال نبايد مصرف شود.
عوارض جانبي نفخ شكم شايعترين عارضه‌اين دارو است همچنين تهوع و استفراغ خارش و كهير نيز ممكن است بروز كند.
مقدار مصرف
بزرگسالان ديلوكسانيد به‌مقدار 500ميلي‌گرم سه بار در روز براي 10 روزمصرف مي‌شود.
كودكان مقدار مصرف اين دارو دركودكان با سن بيشتر از 2 سال20 mg/kg/day در مقادير منقسم براي 10روز مي‌باشد.
اشكال دارويي
Tablet: 500 mg

IODOQUINOL

موارد مصرف يدوكينول به تنهايي دردرمان آميبياز روده‌اي و همراه بامترونيدازول (همزمان يا متوالي دردرمان آميبياز خارج روده‌اي مصرف‌مي‌شود. اين دارو همچنين به عنوان‌انتخاب دوم در درمان بالانتيدياز مصرف‌مي‌شود.
فارماكوكينتيك اين دارو خيلي كم از راه‌گوارش جذب مي‌شود و اثر خود را درروده اعمال مي‌كند. دفع اين دارو عمدت? ازراه مدفوع است و فقط 10 درصد آن از راه‌ادرار دفع مي‌شود.
هشدارها: اين دارو در صورت ابتلاي بيماربه بيماري كبدي يا كليوي بايد با احتياطفراوان مصرف شود.
عوارض جانبي شايعترين عوارض‌يدوكينول اختلالات گوارشي (شامل‌اسهال تهوع يا استفراغ و درد معده است در صورت مصرف دراز مدت آتروفي‌عصب بينايي (همراه با تاري ديد يا هر گونه‌اختلال در بينايي ، نوريت اپتيك نوروپاتي‌محيطي و نوروپاتي ميلوپتيك تحت حادممكن است بروز كنند.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي كاهش تحريك‌گوارشي دارو را بايد بعد از غذا مصرف‌كرد.
2 ـ در صورت بروز تاري ديد يا هر گونه‌اختلال بينايي بايد احتياط كرد.
3 ـ در طول مصرف يدوكينول و تا 6 ماه‌بعد از درمان با اين دارو، ممكن است درپاسخ آزمونهاي تيروئيد اختلال ديده‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان به مقدار 650 ـ 630 ميلي گرم‌سه بار در زو (تا حداكثر 2g/day) براي 20روز مصرف مي‌شود.
كودكان به مقدار 13/3mg/kg ـ 10 سه باردر روز براي 20 روز مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 210 mg

LEVAMISOLE

موارد مصرف لواميزول در درمان آلودگي‌به كرمهاي گرد، به‌ويژه آسكاريس و نيزآلودگي به‌كرمهاي قلابدار مصرف‌مي‌شود. اين دارو به‌عنوان محرك سيستم‌ايمني بدن در بيماريهاي عفوني باكتريايي ياويروسي آرتريت روماتوئيد و نيزبه‌عنوان داروي كمكي در درمان‌بيماريهاي بدخيم مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: لواميزول بافلج
ساختن عضلات كرم موجب دفع آن‌مي‌شود. به‌عنوان محرك سيستم ايمني
از طريق تعديل پاسخهاي ايمني
سلولي موجب بهبود كار سلولهاي Tمي‌شود.
فارماكوكينتيك لواميزول به‌سرعت
از مجراي گوارش جذب مي‌شود. غلظت‌پلاسمايي دارو 2 ـ 1/5 ساعت پس
از مصرف دارو به‌اوج خود مي‌رسد.
نيمه عمر دارو 4ـ3 ساعت است و
بطور گسترده در كبد متابوليزه
شده و عمدت? از طريق كليه‌ها دفع
مي‌گردد.
موارد منع مصرف اين دارو در بيماران‌مبتلا به‌عيب شديد كار كبد يا اختلالهاي‌خوني نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت ابتلاي بيمار به‌ضعف مغز استخوان عفونت و حساسيت‌به لواميزول اين دارو بايد با احتياطفراوان مصرف شود.
2 ـ قبل از شروع درمان شمارش
كامل گلبولهاي خون و پلاكتها توصيه‌مي‌شود.
عوارض جانبي مصرف دارو در درمان‌آلودگي به‌كرمهاي روده معمولا به‌خوبي‌تحمل مي‌شود و عوارض جانبي دارومحدود به‌تهوع استفراغ دردشكم سرگيجه و سردرد مي‌شود.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان اين‌دارو با فرآورده‌هاي حاوي الكل ممكن‌است موجب بروز واكنش‌هاي شبه‌ديسولفيرام شود. مصرف همزمان‌لواميزول با فني‌توئين و وارفارين ممكن‌است موجب افزايش غلظت پلاسمايي‌فني‌توئين و افزايش فعاليت ضد انعقادي‌وارفارين شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار مصرف اين دارو دردرمان آسكاريا‌ز 150 ميلي‌گرم به‌صورت‌مقدار واحد مي‌باشد. در درمان آلودگي‌به‌كرمهاي قلابدار يا

آلودگي‌هاي توام 300ميلي‌گرم طي يك يا دو روز مصرف‌مي‌شود.
به‌عنوان محرك سيستم ايمني دربيماريهاي بدخيم (معمولا همراه بافلوئورواوراسيل 50 ميلي‌گرم هر
8 ساعت براي 3 روز مصرف مي‌شود كه‌اين دوره 30ـ7 روز پس از اعمال جراحي‌آغاز و هر 14 روز تكرار مي‌شود(فلوئورواوراسيل پس از 34ـ21 روز بعداز جراحي مصرف مي‌شود). مقدارمصرف اين دارو در درمان آرتريت‌روماتوئيد mg/kg 2/5 است
كودكان در درمان آسكاريازمقدار mg/kg 3 و در درمان آلودگي به‌كرمهاي‌قلابدار mg/kg 2/5 به‌صورت مقدار واحدمصرف مي‌شود كه در صورت شديدبودن آلودگي اين مقدار مصرف 7 روز بعددوباره تكرار مي‌شود.
اشكال دارويي
(Scored Tablet: 50 mg (as HCl
(Syrup: 40 mg/5ml (as HCl

LINDANE

موارد مصرف شامپوي لیندن براي درمان‌آلودگي ناشي از شپش انساني گونه‌کاپیتیس (شپش سر) و فتیروس پوبیس شپش زهار) و تخم آنها مصرف مي‌شود.لوسیون لیندن براي درمان آلودگي ناشي‌از سارکوپتس اسکابیه (جرب مصرف‌مي‌شود.
مکانیسم اثر: به‌دنبال جذب پوستي دارو ازپوسته کیتیني بندپایان سیستم عصبي‌تحریك شده و منجر به‌تشنج و مرگ آنهامي‌شود.
فارماکوکینتیك لیندن به‌میزان قابل توجهي‌از طریق پوست جذب مي‌شود. متابولیسم‌دارو کبدي است و از طریق ادرار و مدفوع‌دفع مي‌شود. لیندن در بافت جربي بدن‌ذخیره مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود اختلالات‌تشنجي حساسیت به‌دارو و بثورات‌پوستي یا پوست مجروح یا ملتهب باید بااحتیاط فراوان مصرف شود.
2 ـ مصرف لیندن در شیرخواران وکودکان باید بااحتیاط صورت گیرد، زیراخطر بروز اثرات سمي با مصرف موضعي‌دارو در کودکان بیشتر از بزرگسالان‌است
3 ـ جذب لیندن در افراد سالخورده به‌دلیل‌افزایش نفوذپذیري پوست آنها ممکن است‌افزایش یابد. به‌علاوه افراد سالخورده‌به‌ویژه با سابقه حملات تشنجي ممکن‌است نسبت به‌اثرات سمي CNS داروحساستر باشند.
عوارض جانبي عوارضي همچون التهاب‌پوست که قبل از درمان وجود نداشته‌است بثورات پوستي و علائم مسمومیتCNS بامصرف این دارو گزارش شده‌است تداوم خارش پوست بعد از قطع‌مصرف دارو نیز ممکن است مشاهده‌شود.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان سایرفرآورده‌هاي پوستي مانند کرم‌ها،لوسیون‌ها، پمادها یا روغن‌ها ممکن
است جذب پوستي لیندن را افزایش
دهد.
نکات قابل توصیه 1 ـ به‌علت سمي بودن‌دارو از تماس آن با دهان و چشم‌ها بایدخودداري گردد.
2 ـ براي به‌حداقل رسانیدن جذب‌سیستمیك دارو، از مصرف آن روي‌زخمهاي باز مانند خراشیدگي‌ها،بریدگي‌ها یا زخمهاي پوست یا پوست‌سرباید اجتناب گردد.
3 ـ براي جلوگیري از آلودگي مجدد، ازلباسهایي که به‌تازگي با آب خیلي داغ‌شسته یا خشك‌شویي شده‌اند، بایداستفاده گردد.

4 ـ براي خارج كردن اجساد شپشها و تخم‌آلوده آنها، موها پس از خشك‌شدن با يك شانه دندانه ريز بايد شانه شوند.
5 ـ از مصرف شامپو ليندن به‌طور معمول‌بايد اجتناب گردد.
6 ـ در صورت تماس نزديك باافراد ديگر ازجمله اعضاي خانواده درمان همزمان آنهانيز ضروري است
7 ـ اين دارو نبايد بيش از مقدار تجويزشده مصرف شود.
مقدار مصرف
در بزرگسالان و كودكان به‌عنوان‌ضدجرب مقدار كافي از لوسيون از گردن‌به‌پائين (در نوزادان احتمال آلودگي سرنيز وجود دارد) يك بار روي پوست خشك‌ماليده مي‌شود و پس از 12ـ8 ساعت با آب‌شسته مي‌شود. به‌عنوان شپش‌كش مقداركافي از شامپو (60ـ15 ميلي‌ليتر با توجه‌به‌كوتاه يا بلندبودن موها) يكبار به‌مو وپوست يا مناطق آلوده سر و اطراف مناطق‌مودار ماليده مي‌شود و پس از 4 دقيقه باآب كافي شستشو مي‌گردد. در صورت‌نياز يك هفته بعد مصرف شامپو تكرارمي‌شود.
اشكال دارويي
Lotion: %1
Shampoo: %1

MEBENDAZOLE

موارد مصرف مبندازول در درمان آلودگي‌به كرمهاي نخي گرد، شلاقي و قلابدارمصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: مبندازول موجب تخريب‌ميكروتوبول‌هاي سيتوپلاسمي انگل و درنتيجه مهار برداشت گلوگز توسط كرم بالغو در نهايت مرگ انگل مي‌شود.
فارماكوكينتيك اين دارو خيلي كم از راه‌دستگاه گوارش جذب مي‌شود. با اين‌وجود جذب خوراكي دارو ممكن است درحضور غذا، به‌ويژه غذاهاي چرب افزايش‌يابد. دفع اين دارو عمدت? كليوي است
هشدارها: 1 ـ در صورت ابتلاي بيمار به‌عيب كار كبد، اين دارو بايد با احتياطفراوان مصرف شود.
2 ـ در درمان كرمك قبل از شروع درمان ويك هفته پس از آن بايد ناحيه اطراف مقعدبه منظور يافتن تخم كرم بويژه دربيماراني كه علائم عفونت در آنها پايداراست بررسي شود.
3 ـ آزمون مدفوع در درمان آلودگي به‌كرمهاي گرد، شلاقي و كاپيلارياز، قبل و
3 ـ 1 هفته پس از درمان به منظور تعيين‌كارايي درمان ممكن است ضروري باشد.
4 ـ شمارش تام گلبولهاي خون در ماه اول‌درمان با اين دارو ممكن است ضروري‌باشد.
عوارض جانبي به‌ندرت درد شكم اسهال وواكنش‌هاي حساسيت مفرط (شامل‌گزانتوم بثورات جلدي كهير و آنژيوادم ،با مصرف اين دارو گزارش شده‌است
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت مصرف‌اين دارو براي درمان كرمك بهتر است‌تمام افراد خانواده به‌طور همزمان درمان‌شوند. همچنين شستن لباسهاي خواب ورختخواب بعد از درمان با دارو ضروري‌است تا آلودگي دوباره عود نكند.
2 ـ در درمان آلودگيهاي داخل بافت‌ها(مانند كيست‌ها)، اين دارو در مقادير زيادهمراه با غذا، به‌ويژه غذاهاي چرب بايدمصرف شود تا مقدار بيشتري از داروجذب شود.
3 ـ بيماران مبتلا به آلودگي كرمهاي‌قلابدار و شلاقي بايد به‌صورت مكمل‌مقاديري آهن دريافت دارند.
مقدار مصرف
بزرگسالان و كودكان مبندازول دردرمان آلودگي به كرمهاي نخي

(مانندكرمك در بزرگسالان و كودكان با سن‌بيشتر از 2 سال به مقدار 100 ميلي‌گرم دريك نوبت مصرف مي‌شود. در صورت‌بروز مجدد عفونت ممكن است يك مقدارمصرف ثانويه 2-3 هفته بعد ضروري‌باشد. مصرف اين دارو در كودكان با سن‌كمتر از 2 سال توصيه نمي‌شود. مقدارمصرف دارو در درمان آلودگي به كرمهاي‌شلاقي كرمهاي گرد (مانند آسكاريس وكرمهاي قلابدار در بزرگسالان و كودكان‌با سن بيشتر از 2 سال 100 ميلي‌گرم دوبار در روز براي 3 روز مي‌باشد.

اشكال دارويي

Chewable Tablet: 100 mg

MEGLUMINE ANTIMONATE

موارد مصرف اين دارو در درمان‌ليشمانيوز احشايي (كالا آزار) و ليشمانيوزجلدي (سالك مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك اين دارو به سرعت و طي24 ساعت پس از تزريق از طريق ادرار دفع‌خواهد شد، گرچه دفع كامل دارو از بدن تا48 ساعت طول خواهد كشيد.
موارد منع مصرف مگلومين آنتيمونات درموارد سل ريوي نارسايي شديد كبدي ياكليوي و بيماريهاي شديد قلبي نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ مقدار مصرف دارو را بايدبه‌تدريج افزايش داد. در صورت بروزعلائم عدم تحمل آنتيموان يا مسموميت با آن بايد مقدار مصرف دارو را كاهش داد يامصرف آن را قطع كرد.
2 ـ پيگيري وضعيت بيمار از طريق‌اندازه‌گيري كليرانس كرآتينين و وجودپروتئين در ادرار و نيز بررسي‌الكتروكارديوگرام در طول درمان با اين‌دارو توصيه مي‌شود.
عوارض جانبي عوارض ناشي از عدم
تحمل آنتيموان به‌ويژه در ابتداي
درمان شامل تب سرفه‌هاي سخت دردعضلاني استفراغ و گاه واكنش‌هاي‌موضعي (در درمان سالك مي‌باشد.عوارض ناشي از مسموميت با آنتيموان‌مشابه علائم عدم تحمل دارو، ولي با شدت‌بيشتر هستند. همچنين آسيب كبدي وكليوي ميوكارديت و پلي‌نوريت نيز ممكن‌است بروز كنند.
مقدار مصرف
بزرگسالان و كودكان مقدار مصرف اين‌دارو در كودكان و بزرگسالان از طريق‌تزريق عضلاني 60 mg/kg/day است كه درروز اول يك چهارم اين مقدار، در روز
دوم نصف و در روز سوم سه چهارم اين‌مقدار تزريق مي‌شود و از روز چهارم
به بعد مقدار كامل مصرف مي‌شود. دوره‌درمان با اين دارو 10-15 روز است كه درصورت نياز 4-6 هفته بعد دوباره تكرارمي‌شود. همچنين در درمان ليشمانيوزجلدي (سالك ، مي‌توان دارو را به‌صورت‌انفيلتراسيون موضعي تزريق كرد.
اشكال دارويي
Injection: 1.5 g/5 ml

NICLOSAMIDE

موارد مصرف اين دارو در درمان آلودگي‌به كرمهاي پهن مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: نيكلوراميد فسفريلاسيون‌اكسيداتيو را در ميتوكندري كرمهاي پهن‌مهار مي‌كند و موجب مرگ كرم مي‌شود.
فارماكوكينتيك اين دارو به مقدار خيلي‌ناچيز از راه خوراكي جذب مي‌شود. دفع‌آن از طريق مدفوع است
هشدارها: انجام آزمون مدفوع تقريب? يك وسه ماه بعد از درمان با اين دارو براي‌تعيين اثر بخشي دارو ممكن است ضروري‌باشد.
عوارض جانبي تهوع استفراغ درد شكم سرگيجه و خارش با مصرف اين داروگزارش شده‌است
نكات قابل توصيه 1 ـ قرصهاي جويدني اين‌دارو را بايد كاملا جويد و همراه با آب‌مصرف نمود.
2 ـ بهتر است اين دارو را با معده خالي يابعد از يك غذاي سبك (مثلا صبحانه مصرف كرد.
3 ـ توصيه مي‌شود كه 2 ساعت بعد ازمصرف دارو يك مسهل نمكي مانندسولفات منيزيم مصرف شود.
4 ـ دوره درمان با اين دارو بايد كامل شود.تكرار دوره ممكن است ضروري باشد.
5 ـ در صورت فراموش شدن يك نوبت‌مصرف دارو، به محض بيادآوردن آن‌نوبت بايد مصرف شود ولي اگر تقريب?زمان مصرف نوبت بعدي رسيده باشد، ازمصرف آن خودداري كرده و مقدارمصرف بعدي نبايد دو برابر گردد.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار مصرف اين دارو دردرمان آلودگي به تنياسوليوم دربزرگسالان 2 گرم در يك نوبت بعد ازصبحانه سبك مي‌باشد كه 2 ساعت بعد ازآن يك مسهل مصرف مي‌شود. نيكلوزاميددر درمان آلودگي به تنيا ساژيناتا وديفيلوبوتريوم لاتوم با مقدار ذكر شده درمورد آلودگي با تنياسوليوم مصرف‌مي‌شود، اما مي‌توان نيمي از مقدار مصرف‌دارو را بعد از صبحانه و بقيه را يك ساعت‌بعد مصرف نمود و 2 ساعت بعد مسهل‌نمكي را مصرف نمود. مقدار مصرف‌نيكلوزاميد در درمان آلودگي به‌هميتولپيس‌نانا در بزرگسالان 2 گرم دريك نوبت در روز اول و سپس 1 g/dayبراي 6 روز مي‌باشد.
كودكان در كودكان با سن بيش از 6 سال‌مقدار مصرف مانند بزرگسالان است دركودكان 6 ـ 2 سال در درمان آلودگي به‌تنياسوليوم ديفيلوبوتريوم

لاتوم وتنياساژيناتا، يك گرم و در درمان آلودگي‌به همينولپيس نانا 1g/day و 500mg/dayبراي 6 روز بعد، مصرف مي‌شود.
در كودكان با سن كمتر از 2 سال دردرمان آلودگي به تنياسيوليوم ديفيلوبوتريوم لاتوم و تنياساژيناتا 500ميلي گرم و در درمان آلودگي به‌همينولپيس نانا 500 mg/day در روز اول و250mg/day براي 6 روز بعد مصرف‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Chewable Tablet: 500 mg

PIPERAZINE

موارد مصرف پي‌پرازين در درمان آلودگي‌به كرمهاي نخي و گرد مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو با مهار پاسخ عضله‌كرم به پيامهاي عصبي موجب فلج انگل ودفع آن مي‌شود.
فارماكوكينتيك اين دارو به سرعت از راه‌خوراكي جذب مي‌شود. غلظت سرمي دارو2-4 ساعت پس از مصرف به اوج خودمي‌رسد. نيمه عمر دارو متغير است دفع‌اين دارو عمدت? كليوي است
موارد منع مصرف در صورت ابتلاي بيماربه عيب شديد كار كليه اين دارو نبايدمصرف شود.
هشدارها: اين دارو در صورت وجود عيب‌كار كليه بيماري كبدي بيماري‌نورولوژيك و صرع بايد با احتياط فراوان‌مصرف شود.
عوارض جانبي تهوع استفراغ قولنج اسهال واكنش‌هاي آلرژيك (شامل كهير،اسپاسم برونش و موارد نادري از سندرم‌استيونس ـ جانسون و آنژيوادم ازعوارض اين دارو هستند.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت مصرف‌اين دارو براي درمان كرمك بهتر است‌تمام افراد خانواده به‌طور همزمان درمان‌شوند. همچنين شستن لباسهاي خواب ورختخواب بعد از درمان با دارو ضروري‌است تا آلودگي دوباره عود نكند.
2 ـ بيش از مقدار تجويز شده نبايد دارومصرف شود.
3 ـ دوره درمان بايد كامل گردد. درعفونتهاي شديد يا در صورت عود مجددعفونت درمان 2 ـ 1 هفته بعد ممكن است‌تكرار شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار مصرف پي‌پرازين دردرمان آلودگي به كرمهاي گرد(آسكاريس تا g/day 3/5 براي 2 روزمتوالي است كه در صورت نياز، به‌ويژه درآلودگيهاي شديد، يك هفته بعد نيز تكرارمي‌شود.
پي‌پرازين در درمان كرمك به مقدار mg/kg/day 65 براي 7 روز متوالي مصرف‌مي‌شود كه در صورت نياز، به‌ويژه درآلودگيهاي شديد، يك هفته بعد نيز تكرارمي‌شود.
كودكان مقدار مصرف اين دارو دركودكان در درمان آسكاريس مقدار75mg/kg/day براي 2 روز متوالي و دردرمان كرمك مانند بزرگسالان است
اشكال دارويي

(Tablet : 500 mg (as Citrate or Phosphate
(Syrup : 583.3 mg/5 ml (As Citrate orPhosphate

PRAZIQUANTEL

موارد مصرف پرازي كوانتل در درمان‌آلودگي به كرمهاي پهن و شيستوزوما(شيستوزومياز) مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: به‌نظر مي‌رسد اثر ضد كرم‌دارو مربوط به اثر سينرژيك آن با سيستم‌ايمني هومورال ميزبان باشد. همچنين‌پرازي كوانتل موجب افزايش نفوذپذيري‌غشاء سلول‌هاي انگل افزايش انقباضات فلج و در نهايت مرگ كرم مي‌شود.
فارماكوكينتيك جذب اين دارو، حتي درحضور غذا، سريع است اما بخش عمده‌اي‌از دارو در عبور اوليه از كبد متابوليزه‌مي‌شود. نيمه عمر پرازي كوانتل 1/5-0/8ساعت است دفع دارو عمدت? كليوي وسريع است اين دارو به‌سرعت توسطشيستوزوما و ساير كرمهاي فلوك وكرمهاي پهن بالغ جذب مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو، به‌جز درشرايط خيلي ويژه نبايد در درمان‌سيستي سركوز چشمي مصرف شود،زيرا تخريب انگل ممكن است موجب‌ضايعات غيرقابل ترميم چشم شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود حساسيت‌مفرط به آن و بيماري متوسط تا شديدكبدي بايد با احتياط فراوان مصرف
شود.
2 ـ انجام آزمون مدفوع هنگام مصرف‌دارو در درمان كرمهاي پهن فلوك‌ها وساير گونه‌هاي شيستوزوما، يك سه ودوزاده ماه پس از درمان به منظور تعيين‌كارايي دارو ممكن است ضروري باشد.
3 ـ در درمان شيستوزوما هماتوبيوم انجام آزمون ادرار، پس از يك سه وشش‌ماه از درمان به منظور تعيين كارايي دارو‌ممكن است ضروري باشد.
عوارض جانبي عوارض CNS (شامل‌سرگيجه خواب‌آلودگي سردرد وبيحالي ، تب عوارض گوارشي (شامل‌كرامپ يا درد شكمي كاهش اشتها، تهوع يااستفراغ و اسهال خوني و افزايش تعريق با مصرف اين دارو گزارش شده‌است
تداخل‌هاي داروئي كارباما‌زپين وفني‌توئين ممكن است متابوليسم اين داورا تسريع كنند. دگزامتازون نيز در صورت‌مصرف همزمان با پرازي‌كوانتل ممكن‌است غلظت پلاسمايي اين دارو را كاهش‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ قرص پرازي‌كوانتل‌بايد با مقدار كمي مايعات همراه با غذابه‌طور كامل بلعيده شود تا طعم تلخ آن‌موجب تهوع يا استفراغ نگردد.

2 ـ در صورت بروز سرگيجه ياخواب‌آلودگي بايد احتياط كرد.
مقدار مصرف در بزرگسالان و كودكان باسن 4 سال و بيشتر در درمان‌شيستوزوميناز به مقدار 20 mg/kg دو ياسه بار در روز در فواصل 6-4 ساعت‌براي يك روز مصرف مي‌شود. همچنين‌مي‌توان 60-40 mg/kg از دارو رابه‌صورت مقدار مصرف واحد تجويز كرد.مقدار مصرف اين دارو در درمان آلودگي‌به كرمهاي پهن 25-10 mg/kg در يك نوبت‌مي‌باشد ك در صورت نياز، درمان 10 روزبعد تكرار مي‌شود.
اشكال دارويي
Scored Tablet: 600 mg

PRIMAQUINE

موارد مصرف اين دارو به‌عنوان داروي‌كمكي در درمان مالاريا ناشي ازپلاسموديوم ويواكس و پلاسموديوم اوال‌بعد از درمان با كلروكين به منظورريشه‌كني مراحل كبدي بيماري مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو موجب نابودي انگل‌در كبد مي‌شود و به اين ترتيب مانع‌بازگشت بيماري مي‌گردد.
فارماكوكينتيك اين دارو از راه خوراكي‌به‌خوبي جذب مي‌شود. غلظت سرمي دارو3 ـ 2 ساعت پس از مصرف به اوج خودمي‌رسد و نيمه عمر اين دارو، به‌طورمتوسط 5/8 ساعت مي‌باشد. كمتر از 2%دارو طي 24 ساعت از طريق ادرار دفع‌مي‌شود.
هشدارها: اين دارو در موارد كمبود G6PD،بيماريهاي سيستميك همراه با كاهش‌گرانولوسيت‌هاي خون (مانند آرتريت‌روماتوئيد و لوپوس اريتماتوز)، بايد بااحتياط فراوان مصرف شود.
عوارض جانبي تهوع استفراغ درد شكم به‌ندرت متهموگلوبينمي كم خوني‌هموليتيك به‌ويژه در بيماران مبتلا به‌كمبود G6PD با مصرف اين دارو گزارش‌شده‌است
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت بروزتحريك گوارشي مي‌توان دارو را همراه
با غذا يا داروهاي آنتي اسيد مصرف
نمود.
2 ـ قبل از تجويز پريماكين بهتر است‌وضعيت بيمار از نظر كمبود G6PDبررسي و مقدار مصرف دارو تنظيم شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان براي ريشه‌كني مالارياي‌ناشي از پلاسموديوم ويواكس وپلاسموديوم اوال پس از درمان باكلروكين پريماكين به مقدار 15mg/dayبراي 14-21 روز مصرف مي‌شود و ممكن‌است يك دوره 21 روزه ديگر نيز
براي گونه‌هاي مقاوم از اين دو نوع‌پلاسموديوم به آن اضافه شود.
مقدارمصرف دارو در بيماران مبتلا به كمبودG6PD براي بزرگسالان 30 ميلي‌گرم يكباردر هفته است و كمترين عارضه را در بردارد.
كودكان براي ريشه‌كني مالارياي ناشي ازپلاسموديوم ويواكس و پلاسموديوم اوال‌دوره درمان مانند بزرگسالان است ولي‌مقدار مصرف 0/25 mg/kg/day مي‌باشد.در كودكان مبتلا به كمبود G6PD مقدارمصرف 0/5-0/75 ميلي‌گرم يكبار در هفته‌براي 8 هفته است و

کمترین عارضه را دربردارد.
اشکال دارویي
(Tablet: mg, 15 mg (as phosphate

PYRIMETHAMINE

موارد مصرف اين دارو همراه باسولفادوكسين و كينين در درمان مالارياي‌مقاوم به كلروكين مصرف مي‌شود. اين‌دارو همراه با سولفوناميدها در درمان‌توكسوپلاسموز نيز مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: پيريمتامين آنزيم دي‌هيدروفولات ردوكتاز را به‌طوربرگشت‌پذير مهار مي‌كند.
فارماكوكينتيك اين دارو از راه خوراكي به‌خوبي جذب مي‌شود و به‌طور گسترده دربدن انتشار مي‌يابد. غلظت سرمي‌پيريمتامين 2-6 ساعت بعد از مصرف به‌اوج خود مي‌رسد. نيمه عمر اين دارو80-120 ساعت است دفع اين دارو عمدت?كليوي و آهسته است و ممكن است 30 روزيا بيشتر طول بكشد.
هشدارها: 1 ـ مصرف پيريمتامين درصورت وجود عيب كار كليه يا كبد، ضعف‌مغز استخوان كم خوني و سابقه اختلالات‌صرعي بايد با احتياط فراوان صورت‌گيرد.
2 ـ انجام آزمون شمارش تام خون در طول‌درمان دراز مدت با اين دارو توصيه‌مي‌شود.
عوارض جانبي تضعيف روند خون‌سازي‌در صورت مصرف مقادير زياد دارو،بثورات جلدي و بيخوابي با مصرف اين‌دارو گزارش شده‌است
تداخل‌هاي داروئي در صورت مصرف‌همزمان پيريمتامين با كوتريموكسازول فني‌توئين يا متوتركسات اثر آنتي‌فولات‌اين دارو تشديد مي‌شود. مصرف همزمان‌اين دارو با داروهاي مضعف مغزاستخوان ممكن است سبب افزايش اثرات‌كاهنده گلبولهاي سفيد و پلاكتها شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي كاهش تحريك‌گوارشي دارو را مي‌توان با غذا مصرف‌كرد.
2 ـ مصرف همزمان اسيد فوليك در طول‌درمان با اين دارو ممكن است ضروري‌باشد.
3 ـ در درمان توكسوپلاسموز، بويژه بامقادير زياد، مراجعه منظم به پزشك به‌منظور انجام آزمون شمارش تام خون‌ضروري است
4 ـ دوره درمان با دارو بايد كامل شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان در درمان مالارياي ناشي ازپلاسموديوم فالسيپارم مقاوم به كلروكين 75 ميلي گرم پيريمتامين همراه با
1/5 گرم سولفادوكسين در يك نوبت درروز سوم پس از درمان با كينين مصرف‌مي‌شود.

در درمان توکسوپلاسموز، ابتدا
200 mg/day ـ 50 همراه با 1 ـ 0/25 گرم‌سولفونامید هر 6 ساعت به مدت 2 ـ 1 روزو سپس 50mg/day ـ 25 همراه با
500 ـ 125 ميلي گرم سولفونامید هر 6ساعت براي 6 ـ 2 هفته مصرف مي‌شود.پيريمتامين به مقدار 12/5 ميلي‌گرم همراه‌با داپسون به مقدار 100 ميلي‌گرم يكبار درهفته از يك هفته قبل از عزيمت به مناطق‌آلوده به مالارياي ناشي از پلاسموديوم‌فالسيپارم تا 4 هفته پس از بازگشت از آن‌مناطق به‌منظور پيشگيري از ابتلاي به‌بيماري مصرف مي‌شود.
پيريمتامين‌همراه با سولفاديازين يا كليندامايسين
در درمان توکسوپلاسموز به مقدار50-100mg/kg به مدت 3 روز و سپس به‌مقدار 20 mg/day به مدت 4-6 هفته‌مصرف مي‌شود.
کودکان در درمان مالارياي ناشي ازپلاسموديوم فالسيپارم مقاوم به کلروکين 1/25mg/kg پيريمتامين همراه با25mg/kg سولفادوکسين به‌صورت مقدارواحد، در روز سوم پس از درمان با کينين مصرف مي‌شود.
براي پيشگيري از مالاريامقدار مصرف دارو (پيريمتامين وداپسون براي کودکان 1-5 سال (يا10-19 کيلوگرم وزن بدن معادل 1/4،براي کودکان 6-11 سال (يا با وزن20-39 کيلوگرم معادل 1/2 و براي سايرکودکان معادل مقدار مصرف بزرگسالان‌است مقدار مصرف پيريمتامين در درمان‌توکسوپلاسموز در کودکان 1 mg/kg يك‌بار در روز به مدت 3 ـ 1 روز و سپس
0/5 mg/kg دو بار در روز براي 4-6 هفته‌همراه با يك سولفونامید مي‌باشد.
اشکال دارويي
Tablet: 25 mg

PYRVINIUM

موارد مصرف اين دارو در درمان آلودگي‌به كرم سنجاقي (انتروبياز يا كرمك مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: به‌نظر مي‌رسد اين دارو مانع‌استفاده انگل از كربوهيدرات‌هاي اگزوژن‌مي‌شود.
فارماكوكينتيك اين دارو از راه دستگاه‌گوارش جذب مي‌شود. دفع آن از طريق‌مدفوع است
هشدارها: در صورت ابتلاي بيمار به‌بيماري التهابي روده بايد با احتياط فراوان‌مصرف شود.
عوارض جانبي عوارض اين دارو كه‌به‌ندرت گزارش شده‌اند، عبارتند ازحساسيت مفرط به پيروينيوم اختلالات‌گوارشي (شامل اسهال تهوع و استفراغ كرامپ معدي ، حساسيت پوست بيمار به‌نور، تغيير رنگ مدفوع و استفراغ بيمار به‌قرمز روشن
نكات قابل توصيه 1 ـ بهتر است تمام‌اعضاي خانواده بيمار به‌طور همزمان‌درمان شوند. تكرار درمان 2-3 هفته بعدنيز توصيه مي‌شود.
2 ـ توصيه مي‌شود، بيمار از قرار گرفتن درمعرض نور شديد آفتاب خودداري كند.
3 ـ شستن لباسهاي خواب و رختخوابهابراي جلوگيري از عود مجدد بيماري‌توصيه مي‌شود.
مقدار مصرف در بزرگسالان و كودكان اين دارو به مقدار 5 mg/kg (حداكثر 350ميلي‌گرم در يك نوبت مصرف مي‌شود واين مقدار 2-3 هفته بعد نيز مجدد? مصرف‌مي‌گردد.
اشكال دارويي
(Coated Tablet : 50 mg (as Citrate orPhosphate
(Suspension : 50 mg/5ml (as Pamoate

QUININE

موارد مصرف کینین در درمان مالاريای‌ناشي از پلاسموديوم فالسيپارم مقاوم به‌کلروکين يا در صورتي که ارگانيسم عامل نامشخص باشد يا آنکه گونه‌هاي مختلف‌پلاسموديوم در بروز بيماري دخالت‌داشته‌باشند، مصرف مي‌شود. اين داروهمچنين در پيشگيري يا درمان گرفتگي‌شبانه عضلات پا (ناشي از آرتريت ديابت واريس ترومبوفلبيت و آترواسکلروز)مصرف مي‌شود.
مکانيسم اثر: به‌نظر مي‌رسد اين دارو دروزيکولهاي اسيد انگل مالاريا تجمع مي‌يابدو با تغيير pH داخل سلولي موجب مرگ‌تك‌ياخته مي‌شود.
فارماکوکينتيك جذب اين دارو از راه‌خوراکي سريع و نسبت؟ کامل است بيش از80 درصد دارو در کبد متابوليزه مي‌شود.غلظت سرمي دارو 3/2-5/9 ساعت پس ازمصرف به اوج خود مي‌رسد. نيمه عمردارو حدود 11-18 ساعت است دفع داروعمدت؟ کليوي است و با اسيدي کردن ادراردفع آن نيز افزايش مي‌يابد.
موارد منع مصرف اين دارو در صورت‌ابتلاي بيمار به هموگلوبينوري و نوريت‌چشمي نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ مصرف دارو در موارد زيربايد با احتياط فراوان صورت گيرد:
فيبريلاسيون دهليزي اختلال‌هاي هدايتي‌قلب بلوك قلبي کمبود G6PD، مياستني‌گراو، سابقه پورپوراي همراه با کاهش‌پلاکت‌هاي خون کاهش قند خون
2 ـ در طول درمان با اين دارو از راه‌تزريقي گلوکز خون بايد به‌طور منظم‌اندازه‌گيري شود.
عوارض جانبي علائم سينکونيسم شامل‌وزوز گوش سردرد، پوست داغ وبرافروخته تهوع درد شکم بثورات‌جلدي اختلالات بينايي (از جمله کوري‌موقت و اغتشاش شعور با مصرف اين‌دارو گزارش شده‌است
تداخل‌هاي داروئي خطر بروز آريتمي‌بطني در صورت مصرف همزمان‌ترفنادين با اين دارو افزايش مي‌يابد. غلظت‌پلاسمايي ديگوکسين توسط کينين افزايش‌مي‌يابد. سايمتيدين متابوليسم کينين رامهار مي‌کند و غلظت پلاسمايي دارو راافزايش مي‌دهد.
نکات قابل توصيه 1 ـ براي کاهش تحريك‌گوارشي ناشي از دارو بهتر است آن را باغذا يا بعد از آن مصرف کرد.
2 ـ اين دارو بيش از مقدار تجويز شده نبايدمصرف شود.
3 ـ دوره درمان با اين دارو بايد کامل شود.

4 ـ در صورت بروز تاري ديد يا هر گونه‌اختلال بينايي بايد احتياط شود.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان مقدار مصرف اين دارو از راه‌خوراكي در درمان مالارياي ناشي ازپلاسموديوم فالسيپارم مقاوم به كلروكين650 ـ 600 ميلي‌گرم هر 8 ساعت براي 7روز است كه با مصرف تتراسيكلين به‌مقدار 250 ميلي‌گرم هر 6 ساعت براي 7روز ادامه مي‌يابد.
اين دارو را مي‌توان همراه با 100 ميلي‌گرم‌دوكسي سيكلين هر 12 ساعت به مدت 7روز، 1/5 گرم سولفادوكسين و 75ميلي‌گرم پيريمتامين به‌صورت مقدار واحديا 900 ميلي گرم كليندامايسين 3 بار درروز به مدت 3 روز مصرف نمود.
مقدار مصرف كينين در درمان گرفتگي‌شبانه عضلات 200-300 ميلي‌گرم درموقع خواب مي‌باشد. در صورت عدم‌مشاهده بهبودي پس از 4 هفته مصرف‌كينين مصرف دارو بايد قطع شود. درصورت بهبودي علائم بيماري درمان‌به‌صورت دراز مدت ادامه خواهد داشت اما در فواصل 3 ماه مصرف دارو قطع‌مي‌شود تا ضرورت ادامه درمان ارزيابي‌شود.
كودكان مقدار مصرف كينين از راه‌خوراكي در كودكان 10 mg/kg هر 8 ساعت‌براي 7 روز همراه با 5mg/kg تتراسيكلين‌هر 6 ساعت به مدت 7 روز در كودكان باسن بيش از 8 سال يا 13/3mg/kg ـ 6/7كليندامايسين 3 بار در روز به مدت 3 روزيا 1/25mg/kg پيريمتامين و 25mg/kgسولفادوكسين به‌صورت مقدار واحدمي‌باشد.
تزريقي
بزرگسالان در صورتي كه بيمار خيلي‌بدحال باشد، كينين را مي‌توان به‌صورت‌انفوزيون وريدي تجويز كرد كه در
اين حالت يك مقدار حمله‌اي 20 mg/kg
(تا حداكثر 1/4 گرم طي 4 ساعت انفوزيون‌مي‌شود و پس از 8-12 ساعت مقدارنگهدارنده 10 mg/kg (تا حداكثر 700ميلي‌گرم طي 4 ساعت انفوزيون مي‌شودكه اين مقدار هر 8-12 ساعت تكرارمي‌شود تا زماني كه بيمار قادر به بلع
دارو باشد. اين دوره درمان تا 7 روز
ادامه مي‌يابد و پس از آن با مصرف‌تتراسيكلين به شرح فوق ادامه داده‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection: 250 mg/ml
Tablet (as HCl): 100 mg, 250 mg

موارد مصرف اين دارو در درمان‌ليشمانيوز احشايي (كالاآزار) و ليشمانيوزجلدي (سالك مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك دفع اين دارو در دو مرحله‌سريع و آهسته صورت مي‌گيرد كه مرحله‌آهسته آن احتمالا به‌دليل احيا شدن به‌آنتيموان سه ظرفيتي است
موارد منع مصرف اين دارو در عيب شديدكار كليه نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در بيماراني كه اخير?ساير تركيبات آنتيموان را دريافت داشته ونيز در بيماراني كه الكتروكارديوگرام آنهاغيرطبيعي است بايد با احتياط فراوان‌مصرف شود.
2 ـ تزريق وريدي اين دارو بايد به آهستگي‌صورت گيرد و در صورت بروز علائم‌عدم تحمل آنتيموان يا مسموميت با آن مصرف دارو را بايد قطع كرد.
3 ـ از آنجا كه هنگام تزريق‌استيبوگلوكونات سديم احتمال بروزشوك آنافيلاكتيك وجود دارد، بايدتمهيدات لازم براي مقابله با اين عارضه‌آماده باشد.
عوارض جانبي تركيبات آنتيموان ممكن‌است موجب بروز عوارض قلبي يا كبدي‌شوند. عوارضي كه به‌ويژه با تزريق‌وريدي سريع دارو همراه هستند، عبارتنداز سرفه درد قفسه سينه درد در بازوان استفراغ درد شكم از حال رفتن و كلاپس نشت دارو به بافتهاي اطراف هنگام تزريق‌بسيار دردناك خواهد بود. واكنش‌هاي‌حساسيتي پس از چند بار تزريق داروممكن است بروز كند كه شامل بثورات‌جلدي و كهير، تغيير صدا و كلاپس خواهدبود.
نكات قابل توصيه 1 ـ تزريق عضلاني اين‌دارو بسيار دردناك خواهد بود و تزريق‌وريدي آن نيز با ترومبوفلبيت همراه است از اينرو دارو بايد با كمك يك سوزن نازك‌در ورید تزريق شود.
2 ـ در صورت بروز سرفه استفراغ يا
درد در ناحيه جناغ سينه هنگام تزريق‌وريدي مصرف دارو را بايد بلافاصله قطع‌كرد.
3 ـ در صورتي كه دوره درمان كامل‌نشود، احتمال بازگشت بيماري وجودخواهد داشت
مقدار مصرف
بزرگسالان در درمان ليشمانيوز احشايي‌ابتدا 20 mg/kg/day (تا حداكثر 850 mg/day) براي حداقل 20 روز مصرف‌مي‌شود و تا دو هفته بعد از بهبود بيماري‌از نظر انگل‌شناسي ادامه خواهد يافت طول دوره درمان متغير است و به‌وضعيت بيمار بستگي دارد). در مراحل‌اوليه ليشمانيوز جلدي (بدون واكنش‌التهابي مقدار 1-3 ميلي‌ليتر (معادل100-300

ميلي‌گرم آنتيموان به‌صورت‌تزريق داخل ضايعه يا انفيلتراسيون‌مصرف مي‌شود كه در صورت نياز، اين‌مقدار يك يا دو بار ديگر با فواصل 1-2روز تكرار مي‌شود. در صورت نياز به‌درمان سيستميك (زخمهاي شديد)20-10 mg/kg/day به‌صورت تزريقي‌مصرف مي‌شود كه تا چند روز بعد ازبهبود بيماري از نظر باليني و انگل‌شناسي‌ادامه خواهد يافت در درمان ليشمانيوزجلدي ـ مخاطي 20 mg/kg/day در يك نوبت‌براي حداقل 4 هفته تزريق خواهد شد كه درصورت بروز علائم مسموميت يا عدم‌پاسخگويي كافي بيماري مي‌توان اين مقداررا به 10-15 mg/kg هر 12 ساعت تغييرداد.
كودكان مقدار مصرف مانند بزرگسالان‌است اما حداكثر مقدار مصرف كودكان تا600 mg/day مي‌باشد.
اشكال دارويي
Injection: (Equivalent to 100 mgPentavalent Antimony)/ml

THIABENDAZOLE

موارد مصرف تيابندازول در درمان‌آلودگي با لارو مهاجر پوستي كرم‌هاي‌انكيلوستوما برازيلينس وانكيلوستوماكانينوم لارو مهاجر احشايي‌كرمهاي توكسوكاراكانيس وتوكسوكاراكاتي استرونژيلوئيدس‌استركوراليس و تريشينلا اسپيراليس‌به‌كار مي‌رود. اين دارو در درمان آلودگي‌با كرمهاي كاپيلاريافيليپيننسيس دراكونكولوس مدينسيس وتريكواسترونژيلوئيدس نيز مصرف‌شده‌است

مكانيسم اثر: دارو با مهار آنزيم فومارات‌ردوكتاز كه اختصاصي كرم است باعث‌كشته‌شدن آن مي‌شود. دارو ممكن است‌تخم و لارو كرم را نيز از بين ببرد، اما روي‌لارو تريشين موجود در كيست در عضله‌اثر ندارد.

فارماكوكينتيك تيابندازول به‌خوبي وسريع از مجراي گوارش جذب مي‌شود.متابوليسم دارو كبدي و سريع است نيمه‌عمر آن در بيمار با كليه سالم 1/2 ساعت وزمان رسيدن به حداكثر اثر 1-2 ساعت‌مي‌باشد. طي 48 ساعت بيش از 90 درصدآن از كليه دفع مي‌شود.

هشدارها: 1 ـ در درمان آلودگي با كرمك اسكاريس كرم شلاقي كرم قلابدار وآلودگي مركب بيشتر از مبندازول و پيرانتل‌به‌دليل سميت كمتر و اثر بيشتر، استفاده‌مي‌شود. تيابندازول در پيشگيري ازآلودگي به كرم به‌كار نمي‌رود.

2 ـ در عيب كار كبد و كليه و در صورت‌بروز سرگيجه خواب‌آلودگي تاري ديد يازردشدن چشم بايد با احتياط فراوان‌مصرف شود. در عيب كار كبد مقدارمصرف بايد تقليل يابد.

3 ـ در آلودگي شديد به كرم دارو بايدبه‌صورت طولاني مدت مصرف شود.

4 ـ انجام آزمون خلط در درمان‌استرونژيلوئيدياز در صورت وجود علائم‌يا نشانه‌هاي ريوي احتمال وجود سندرم‌آلودگي مكرر و كاهش ايمني بيمار ممكن‌است ضروري باشد. همچنين انجام آزمون‌مدفوع پيش از درمان با دارو يا تقريب؟ 3 ـ 2هفته پس از آن براي تعيين اثر بخشي آن‌ممكن است مورد نياز باشد.

عوارض جانبي بي‌اشتهايي تهوع استفراغ سرگيجه اسهال سردرد، خارش خواب‌آلودگي واكنشهاي حساسيت مفرط ازجمله تب و لرز، آنژيوادم بثورات جلدي‌اريتم مولتي فرم و سندرم استيونس‌جانسون و به بندرت وزوزگوش و آسيب‌پارانشيم كبد و اختلالات بينايي با مصرف‌اين دارو گزارش شده است

تداخل‌هاي داروئي تيابندازول باعث‌كاهش دفع تئوفيلين مي‌شود.

نكات قابل توصيه 1 ـ در بعضي از بيماران‌دارو ممكن است باعث تغيير

بوي ادرارشود كه به‌دليل متابوليت داروست و ازنظر باليني اهميت ندارد.
2 ـ قبل از بلعيدن دارو بايد خوب جويده‌شود. بيمار بايد دوره درمان را كامل كند.تكرار درمان در بعضي آلودگي‌هاضروري است
3 ـ براي كاهش عوارض جانبي بهتر است‌دارو بعد از غذا (صبح و شب ميل شود.
4 ـ براي كاهش واكنش‌هاي التهابي لاروتريشين مصرف توام كورتيكوستروئيدسيستميك به‌خصوص در بيماراني كه‌علائم شديد دارند، توصيه مي‌شود.
مقدار مصرف در بزرگسالان و كودكان‌بيشتر از 14 كيلوگرم در درمان لارومهاجر پوستي به‌ميزان 25 mg/kg دو باردر روز به مدت دو روز مصرف مي‌شود.در صورت وجود ضايعه فعال مصرف‌دارو دو روز بعد از پايان درمان تكرارمي‌شود. در درمان لارو مهاجر احشايي25 mg/kg دوبار در روز به‌مدت 5-7 روزمصرف و در صورت لزوم 4 هفته بعدتكرار مي‌شود. در آلودگي معمولي بااسترونژيلوئيدس 25 mg/kg دو بار درروز به‌مدت 2 روز به‌كار مي‌رود و درسندرم آلودگي مكرر 25 mg/kg دو بار درروز به‌مدت 5-7 روز مصرف مي‌شود ودر صورت لزوم تكرار مي‌شود.
در درمان‌تريشين 25mg/kg دو بار در روز به‌مدت2-4 روز براساس پاسخ بيمار به‌كارمي‌رود. در درمان كاپيلارياز 25 mg/kgيكبار در روز به‌مدت سي روز به‌كارمي‌رود. در درمان دراكونكولياز
25 mg/kg دو بار در روز به‌مدت
دو روز به‌كار مي‌رود. در درمان‌تريكواسترونژيلياز در بيماران تا 68كيلوگرم 25 mg/kg دو بار در روز به‌مدت‌دو روز به‌كار مي‌رود. در بيماران بالاتر از68 كيلوگرم به‌ميزان 1/5 g دو بار در روزمصرف مي‌شود. حداكثر مقدار مصرف‌مجاز روزانه تا 3 گرم مي‌باشد.
اشكال دارويي
Chewable Tablet: 500 mg

CARBAMIDE PEROXIDE

موارد مصرف كارباميد پراكسيد براي‌تسكين التهاب خفيف لثه و ساير سطوح‌مخاطي دهان و لبها، تسكين درد و التهاب‌ناشي از دندانهاي مصنوعي و اعمال‌دندانپزشكي كمك به حفظ بهداشت دهان‌در شرايط خاص و ضدعفوني و تميزكردن‌ضايعات دهان مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو به‌دنبال تماس بابافتهاي دهان موجب آزاد شدن اكسيژن‌مي‌شود و بدين ترتيب با ضدعفوني كردن‌دهان موجب كاهش التهاب تسكين درد ومهار توليد باكتريهاي مولد بوي بد دهان‌مي‌شود.
هشدارها: در صورت ادامه تحريك حفره‌دهان يا وخامت آن يا بروز التهاب و حالات غيرمنتظره مصرف دارو بايدقطع و به پزشك يا دندانپزشك مراجعه‌شود.
عوارض جانبي قرمزي موضعي و عفونت‌ثانويه با مصرف دارو گزارش شده
است
نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف دارو بيشتراز هفت روز يا در كودكان با سن كمتر ازسه سال (مگر با تجويز پزشك يادندانپزشك توصيه نمي‌شود.
2 ـ از رقيق كردن محلول دارو بايد اجتناب‌شود.
3 ـ اين دارو در تماس با آب دهان
كف مي‌كند. بنابراين براي مدت 4-5
دقيقه پس از مصرف دارو، از نوشيدن‌مايعات يا شستشوي دهان اجتناب شود.
مقدار مصرف در بزرگسالان و كودكان باسن بيشتر از سه سال چند قطره از داروچهار بار در روز پس از غذا و به‌هنگام‌خواب در محل عفونت ريخته مي‌شود وپس از 1-3 دقيقه خارج مي‌گردد، يا اينكه‌ده قطره از دارو روي زبان ريخته مي‌شودو پس از اختلاط با آب دهان براي چنددقيقه غرغره گرديده و سپس آب دهان‌خارج مي‌گردد.
مصرف اين دارو در كودكان با سن‌كمتر از سه سال توصيه نمي‌شود.
اشكال دارويي
Liquid for Topical - Oral: 10% w/v

CETYLPYRIDINIUM CHLORIDE

موارد مصرف محلول دهان شويه ستيل‌پيريدينيوم كلرايد براي درمان عفونت‌هاي‌سطحي دهان و گلو، خوشبو و تازه‌كردن‌طعم دهان پس از اعمال دندانپزشكي و پس‌از استفراغ استفاده از داروهاي استنشاقي‌و لوله‌گذاري به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: ستيل پيريدينيوم كلرايدهمچون ساير سورفكتانت‌هاي كاتيوني درمحلول آبي به يك كاتيون نسبت؟ بزرگ‌فعال و يك يون كوچك غيرفعال يونيزه‌مي‌شود. تركيبات كاتيوني علاوه براثرهاي امولسيون‌كننده و پاك‌كننده داراي‌فعاليت باكتري‌كش عليه باكتري‌هاي گرم‌مثبت و گرم منفي مي‌باشند.
هشدارها: ستيل پيريدينيوم كلرايد باصابونها و ساير سورفكتانت‌هاي آنيوني‌ناسازگاري دارد.
عوارض جانبي خوردن سورفكتانت‌هاي‌كاتيوني سبب تهوع و استفراغ مي‌شود ومحلولهاي غليظ آنها ممكن است سبب‌آسيب و نكروز مري شوند. علايم‌مسموميت با تركيبات آمونيوم چهارتايي‌تنگي نفس و سيانوز است تضعيف CNS،كمي فشار خون و اغما نيز ممكن است‌بروز نمايد.
نكات قابل توصيه 1 ـ از خوردن دارو بايدبه‌شدت اجتناب شود.
2 ـ پس از مسواك كردن دهان به‌خوبي بامحلول شسته شود.
مقدار مصرف يك ميلي‌ليتر از محلول باصد ميلي‌ليتر آب (نصف ليوان رقيق و هر2-3 ساعت يا طبق دستور پزشك غرغره‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Mouthwash: 0.05%

CHLORHEXIDINE GLUCONATE

موارد مصرف کلرهگزیدین گلوکونات براي‌حفظ بهداشت دهان و ممانعت از تشکیل‌پلاك دهان به‌کار مي‌رود.
مکانیسم اثر: دارو با نفوذ به‌داخل دیواره‌سلولي میکروارگانیسم باعث خروج‌محتویات سلولي مي‌شود. به‌دلیل بارمثبت به‌هنگام شستشوي دهان بر سطوح‌دندان پلاکها و مخاط که داراي بار منفي‌هستند، جذب شده و با گذشت زمان‌به‌تدریج از آنها آزاد شده و اثرباکتریویسیدي خویش را اعمال مي‌کند.
فارماکوکینتیك در حدود 30 درصد از دارومتعاقب شستشوي دهان با کلرهگزیدین‌گلوکانات در حفره دهان باقي مانده وبه‌تدریج در مایعات دهان آزاد مي‌شود.
هشدارها: از تماس دارو با چشم‌ها،
گوش مياني و حفرات بدن باید اجتناب‌شود.
عوارض جانبي با مصرف کلرهگزیدین ممکن است تحریك درماتیت یا حساسیت‌به نور مشاهده شود.
تداخل‌هاي داروئي کلرهگزیدین باصابونها و پاك‌کننده‌هاي آنیوني ناسازگاراست
نکات قابل توصیه 1 ـ از خوردن دارو بایدخودداري گردد.
2 ـ در صورت ایجاد تحریك درماتیت یاحساسیت به نور، مصرف دارو باید قطع‌شود.
مقدار مصرف ده میلي‌لیتر از محلول دو باردر روز به مدت یك دقیقه غرغره مي‌شود.
اشکال دارویي
Mouthwash: 0.2%

CHLOROXYLENOL

موارد مصرف کلروکسي‌لنول براي درمان‌موضعي عفونت زخم‌ها و پوست به‌کارمي‌رود.
عوارض جانبي حساسيت پوستي بامصرف دارو مشاهده شده‌است
تداخل‌هاي داروئي کلروکسي‌لنول باسورفکتانتهاي غيريوني و متيل‌سلولزناسازگار است
نکات قابل توصيه از خوردن محلول‌کلروکسي‌لنول بايد جد? خودداري شود.
مقدار مصرف مقدار کافي از محلول‌برحسب نياز براي تميز و ضدعفوني کردن‌زخم يا پوست مصرف مي‌شود.
اشکال دارويي
Topical Solution: 5%

(GLUTARAL (GLUTARALDEHYDE

موارد مصرف گلوتارال براي ضدعفوني واستريل كردن وسايل دندانپزشكي جراحي آندوسكوپي حرارت‌سنج‌ها ووسايل پلاستيكي و لاستيكي مورد استفاده‌در راههاي تنفسي و بيهوشي به‌كارمي‌رود.
مكانيسم اثر: گلوتارال‌يك‌دي‌آلدئيد اسيدي‌است قلياييكردن 8/5-7/5 = pHبابيكربنات سديم يا نمك‌هائي پتاسيم منجربه تبديل آن به يك عامل ضد ميكرب قوي بااثر ميكرب‌كشي ضدتوبركولوئيد،قارچ‌كشي اسپوركشي و فعاليت‌ضدويروسي مي‌شود. توانايي تركيب حتي‌در حضور مواد آلي (خون بافت مخاط)نيز به ميزان زياد باقي مي‌ماند.
هشدارها: 1 ـ بخارات حاصل از محلول‌ممكن است باعث تحريك دستگاه تنفسي‌شود.
2 ـ تماس محلول با پوست و مخاط ممكن‌است باعث بروز حساسيت گردد.
نكات قابل توصيه از تماس محلول باچشم‌ها، پوست و غشاهاي مخاطي بايداجتناب شود. در صورت تماس اتفاقي موضع بايد سريع? با آب شسته شود و درخصوص چشم‌ها به پزشك مراجعه شود.
مقدار مصرف براي ضدعفوني و استريل‌كردن وسايل ابتدا بايد دبريدهاي موجودبر آنها توسط برس و يك محلول پاك‌كننده‌ملايم پاك گردد. سپس وسايل يادستگاههاي تميز و خشك شده بايد در يك سيني گذاشته شده و به‌مدت 15-20 دقيقه‌براي ضدعفوني شدن و به مدت حداقل 10ساعت براي استريل شدن (از بين رفتن‌اسپورهاي بيماري‌زا) در ظرف حاوي‌محلول قلياييِ گلوتارال غوطه‌ور گردند.براي به‌حداقل رسانيدن بو و جلوگيري ازتبخير، در ظرف بسته نگهداشته شود.
اشكال دارويي
Disinfectant Solution: 2%

PARAFORMALDEHYDE

موارد مصرف پارافرمالدئيد يك‌ضدعفوني‌كننده و آنتي‌سپتيك مي‌باشد وبه‌عنوان يك منبع فرمالدئيد عمل مي‌كند.فرمالدئيد حاصل به‌عنوان يك ضدباكتري قارچ و بسياري از ويروسها عمل مي‌كند،در حالي كه اثر اين ماده بر عليه اسپورباكتري كمتر مي‌باشد. اين دارو براي‌درمان زگيل كف دست و پا و شستشوي‌حفره كيست هيداتيك جراحي شده‌به‌منظور از بين بردن اسكولكس‌ها نيزمصرف مي‌شود.
عوارض جانبي محلولهاي غليظ اين دارو،در صورت تماس با پوست سبب سفيدشدن و سخت شدن پوست مي‌شوند.درماتيت تماسي و واكنش‌هاي حساسيتي‌پس از مصرف غلظتهاي معمولي بروزنموده‌است بخار فرمالدئيد سبب تحريك‌چشم بيني و دستگاه تنفسي فوقاني‌مي‌شود و ممكن است باعث سرفه اختلال‌بلع اسپاسم حنجره و خيز، التهاب نايژه وپنوموني گردد.
مقدار مصرف براي ضدعفوني‌كردن‌اتاقها، پارافرمالدئيد بايد به‌وسيله حرارت‌به بخار تبديل شود.
اشكال دارويي
Tablet

POVIDONE IODINE

موارد مصرف محلول موضعي پوويدون‌آيودين براي شستشو و ضدعفوني كردن‌پوست قبل و پس از اعمال جراحي كوچك‌و بزرگ و تميز كردن دست جراحان قبل ازعمل مصرف مي‌شود. محلول دهان شويه‌آن براي درمان بيماريهاي التهابي عفوني‌دهان و حلق ناشي از باكتري‌ها و كانديدا ونيز در جراحي دندان مصرف مي‌شود.پماد موضعي دارو براي درمان ياپيشگيري عفونت در بريدگيها وخراشيدگيها، اعمال جراحي كوچك وسوختگيها و درمان عفونت‌هاي پوستي‌باكتريهايي يا قارچي زخم بستر، زخم‌ناشي از توقف جريان خون و هرگونه‌بيماري عفوني پوست مصرف مي‌شود.دوش و ژل واژينال آن براي درمان التهاب‌واژن ناشي از كانديدا، تريكوموناس التهاب غيراختصاصي يا عفونتهاي مخلوطواژن و نيز براي شستشوي واژن قبل ازجراحي مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو تركيبي از يد وپلي‌مرها به‌عنوان حامل است و از طريق‌آزادسازي تدريجي يد معدني در تماس باپوست و غشاهاي مخاطي اثرضدعفوني‌كننده خود را اعمال مي‌كند.پوويدون آيودين روي باكتريهاي گرم‌مثبت و منفي داراي اثر باكتريسيدي است وعليه قارچها، ويروس‌ها، انگل‌ها، كيست‌ها،پروتوزوآ، مخمرها واسپورها نيز مؤثراست قدرت اثر دارو و سميت آن كمتر ازفرآورده‌هاي حاوي يد آزاد مي‌باشد.
فارماكوكينتيك از طريق اسكار پوست‌سوخته و نواحي سوخته و زخمي پوست‌جذب مي‌شود كه باعث زيادي غلظت يد درپلاسما مي‌شود و ممكن است منجر به‌مسموميت گردد. جذب پوستي اين دارو درنوزادان ممكن است باعث كم‌كاري تيروئيدشود. طول اثر مفيد پوويدون آيودين براي‌مقاصد جراحي يك ساعت است و تعدادباكتري‌هاي پوست پس از 6-8 ساعت‌مجدد? به ميزان اوليه باز مي‌گردد.
موارد منع مصرف دارو در مناطق وسيع‌پوست آسيب‌ديده به‌دليل خطر جذب‌مقادير زياد يد و در بيماران مبتلا به گواتركلوئيدي گره‌اي غيرسمي نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: اين دارو در بيماران داراي سابقه‌حساسيت مفرط به يد بايد با احتياطفراوان مصرف شود.
عوارض جانبي تحريك موضعي قرمزي تورم يا اسيدوز متابوليك زيادي سديم‌خون و عيب كار كليه در نتيجه جذب يدبه‌دنبال مصرف دارو در سوختگي‌هاي‌شديد و يا در مناطق بدون پوست ممكن‌است مشاهده شود.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان‌پوويدون آيودين و تنتور بنزوئن ممكن‌است منجر به بروز واكنشهاي پوستي مانند سوختگيهاي نوع دوم و

سوم و درنتيجه كاهش pH شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت بروزتحريك موضعي مصرف دارو بايد قطع‌شود.
2 ـ ژل و دوش واژينال داراي اثراسپرم‌كشي هستند. از اين‌رو در صورت‌تمايل به بارداري از آنها استفاده نشود.
3 ـ پوويدون آيودين ممكن است‌پارچه‌هاي بافته شده از الياف مصنوعي راللك نمايد كه در اينصورت بايد با آمونياك‌رقيق شسته شوند.
4 ـ محلول دارو قبل از مصرف تكان‌داده‌شود.
مقدار مصرف به‌عنوان محلول‌ضدعفوني‌كننده در جراحي به‌مقدار لازم‌براي تميز و ضدعفوني‌كردن ناحيه عمل ويا دست جراح مصرف مي‌شود.
محلول دهان شويه اين دارو،به‌صورت رقيق نشده يا رقيق شده با حجم‌مساوي از آب گرم به‌مدت 30 ثانيه هر 2-4ساعت تا زمان لازم غرغره مي‌شود.
مقدار كافي از پماد اين دارو، پس ازتميز كردن موضع هر 8 ساعت يكبار دردرمان سوختگيها و يك بار در روز درساير موارد به آرامي بر روي پوست‌ماليده شده و در صورت لزوم موضع‌پانسمان مي‌شود.
در مورد ژل و دوش واژينال يك‌اپليكاتور پر از ژل يا محلول دوش هر شب‌براي 2-4 هفته و حتي طي دوران عادت‌ماهيانه مصرف مي‌شود. در صورت لزوم‌مصرف همزمان ژل و دوش صبحها ازدوش استفاده گردد. محلول غليظ دوش به‌داخل اپليكاتور ريخته مي‌شود و طبق‌دستور رقيق مي‌گردد و متعاقب؟ مهبل‌شسته مي‌شود.
اشكال دارويي
Mouthwash:1%
Topical Ointment: 10%
Topical Solution: 10%
Vaginal Gel: 10%
Surgical Scrub: 7.5%

DOPAMINE HCl

موارد مصرف دوپامين براي درمان شوك‌كارديوژنيك ناشي از سكته يا جراحي قلب‌استفاده مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو باتحريك گيرنده‌هاي‌بتا ـ يك آدرنرژيك در عضله قلب موجب افزايش قدرت انقباضي قلب‌مي‌شود. مقادير كم دارو موجب گشادي‌عروق و افزايش جريان خون كليوي و درمقادير بيشتر باعث انقباض عروق‌مي‌شود.
فارماكوكينتيك دوپامين بعد از تجويزوريدي دفع سريعي داشته و نيمه عمرحذف آن 9ـ6 دقيقه است تغييرات فردي دركليرانس دوپامين وجود دارد كه تاحدي‌ناشي از غيرطبيعي بودن عملكرد اعضايي‌مثل كبد يا كليه (كه باعث كاهش كليرانس‌دوپامين مي‌گردد) مي‌باشد.
موارد منع مصرف در موارد تاكي آريتمي‌و فئوكروموسيتوم نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ قبل از تجويز دوپامين‌به‌بيماراني كه دچار شوك شده‌اند و يا درانفاركتوس ميوكارد، بايد كمي حجم خون‌آنان تصحيح گردد.
2 ـ براي بيماراني كه داروي مهاركننده‌آنزيم مونوآمينواكسيداز دريافت مي‌كنند،نبايد دوپامين تجويز كرد. در صورت‌ضرورت بايد باكمترين ميزان ممكن داروراتجويز نمود.
3 ـ در شوك ناشي از سكته قلبي بايد ازمقادير كم (كمتر از 5 ميكروگرم در دقيقه دوپامين استفاده نمود چون مقادير بيشتربا انقباض عروق باعث بدترشدن نارسايي‌قلب مي‌شود.
4 ـ در موقع انفوزيون وريدي دوپامين درصورت نشت مقادير زياد دوپامين‌به‌بافت‌هاي اطراف نكروز ايجاد مي‌گردد.
عوارض جانبي بروز عوارضي مثل تهوع استفراغ تنگي عروق محيطي كاهش فشارخون افزايش فشارخون افزايش ضربان‌قلب درد آنژيني و آريتمي بااين داروگزارش شده‌اند.
تداخل‌هاي داروئي تجويز همزمان اين‌دارو با داروهاي ضدافسردگي مهاركننده‌آنزيم مونوآمينواكسيداز ممكن است‌موجب افزايش شديد فشارخون گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ نشت دوپامين‌به‌بافت‌هاي اطراف رگ باتزريق موضعي‌فنتولامين تا حداكثر 12 ساعت پس از نشت‌به‌طور موفقيت‌آميزي قابل درمان است
2 ـ در صورت بروز عوارض جانبي‌دوپامين به‌دليل كوتاه بودن نيمه عمر اين‌دارو، باكم كردن سرعت انفوزيون يا قطع‌آن اين عوارض سريع?

برطرف مي‌شوند.
مقدار مصرف از طريق انفوزيون وريدي
5 mcg/kg/min ـ 2 مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection: 200 mg/5ml

EPHEDRINE

موارد مصرف افدرين براي درمان علامتي‌آسم نايژه‌اي و انسداد برگشت‌پذيرراههاي تنفسي رفع احتقان بيني يا محرك‌سيستم عصبي مركزي مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: افدرين يك مقلد سمپاتيك‌است كه به‌طور مستقيم و غيرمستقيم‌برگيرنده‌هاي آلفا و بتا آدرنرژيك اثرمي‌كند. اين دارو باتحريك گيرنده‌هاي بتادو آدرنرژيك عضلات صاف نايژه را شل‌مي‌كند و با برطرف نمودن اسپاسم‌خفيف‌نايژه ظرفيت حياتي را افزايش‌مي‌دهد و عمل تهويه را بهبود مي‌بخشد.
فارماكوكينتيك متابوليسم دارو كبدي است‌و پس از تزريق عضلاني يا زيرجلدي‌به‌سرعت جذب مي‌شود. دفع دارو كليوي‌است اثر دارو 20ـ10 دقيقه پس از تزريق‌داخل عضلاني شروع و 60ـ30 دقيقه پس‌از تجويز 50 ـ 25 ميلي‌گرم باقي مي‌ماند.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود بيماريهاي‌قلبي ـ عروقي شامل آنژين صدري آريتمي‌قلبي نارسايي عروق كرونر، پركاري‌تيروئيد، ديابت بيماري ايسكمي قلبي افزايش فشارخون نقص عملكرد كليوي‌بايد بااحتياط مصرف شود.
2 ـ اين دارو در مقايسه با به محركهاي‌گيرنده بتادوآدرنرژيك عوارض جانبي‌بيشتري دارد و به‌دليل بروز آريتمي وساير عوارض جانبي كمتر مناسب است از اين رو، حتي‌الامكان بايد از مصرف اين‌دارو خودداري گردد.
3 ـ در صورت وجود هيپرتروفي‌پروستات مصرف دارو ممكن است باعث‌احتباس حاد ادرار شود.
4 ـ تداخل دارو با مهاركننده‌هاي منوآمين‌اكسيد از نظر باليني اهميت فراوان دارد.
عوارض جانبي تاكي كاردي اضطراب آريتمي زبان خشك شده بيقراري وبي‌خوابي از عوارض شايع افدرين‌مي‌باشند.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان‌كلروفرم يا هالوتان با افدرين ممكن است‌خطر آريتمي شديد بطني را به‌ويژه دربيماران داراي سابقه بيماري قلبي افزايش‌دهد. مصرف همزمان اين دارو بامسددهاي بتاممكن است بااثرگشادكنندگي برونش افدرين مقابله نمايد.مصرف همزمان افدرين با مسددهاي بتاممكن است باخطر افزايش فشارخون وبراديكاري شديد بااحتمال ايست قلب‌همراه باشد. مصرف همزمان افدرين بامهار كننده‌هاي منوآمينواكسيداز ممكن‌است اثرات تحريك قلبي ـ عروقي افدرين رادر

نتيجه آزادشدن كاتكولامين‌ها طولاني وتشديد نمايد. مصرف همزمان اين دارو باگليكوزيدهاي ديژيتال ممكن است خطرآريتمي قلبي را افزايش دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي به‌حداقل‌رسانيدن احتمال بي‌خوابي دارو چندين‌ساعت قبل از خواب مصرف شود.
2 ـ در صورت سابقه حساسيت نسبت‌به‌مقلدهاي سمپاتيك يا وجود بيماريهاي‌قلبي ـ عروقي اين دارو بااحتياط مصرف‌شود.
3 ـ مصرف همزمان دارو با مسدددهاي‌بتاآدرنرژيك كدئين گليكوزيدهاي‌ديژيتال مهاركننده‌هاي منوآمينواكسيدازو داروهاي ضدافسردگي سه حلقه‌اي بايدبا احتياط صورت پذيرد.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار 25ـ 12/5 ميلي‌گرم ازدارو به‌صورت داخل عضلاني داخل‌وريدي يا زيرجلدي تزريق مي‌شود ومقادير بعدي برحسب پاسخ بيمار تنظيم‌مي‌شود. حداكثر مقدار مصرف دارو 150ميلي‌گرم در هر 24 ساعت مي‌باشد.
كودكان 3 mg/kg يا 100 mg/m2 سطح بدن‌به‌صورت داخل وريدي يا زيرجلدي درروز، در 6ـ4 مقدار منقسم تجويز مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection: 50 mg/ml

موارد مصرف اين دارو براي درمان‌اضطراري آنافيلاكسي حاد، آنژيوادم واحياي قلبي ـ عروقي مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اپي‌نفرين يك داروي مقلدسمپاتيك است كه به‌طور مستقيم بر روي‌گيرنده‌هاي آلفا و بتا ـ آدرنرژيك اثرمي‌كند. اپي‌نفرين عضلات صاف نايژه را بااثر بر روي گيرنده‌هاي بتا ـ دو آدرنرژيك‌شل مي‌كند و از طريق گيرنده‌هاي آلفا ـآدرنرژيك شريانچه‌هاي نايژه را منقبض‌مي‌نمايد. در نتيجه موجب از بين رفتن‌اسپاسم نايژه احتقان و خيز مي‌شود.
فارماكوكينتيك اين دارو از راه عضلاني يازيرجلدي جذب مي‌شود. اپي‌نفرين درانتهاي اعصاب سمپاتيك كبد و سايربافتهاي بدن متابوليزه مي‌شود. شروع اثراين دارو از راه عضلاني متغير مي‌باشد. درحاليكه اثر آن از راه تزريق زيرجلدي 15ـ6دقيقه پس از مصرف شروع مي‌شود، طول‌مدت اثر دارو از راه زيرجلدي يا عضلاني‌كمتر از 4 ـ 1 ساعت است دفع اين دارو ازراه كليه است
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بايدبااحتياط مصرف شود:
پركاري تيروئيد، ديابت بيماري قلبي ـعروقي و شوك كارديوژنيك تروماتيك ياخونريزي
2 ـ از تزريق اپي‌نفرين به‌داخل عضلات‌سريني بايد اجتناب نمود، زيرا ممكن است‌موجب بروز گانگرن شود.
3 ـ لازم است همزمان با تزريق اپي‌نفرين حجم مايعات از دست رفته نيز جبران‌شود.
4 ـ تزريق اپي‌نفرين به‌داخل شريان به‌علت‌انقباض شديد عروق و احتمال بروزگانگرن توصيه نمي‌شود.
عوارض جانبي اضطراب لرزش تاكي‌كاردي آريتمي احساس سرما در انتهاها،زيادي فشارخون و خيز ريوي تهوع استفراغ تعريق ضعف و سرگيجه‌بامصرف اين دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان‌هالوتان با اپي‌نفرين ممكن است خطر بروزآريتمي شديد بطني را افزايش دهد. انفلوران‌يا ايزوفلوران نيز ممكن است عضله قلب رابه‌اثرات مقلد سمپاتيك اپي‌نفرين حساس‌نمايد. مصرف همزمان اپي‌نفرين با داروهاي‌ضدافسردگي سه حلقه‌اي ممكن است اثرات‌قلبي ـ عروقي اپي‌نفرين را تشديد كند كه‌احتمالا منجر به‌بروز آريتمي تاكي كاردي يازيادي شديد فشارخون و دماي بدن‌مي‌شود. مصرف همزمان داروهاي‌مسدودكننده گيرنده بتا ـ آدرنرژيك بااپي‌نفرين ممكن است به‌مهار اثرات درماني‌هر دو دارو منجر شود. مصرف

همزمان‌ديگوكسين با اپي‌نفرين ممكن است خطربروز آريتمي قلبي را افزايش دهد. مصرف‌همزمان ارگوتامين با اپي‌نفرين ممكن است‌منجر به‌افزايش اثر تنگ‌كننده عروق شود.همچنين ممكن است باعث ايجاد ايسكمي‌عروق محيطي و گانگرن شده و اثر بالابرنده‌فشار خون اپي‌نفرين را نيز تشديد نمايد.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو در مواردااضطراري براي درمان واكنش‌هاي‌آلرژيك بايد بلافاصله مصرف شود.
2 ـ محلول تزريقي اپي‌نفرين باغلظت1 mg/ml، قبل از تزريق داخل قلبي يا وريدي‌بايد رقيق شود. براي اين منظور 0/5ميلي‌ليتر از محلول اپي‌نفرين بايد با محلول‌تزريقي كلرور سديم به‌حجم 10 ميلي‌ليتررسانده شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان گشادكننده نايژه ابتدا 0/5 ـ 0/2 ميلي‌گرم تزريق زيرجلدي مي‌شود كه اين مقدار هر 20دقيقه تا 4 ساعت برحسب نياز بيمار
تكرار مي‌شود. در آنافيلاكسي ابتدا مقدار0/5 ـ 0/2 ميلي‌گرم تزريق عضلاني يازيرجلدي مي‌شود كه اين مقدار هر 15 ـ 10دقيقه برحسب نياز بيمار تكرار مي‌شود.به‌عنوان تنگ‌كننده عروق در شوك‌آنافيلاكتيك ابتدا مقدار 0/5 ميلي‌گرم‌تزريق عضلاني يا زيرجلدي مي‌شود و پس‌از آن 0/05 ـ 0/025 ميلي‌گرم هر 15 ـ 5دقيقه برحسب نياز بيمار تزريق وريدي‌مي‌شود. به‌عنوان محرك قلبي نيز مقدار
1 ـ 0/1 ميلي‌گرم داخل قلب يا وريد تزريق‌مي‌گردد كه اين مقدار در صورت نياز، هر
5 دقيقه تكرار مي‌شود. براي احياء قلبي
1 ميلي‌گرم به‌صورت قطره قطره تجويزمي‌گردد.
كودكان به‌عنوان گشادكننده نايژه دردرمان آنافيلاكسي مقدار mg/kg 0/01
تا حداكثر 0/5 ميلي‌گرم براي هر نوبت‌تزريق زيرجلدي مي‌گردد كه اين مقداربرحسب نياز هر 15 دقيقه براي دو نوبت
و سپس هر 4 ساعت تكرار مي‌شود.به‌عنوان تنگ‌كننده عروق در شوك‌آنافيلاكتيك ابتدا مقدار 0/3 ميلي‌گرم‌تزريق عضلاني يا وريدي مي‌گردد كه اين‌مقدار در صورت نياز هر 15 دقيقه براي
3 يا 4 نوبت تكرار مي‌شود. به‌عنوان
محرك قلبي نيز 0/01 mg/kg ـ 0/005
داخل عضله قلب يا به‌صورت وريدي‌تزريق مي‌گردد.
اشكال دارويي
Injection (As Acid Tartrate): 1 mg/ml

موارد مصرف ايزوپروترنول در درمان‌علامتي آسم برنشيال اسپاسم نايژه‌اي‌برگشت‌پذير همراه التهاب نايژه‌ها، امفيزم‌ريوي برونشيكتازي و ساير بيماري‌هاي‌انسدادي ريوي به‌كار برده مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو يك تركيب‌آدرنرژيك است كه باتحريك گيرنده‌هاي‌بتا آدرنرژيك اثرات خود را اعمال مي‌كند.تحريك گيرنده بتا دو در شش‌ها موجب‌شل‌شدن عضله صاف نايژه و تخفيف‌اسپاسم نايژه‌اي افزايش ظرفيت حياتي كاهش حجم ذخيره‌اي و كاهش مقاومت‌راههاي هوايي مي‌گردد. ايزوپروترنول موجب مهار آزادشدن هيستامين ناشي ازتحريك آنتي‌ژن و ماده كند اثر (SRS) درهنگام آنافيلاكسي مي‌گردد. اين دارو باتحريك گيرنده بتا يك آدرنرژيك موجب‌افزايش ليپوليز مي‌گردد.
فارماكوكينتيك علاوه بر كبد در شش‌ها وبافتهاي ديگر نيز متابوليزه مي‌شود. شروع‌اثر دارو باتجويز از طريق داخل وريدي بلافاصله و سريع بوده و مدت اثر داروكمتر از يك ساعت است دفع دارو، كليوي‌است
موارد منع مصرف ايزوپروترنول درمبتلايان به‌بيماريهاي قلبي ـ عروقي از قبيل‌آنژين قفسه صدري بيماري‌هاي شريان‌كرونر، آريتمي قلبي همراه با تاكيكاردي نارسايي كرونر، بيماري‌هاي دژنراتيوقلبي زيادي فشارخون عيب كار بافت‌قلب تاكيكاردي همراه با سميت ناشي ازديژيتال ديابت پركاري تيروئيد،فئوكروموسيتوم نبايد مصرف شود.
عوارض جانبي درد يا ناراحتي قفسه سينه احساس سرما، تب تشنج اغشتاش‌شعور، افزايش حاد فشار خون ضربانات‌نامنظم قلب تغييرات خلق و خو،گرفتگي‌هاي عضلاني تهوع و استفراغ اشكال در تنفس آهسته‌شدن ضربانات‌قلب رعشه اضطراب غيرعادي عصبانيت‌يا بيقراري بزرگ‌شدن غيرطبيعي مردمك‌چشم تاري ديد، سرد و رنگ پريده‌شدن‌پوست ضعف برافروختگي يا قرمزي‌صورت يا پوست از عوارض جانبي مهم‌دارو هستند.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان‌تركيبات هيدروكربنه هوشبر استنشاقي باايزوپروتونول موجب افزايش خطر بروزآريتمي بطني شديد مي‌شود.
تجويزهمزمان ضدافسردگي‌هاي سه حلقه‌اي‌باتقويت اثرات قلبي ـ عروقي‌ايزوپروترونول موجب بروز آريتمي تاكيكاردي زيادي فشار خون و يا افزايش‌درجه حرارت بدن مي‌گردد. تجويزتركيبات مسدد گيرنده بتا آدرنرژيك و ازجمله فرآورده‌هاي چشمي همزمان بااين‌دارو، موجب مهار متقابل اثرات درماني دودارو مي‌گردد. در ضمن اثر گشادكنندگي‌نايژه با تحريك گيرنده بتا دو توسطايزوپروترنول را عوارض ناخواسته مثل‌تحريك‌پذيري بيخوابي تشنج و يا آريتمي‌قلبي را به‌دنبال خواهد داشت

تجويز همان‌گليكوزيدهاي قلبي و يا لوودوپا با دارو،موجب افزايش خطر آريتمي قلبي مي‌شود.ايزوپروترنول هم چنين اثرات ضد آنژين‌نيتراتها را كاهش مي‌دهد. مصرف توام‌ريتودرين و اين دارو، موجب تشديد اثرات‌درماني و عوارض جانبي دو دارومي‌شود. تجويز توام با هورمونهاي‌تيروئيدي نيز اثرات درماني هر دو گروه‌دارويي را تشديد مي‌كند. تجويز داروبه‌همراه تركيبات گزانتين مانند آمينوفيلين علاوه بر افزايش تحريك CNS، آثار سمي‌اضافي توليد مي‌نمايد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت بروزاشكال در تنفس و تداوم يا بدترشدن آن بلافاصله به‌پزشك مراجعه شود.
2 ـ در صورت استفاده مكرر از مقادير زيادارو، احتمال بروز اسپاسم نايژه‌اي خلاف‌انتظار وجود دارد.
مقدار مصرف به‌منظور گشاد كردن نايژه در هنگام اسپاسم نايژه حين بيهوشي ،به‌صورت تزريق داخل وريدي و به‌ميزان20 mcg ـ10 تجويز شده و بسته به‌نيازبيمار تكرار مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection: 0.2 mg/ml, 1 mg/ml

METAPROTERENOL SULFATE

موارد مصرف متاپروترنول در درمان‌علامتي آسم‌برونشيال اسپاسم نايژه‌اي‌برگشت‌پذير همراه با التهاب نايژه‌ها و نيزآمفيزم ريوي برونشيكتازي و سايربيماري‌هاي انسدادي ريوي استفاده‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو از طريق
تحريك گيرنده‌هاي بتا دو آدرنرژيك درشش‌ها، موجب شل‌شدن عضله صاف‌نايژه و در نتيجه كاهش اسپاسم نايژه افزايش ظرفيت حياتي كاهش حجم ذخيره‌تنفسي و كاهش مقاومت راههاي تنفسي‌مي‌شوند. متاپروترنول همچنين آزادشدن‌هيستامين ناشي از تحريك آنتي‌ژن را مهارمي‌كند.
فارماكوكينتيك حدود 40% مقدار مصرفي‌به‌صورت خوراكي از دستگاه گوارش‌جذب مي‌گردد. شروع اثر دارو به‌دنبال‌تجويز خوراكي حدود يك ساعت و دوام‌اثر دارو بيش از 4 ساعت است متابوليسم‌دارو كبدي است
موارد منع مصرف اين دارو در افراد مبتلابه آريتمي قلبي و يا تاكي‌كاردي نارسايي‌احتقاني قلب بيماري عروق كرونر، زيادي‌فشارخون اختلالات تشنجي ديابت پركاري تيروئيد، فئوكروموسيتوم نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در مبتلايان به‌اختلالات‌تشنجي بايد با احتياط مصرف شود.
2 ـ مصرف مقادير بيش از حد دارو،به‌ويژه در افرادي كه زمينه اختلالات ريتم‌قلب دارند و يا از مدرها و گليكوزيدهاي‌ديژيتالي استفاده مي‌نمايند، ممكن است‌موجب كاهش پتاسيم خون گردد.
عوارض جانبي احساس ناراحتي يا درد درقفسه‌سينه احساس سرما و يا تب تشنج اغتشاش شعور، ضربانات سريع قلب سردرد، افزايش فشارخون تهوع واستفراغ اشكال در تنفس ضربانات‌آهسته قلب رعشه اضطراب غيرمعمول عصبانيت بيقراري بزرگ شدن‌غيرطبيعي مردمك چشم تاري‌ديد، سرد ورنگ پريده شدن غيرعادي پوست ضعف‌ضربانات نامنظم قلب گرفتگي‌هاي‌عضلاني تغييرات خلق و خو و نيزاحساس طعم ناخوشايند در دهان ازعوارض جانبي مهم دارو هستند.
تداخل‌هاي داروئي چنانچه متاپروترنول بامقادير بالا، قبل و يا در مدت كوتاهي پس ازبيهوشي با كلروفرم يا هالوتان تجويزگردد، خطر بروز آريتمي شديد بطني را بالامي‌برد. انفلوران ايزوفلوران و متوكسي‌فلوران نيز چنين اثري دارند. تركيبات‌ضدافسردگي سه حلقه‌اي اثرات‌متاپروترنول را بر سيستم عروقي تقويت‌مي‌كنند. تجويز همزمان مسددهاي گيرنده‌بتاآدنرژيك علاوه بر مهار متقابل اثرات‌درماني دو گروه دارويي موجب خنثي‌كردن اثر گشادكنندگي نايژه‌اي‌متاپروترنول نيز مي‌شود. تجويز توام‌دارو با محرك‌هاي CNS موجب تحريك‌اضافي CNS و افزايش اثرات

جانبي اين‌داروها مي‌گردد. استفاده همزمان ازگليكوزيدهاي قلبي و لوودوپا نيز خطرآريتمي قلبي را افزايش مي‌دهد.متاپروترنول اثرات ضدآنژين نيترات‌ها راكم مي‌كند. تجويز توام ريتودرين و سايرمقلدهاي سمپاتيك بااين دارو، اثرات‌درماني و عوارض جانبي هر دو گروه رازياد مي‌كند. هورمونهاي تيروئيدي نيز اثرتداخلي متقابل با متاپروترنول دارند.گزانتين‌ها در حضور اين دارو، اثراتشان‌بر CNS تشديد مي‌شود و آثار سمي اضافي‌بروز مي‌نمايد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت بروزاشكال در تنفس و تداوم يا بدترشدن آن‌فور? به‌پزشك مراجعه شود.
2 ـ در صورت نياز به‌استفاده همزمان ازآئروسل‌هاي كورتيكوستروئيدي و يااپيراتروپيوم بهتر است متاپروترنول مدتي‌قبل از داروي ديگر استفاده شود.
3 ـ ممكن است طعم ناخوشايند مصرف‌دارو در دهان احساس شود.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان براي گشادكردن نايژه‌ها،
20 ميلي‌گرم 4ـ3 بار در روز تجويزمي‌شود.
كودكان بين 9ـ6 سال و بالاتر و يا دركودكاني با وزن كمتر از 27 كيلوگرم 10ميلي‌گرم و 4ـ3 بار در روز و در كودكان 9سال به‌بالا با وزن 27 كيلوگرم و بيشتر،مشابه افراد بالغ تجويز مي‌شود.
تزريقي
بزرگسالان و كودكان بالاي 6 سال ابتدا0/5 ميلي‌گرم به‌صورت داخل عضلاني‌تزريق مي‌شود و در صورت نياز، پس ازنيم ساعت اين مقدار تكرار مي‌شود.
كودكان در كودكان با سن كمتر از 6 سال 0/25 ميلي‌گرم به‌صورت داخل عضلاني‌تزريق مي‌گردد.
اشكال دارويي
Scored Tablet: 20 mg
Injection: 0.5 mg/ml

NEOSTIGMINE METHYLSULFATE

موارد مصرف نئوستيگمين در درمان‌ضعف عضلاني ناشي از بيماري‌مياستني‌گراو، احتباس غير انسدادي ادراربعد از عمل جراحي و به‌عنوان پادزهرداروهاي مسدد عصبي ـ عضلاني‌غيردپولاريزان مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو هيدروليز شدن‌استيل كولين به‌وسيله استيل كولين استرازجلوگيري مي‌كند و در نتيجه انتقال‌تكانه‌هاي عصبي از محل اتصال عصب ـعضله را تسهيل مي‌نمايد. اين دارو همچنين‌با افزايش تحريك و تنوس عضلات معده كاهش انقباض معده بعد از عمل جراحي رابرطرف مي‌كند.
فارماكوكينتيك نئوستيگمين پس از تزريق‌عضلاني سريع? جذب مي‌شود. در پلاسماو كبد متابوليزه مي‌شود و دفع آن كليوي‌مي‌باشد.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود انسدادمكانيكي روده يا مجاري ادرار بااحتياطفراوان تجويز شوند.
2 ـ در مصرف اين دارو پس از جراحي بايداحتياط كرد زيرا ممكن است مشكلات‌تنفسي ناشي از درد پس از عمل جراحي تسكين احتباس ترشحات يا آتلكتازي راتشديد كند.
3 ـ در موارد زير با احتياط مصرف شود:
آسم برادیکاردي انفاركتوس اخيرميوكارد، پاركينسيون قطع عصب واگ زخم معده ناراحتي كليه
عوارض جانبي از عوارض شايع اين داروميتوان از اسهال تهوع يا استفراغ كرامپ‌يا درد معده افزايش غيرعادي تعريق وافزايش غيرعادي ترشح بزاق نام برد.
تداخل‌هاي داروئي اثر انسداد عصبي ـعضلاني ناشي از آمينوگليكوزيدهاي‌سيستميك داروهاي بيهوش‌كننده‌استنشاقي هيدروكربنه بيحس كننده‌هاي‌موضعي تزريقي و كليندامايسين را تشديدمي‌كند. در صورت مصرف همزمان باساير مهاركننده‌هاي كولين استراز ممكن‌است منجر به‌مسموميت اضافي گردد.ممكن است در مصرف همزمان با داروهاي‌مسدد عصبي ـ عضلاني دپولاريزان ماننددسوكسينيل كولين اثر آنها كاهش يابد. درصورت همزمان پروكائين آميديا كينيدين‌با اين دارو فعاليت انسداد عصبي ـعضلاني و يا اثر ثانويه ضدموسكاريني‌اين دو دارو ممكن است اثر ضدمياستني‌گراو نئوستيگمين را خنثي كند.
نكات قابل توصيه مصرف اين دارو با غذايا شير احتمال بروز عوارض جانبي راكاهش مي‌دهد.

مقدار مصرف
بزرگسالان براي جلوگيري از احتباس‌ادرار يا كاهش انقباض معدي ـ روده‌اي پس‌از جراحي مقدار 0/25 ميلي‌گرم بلافاصله‌پس از پايان عمل به‌صورت عضلاني يازيرجلدي تزريق و اين مقدار هر 6ـ4 ساعت‌به‌مدت 2 يا 3 روز تكرار مي‌شود. براي‌درمان احتباس ادرار، مقدار 0/5ميلي‌گرم‌تزريق عضلاني يا زيرجلدي مي‌شود و اين‌مقدار هر سه ساعت براي حداقل پنج نوبت‌پس از خالي شدن مثانه تكرار گردد.
كودكان به‌عنوان پادزهر داروهاي شبه‌كورار مقدار 0/04 mg/kg همراه با0/02 mg/kg آتروپين تزريق وريدي‌مي‌گردد.
اشكال دارويي
Injection: 0.5 mg/ml, 2.5 mg/ml

موارد مصرف نوراپي‌نفرين براي جبران‌كمي حاد فشار خون مصرف مي‌شود. اين‌دارو در درمان كمي فشارخون متعاقب‌باي پس قلبي ـ ريوي و جراحي قلب نيزاستفاده مي‌شود.
مكانيسم اثر: نوراپي‌نفرين يك كاتكول آمين‌است كه بااثر برروي گيرنده‌هاي بتاـ يك‌آدرنرژيك عضله قلب را تحريك مي‌كند وبرون ده قلب را افزايش مي‌دهد و بااثربرروي گيرنده‌هاي آلفا ـ آدرنرژيك اثرتنگ‌كننده شديد بر روي عروق ايجادمي‌كند و بنابراين فشارخون سيستميك وجريان خون كرونر را افزايش مي‌دهد.
فارماكوكينتيك جذب اين دارو پس ازتزريق زيرجلدي ناچيز است و عمدت? دربافتهايي كه اعصاب سمپاتيك دريافت‌مي‌كنند، تجمع مي‌يابد. نوراپي‌نفرين ازجفت عبور مي‌كند ولي از سد خوني ـ مغزي‌عبور نمي‌كند. اين دارو در كبد و سايربافتها متابوليزه مي‌گردد. اثر دارو از راه‌تزريق وريدي به‌سرعت شروع مي‌شود.اثر دارو 2ـ1 دقيقه پس از قطع انفوريون ازبين مي‌رود نوراپي‌نفرين از راه كليه دفع‌مي‌شود. مقدار كمي از دارو به‌صورت‌تغيير نيافته دفع مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بايدبااحتياط مصرف شود:
بيماران مبتلا به‌ترومبوز عروق مزانتريك‌يا محيطي ديابت هيپوكسي يا هيپركاپنه بيماري تيروئيد.
2 ـ نشت دارو به‌بافتهاي اطراف رگ ممكن‌است به‌علت تنگ شدن عروق سبب نكروزموضعي شود.
3 ـ نوراپي‌نفرين بايد فقط از راه انفوزيون‌وريدي تجويز مي‌شود. تزريق زيرجلدي ياعضلاني اين دارو، به‌دليل اثر تنگ‌كننده‌عروق آن توصيه نمي‌شود.
عوارض جانبي زيادي فشارخون سردرد،برادي كاردي آريتمي و ايسكمي عروق‌محيطي با مصرف اين دارو گزارش شده‌است
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان‌هالوتان با نوراپي‌نفرين ممكن است خطربروز آريتمي‌هاي شديد بطني را افزايش‌دهد. مصرف همزمان داروهاي‌ضدافسردگي سه حلقه‌اي با نوراپي‌نفرين ممكن است اثر قلبي ـ عروقي اين دارو راتشديد نموده كه احتمالا منجر به‌بروزآريتمي تاكي كاردي يا زيادي شديدفشارخون و دماي بدن مي‌شود. مصرف‌همزمان داروهاي مسدودكننده گيرنده‌بتاآدرنرژيك با نوراپي‌نفرين ممكن است‌منجر به‌مهار اثرات درماني هر دو داروشود. انسداد گيرنده‌هاي بتاـ آدرنرژيك‌ممكن است خطر بروز زيادي فشارخون وبرادي كاردي و انسداد

احتمالي قلب رابه‌همراه داشته باشد. مصرف همزمان‌گليكوزيدهاي ديژيتال با نوراپي‌نفرين‌ممكن است خطر بروز آريتمي قلبي راافزايش دهد. مصرف همزمان ارگوتامين بانوراپي‌نفرين ممكن است منجر به تشديدتنگ‌شدن عروق شود. همچنين اثربالابرنده فشارخون نوراپي‌نفرين تشديدكند و فشارخون را زياد كند. مصرف‌همزمان لوودوپا با نوراپي‌نفرين ممكن‌است احتمال بروز آريتمي‌هاي قلبي راافزايش دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ پيش از تجويز،نوراپي‌نفرين تزريقي بايد با دكستروز 5درصد در آب استريل يا دكستروز 5درصد در محلول كلرورسديم رقيق شود.تجويز نوراپي‌نفرين در محلول‌كلرورسديم به‌تنهايي توصيه نمي‌شود.
2 ـ چنانچه درمان طولاني مدت بانوراپي‌نفرين ضرورت داشته باشد،توصيه مي‌شود كه محل تزريق در فواصل‌دوره‌اي تغيير يابد.
مقدار مصرف
بزرگسالان ابتدا با سرعت0/008ـ0/012mg/min از راه انفوزيون‌وريدي تجويز مي‌شود و سپس به‌منظورتثبيت و حفظ فشار خون سرعت تجويزتنظيم مي‌گردد. مقدار نگهدارنده0/002ـ0/004mg/min از راه انفوزيون‌وريدي برحسب پاسخ بيمار است
كودكان در كمي حاد فشارخون ابتداباسرعت 0/002mg/min از راه انفوزيون‌وريدي تجويز مي‌گردد و سپس به‌منظورتثبيت و حفظ فشارخون سرعت آن تنظيم‌مي‌گردد. در كمي شديد فشارخون درايست قلبي ابتدا باسرعت0/0001mg/kg/min از راه انفوزيون‌وريدي تجويز مي‌گردد و سپس سرعت‌تجويز به‌منظور حفظ فشار خون تنظيم‌مي‌گردد.
اشكال دارويي
Injection: 0.1%

PHENOXYBENZAMINE HCl

موارد مصرف فنوكسي بنزامين در كنترل‌فئوكروموسيتوم مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: فنوكسي بنزامين يك داروي‌مسدودكننده گيرنده آلفا ـ آدرنرژيك‌بسيار قوي با مدت اثر طولاني است و داروسبب ايجاد يك انسداد غيرقابل برگشت وغير رقابتي مي‌شود.
فارماكوكينتيك اين دارو به‌طور ناقص ونامنظم از مجراي گوارش جذب مي‌شود.اثر دارو به‌تدريج در طول چند ساعت‌شروع شده و به‌مدت 4ـ3 روز باقي‌مي‌ماند. در كبد متابوليزه مي‌شود و درادرار و صفرا دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در صورت‌سابقه حوادث مغزي ـ عروقي و در طول‌دوره بهبود پس از انفاركتوس ميوكاردنبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بايدبه‌احتياط فراوان مصرف شود: بيماران سالخورده نارسايي احتقاني قلب بيماري شديد قلب بيماريهاي مغزي ـعروقي بي‌كفايتي عملكرد كليه
2 ـ هنگام تزريق دارو، بايد از نشت آن‌جلوگيري نمود.
3 ـ از تزريق اين دارو در بيماران مبتلابه‌كاهش حجم خون بايد اجتناب نمود.
عوارض جانبي كاهش فشارخون وضعيتي‌همراه با سرگيجه و تاكي كاردي جبراني‌مشخص احتقان‌بيني ميوز، مهار دفع مني‌و بندرت اختلالات گوارشي كاهش تعريق‌و خشكي دهان (پس از انفوزيون وريدي وكاهش فشار خون ايديوسنكراتيك چنددقيقه پس از شروع انفوزيون گزارش شده‌است تشنج باانفوزيون سريع دارو نيزمشاهده شده است
نكات قابل توصيه 1 ـ فنوكسي بنزامين درصورت مصرف از راه تزريقي بايد هميشه‌رقيق شده و از راه انفوزيون تزريق گردد.
2 ـ بامصرف غذاي زياد، ورزش و قرارگرفتن در هواي گرم اثر كاهنده فشارخون‌دارو ممكن است تشديد شود.
مقدار مصرف در بزرگسالان و كودكان مقدار مصرف معمول دارو براي شروع‌درمان 10 ميلي‌گرم يك يا دو بار در روزاست كه به‌تدريج براساس پاسخ بيمار تاحد 2 mg/kg/day1ـ در دو مقدار منقسم‌افزايش مي‌يابد.
اشكال دارويي
capsule: 10 mg

PHENTOLAMINE MESYLATE

موارد مصرف اين دارو براي پيشگيري وكنترل زيادي فشار خون قبل از جراحيفئوكروموسيتوم يا طي آن و براي تشخيصفئوكروموسيتوم مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو با مسدودكردنگيرنده‌هاي آلفا ـ آدرنرژيك و خنثي كردناثرات نوراپي‌نفرين و اپي‌نفرين موجود درگردش خون سبب گشاد شدن عروق وكاهش مقاومت محيطي مي‌شود. اين دارودر نارسايي احتقاني قلب پس بار و فشارشرياني ريه را كاهش مي‌دهد.
فارماكوكينتيك اثر دارو از راه تزريقعضلاني پس از 20 دقيقه و از راه تزريقوريدي پس از 2 دقيقه به‌اوج خود مي‌رسد(در صورت مثبت بودن آزمون طول مدتاثر دارو از راه عضلاني 45 ـ 30 دقيقه و ازراه وريدي 30ـ15 دقيقه است (در صورتمثبت بودن آزمون تقريب? 13 درصد آن‌به‌صورت تغيير نيافته از راه ادرار دفعمي‌شود. نيمه عمر دارو پس از مصرفوريدي 19 دقيقه مي‌باشد.
موارد منع مصرف اين دارو در كمي‌فشارخون سابقه انفاركتوس ميوكارد،نارسايي عروق كرونر، آنژين يا سايربيماريهاي شريان كرونر نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ در طول مصرف دارو،فشارخون و نبض بيمار بايد كنترل شود.
2 ـ اين دارو در بيماران مبتلا به‌نقص كاركليه گاستريت زخم معده و سالخوردگان‌بايد بااحتياط فراوان مصرف شود.
عوارض جانبي كاهش فشارخون‌وضعيتي تاكي كاردي سرگيجه تهوع واستفراغ اسهال احتقان‌بيني كاهش‌طولاني مدت و حاد فشارخون آنژين دردسينه و آريتمي با مصرف اين دارو گزارش‌شده است
تداخل‌هاي داروئي در صورت مصرف‌همزمان فنتولامين با ديازوكساييد، اثرمهاركننده اين دارو بر روي آزادشدن‌انسولين خنثي مي‌شود. مصرف همزمان‌فنتولامين با گوانتيدين ممكن است سبب‌افزايش دفعات بروز كمي فشارخون درحالت ايستاده يا برادي كاردي شود.مصرف همزمان اين دارو بادوپامين اثرتنگ‌كننده عروق محيطي ناشي از مصرف‌مقادير زياد دوپامين را خنثي مي‌كند.مصرف همزمان فنتولامين با افدرين ممكن‌است اثر اين دارو را در بالابردن‌فشارخون كاهش دهد. مصرف همزمان‌اين دارو با اپي‌نفرين ممكن است اثرهايآلفا ـ آدرنرژيك اين دارو را مهار كند واحتمالا منجر به‌كمي شديد فشارخون وتاكي‌كاردي شود. مصرف فنتولامين بيش‌از فنيل‌افرين ممكن است اثر اين دارو را دربالابردن فشارخون كاهش دهد.

مقدار مصرف
بزرگسالان در آزمون فنتولامين مقدار
5 ـ 2 ميلي‌گرم تزريق وريدي مي‌شود.به‌عنوان ضدآدرنرژيك 2ـ1 ساعت قبل ازجراحي 5 ميلي‌گرم از دارو از راه وريدي‌تزريق مي‌شود كه در صورت نياز، اين‌مقدار تكرار مي‌شود.
كودكان در آزمون فنتولامين مقدار 3ميلي‌گرم از راه عضلاني يا يك ميلي‌گرم ازراه وريدي تزريق مي‌شود. به‌عنوان‌ضدآدرنرژيك 2ـ1 ساعت قبل از جراحي مقدار يك ميلي‌گرم يا 0/1 mg/kg از راه‌وريدي يا عضلاني تزريق مي‌شود كه درصورت نياز تكرار مي‌گردد.
اشكال دارويي
Injection: 10 mg/ml

PYRIDOSTIGMINE

موارد مصرف پيريدوستيگمين در درمان‌بيماري مياستني گراو به‌كار برده مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو از هيدروليز شدن‌استيل كولين به‌وسيله استيل كولين استرازجلوگيري مي‌كند و در نتيجه انتقال‌تكانه‌هاي عصبي از محل اتصال عصب ـعضله را تسهيل مي‌نمايد.
فارماكوكينتيك جذب اين دارو از مجراي‌گوارش اندك است در كبد و پلاسمامتابوليزه مي‌شود و از راه كليه دفع‌مي‌گردد.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود انسدادمكانيكي روده يا مجاري ادرار و نيز عفونت‌مجراي ادرار، بااحتياط فراوان تجويزشود.
2 ـ به‌دليل ايجاد مشكلات تنفسي ازمصرف اين دارو پس از اعمال جراحي‌خودداري شود.
عوارض جانبي از عوارض شايع اين داروميتوان اسهال تهوع يا استفراغ كرامپ
يا درد معده افزايش غيرعادي تعريق
و افزايش غيرعادي ترشح بزاق را نام
برد.
تداخل‌هاي داروئي آمينوگليكوزيدها،داروهاي بيهوش‌كننده استنشاقي‌هيدروكربنه و بيحس‌كننده‌هاي موضعي‌ممكن است مانع اثر اين دارو گردند. اين‌دارو مي‌تواند متابوليسم بيحس‌كننده‌هاي‌موضعي استري را كاهش دهد.
نكات قابل توصيه مصرف دارو باغذا ياشير احتمال بروز عوارض جانبي را كاهش‌مي‌دهد.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان ضدمياستني براي‌شروع 120ـ30 ميلي‌گرم هر 4ـ3 ساعت‌مصرف مي‌شود. به‌عنوان مقدار نگهدارنده1/5 g/dayـ0/06 (به‌طور متوسط 0/6g/day)مصرف مي‌شود.
كودكان مقدار 7 mg/kg/day در پنج يا شش‌مقدار منقسم مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 10 mg, 60 mg

TRIHEXYPHENIDYL

موارد مصرف تري‌هگزي‌فنديل در درمان‌بيماري پاركينسون و كاهش عوارض‌خارج هرمي ناشي از داروها (به‌جزديسكنزي ديررس تجويز مي‌شود
مكانيسم اثر: اين داروها با مهار گيرنده‌هاي‌موسكاريني در مغز موجب مي‌شود كه‌تعادل بين فعاليت سيستم كولينرژيك ودوپامينرژيك برقرار شود.
فارماكوكينتيك از راه خوراكي بخوبي‌جذب مي‌شود. طول اثر دارو 6-12 ساعت‌است
موارد منع مصرف در موارد احتباس‌ادراري درمان نشده گلوكوم با زاويه‌بسته يا انسداد دستگاه گوارش نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد بيماري قلبي ـعروقي يا نارسايي كبدي يا كليوي بااحتياط تجويز شود.
2 ـ اين دارو ممكن است بر اعمالي كه نيازبه مهارت دارند مثل رانندگي تأثير بگذارد.
عوارض جانبي خشكي دهان اختلال‌گوارشي گيجي تاري ديد، احتباس ادرار،افزايش ضربان قلب افزايش حساسيت‌عصبي شدن توهم تحريك و اختلالات‌رواني از عوارض جانبي اين دارو هستند.
تداخل‌هاي داروئي مصرف توأم اين داروبا داروهاي ديسوپيراميد، ضدافسردگي‌سه حلقه‌اي و مهاركننده آنزيم‌مونوآمينواكسيداز، آنتي‌هيستامين فنوتيازين‌ها، آمانتادين و داروهاي‌آنتي‌كولينرژيك باعث افزايش اثرآنتي‌موسكاريني مي‌شود. اين دارو جذب‌كتوكونازول و غلظت پلاسمايي‌فنوتيازين‌ها را كاهش مي‌دهد و با اثرسيساپرايد بر دستگاه گوارش مقابله‌مي‌كند. اين دارو با ايجاد خشكي دهان درحل شدن نيترات‌هاي زير زباني اختلال‌ايجاد كرده و اثر آنها را كاهش مي‌دهد.
نكات قابل توصيه در صورت بروز خشكي‌دهان يا عوارض گوارشي بهتر است قبل ازغذا مصرف شود.
مقدار مصرف مقدار 1 mg/day كه بتدريج‌مي‌توان آنرا افزايش داد، مصرف مي‌شود.مقدار مصرف نگهدارنده معمولا5-15mg/day در 3-4 مقدار منقسم است
اشكال دارويي
Tablet: 2 mg, 5 mg

DESMOPRESSIN

موارد مصرف دسموپرسين براي درمان‌ديابت بي‌مزه نوروژنيك شب ادراري‌اوليه (باغلظت طبيعي ادرار)، پرنوشي‌موقت و پرادراري همراه با تروما ياجراحي در ناحيه هيپوفيز، بيماري فون‌ويل براند نوع ا و هموفيلي خفيف نوع A،سردرد Post-lumbar puncture، شب‌ادراري همراه اسكلروز مولتيپل تشخيص‌ديابت بي‌مزه نوروژنيك تست ارزيابي‌عملكرد كليوي و نيز تست پاسخ‌فيبرينوليتيك به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: دسموپرسين آنالوگ‌وازوپرسين يا آنتي‌ديورتيك هورمون (ADH)مي‌باشد. بنابراين با افزايش‌نفوذپذيري سلولي در مجاري جمع‌كننده‌ادرار موجب افزايش بازجذب آب در كليه ونتيجت؟ افزايش اسمولاليته ادرار و كاهش‌همزمان برون ده ادراري مي‌شود.دسموپرسين اثرات آنتي هموراژيك خودرا از طريق افزايش سطوح پلاسمايي‌فاكتور انعقادي 8 (فاكتور آنتي هموفيليك و افزايش فعاليت فاكتور فون‌ويل براند واحتمالا اثر مستقيم بر جدار عروق خوني‌اعمال مي‌نمايد.
فارماكوكينتيك 20ـ10 درصد دارو ازمخاطبيني جذب مي‌شود. به‌دنبال تجويزاز راه بيني طي يك ساعت اثر ضدادراري‌دارو ظاهر مي‌شود و طي 5 ـ1 ساعت‌به‌حداكثر اثر مي‌رسد. متابوليسم داروكليوي است طول اثر آنتي‌ديورتيك داروباتجويز از راه‌بيني متغير بوده و 20ـ8ساعت است
موارد منع مصرف اين دارو به‌منظوردرمان شب ادراري در مبتلايان به‌نارسائي‌كليوي بيماريهاي قلبي ـ عروقي و مبتلايان‌به‌زيادي فشارخون شرياني نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ در بيماران مبتلا به‌سيستيك‌فيبروزيس بايد بااحتياط مصرف شود.
2 ـ در حين درمان با دسموپرسين ازمصرف زياد مايعات بايد خودداري شود.افزايش مصرف مايعات به‌ويژه درسالمندان و كودكان مي‌تواند موجب كاهش‌سديم خون و مسموميت با آب گردد. دردرمان شب ادراري با اندازه‌گيري مرتب‌وزن و فشارخون بيمار مي‌توان افزايش‌بيش از حد مايعات بدن را كنترل نمود.
3 ـ تجويز داخل وريدي سريع دارو ممكن‌است موجب افت فشار خون گردد.
عوارض جانبي احتباس مايعات و كاهش‌سديم خون در صورتيكه تجويز داروبدون محدودكردن مصرف مايعات باشد(در موارد شديد اين عارضه با تشنج همراه‌است ، سردرد، تهوع استفراغ و خونريزي‌از بيني گزارش شده است

تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان باكاربامازپين كلرپروپاميد يا كلوفيبرات‌مي‌تواند موجب افزايش اثر ضد ادراري‌دارو گردد. به‌عكس استفاده همزمان ازداروهايي چون ليتيوم يا نوراپي‌نفرين ازاثر ضدادراري مي‌كاهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ قبل از مصرف دارواز عدم حساسيت فرد به‌دارو اطمينان‌حاصل گردد.
2 ـ در هنگام مصرف دارو از راه بيني دقت‌به‌عمل آيد تادارو بيش از ميزان‌تجويزشده مصرف نگردد.
3 ـ در هنگام تجويز دارو براي ارزيابي وتشخيص عملكرد كليه‌ها، بهتر است مثانه‌بيمار خالي باشد.
مقدار مصرف
بزرگسالان براي تشخيص ديابت بي‌مزه 20 ميكروگرم و براي درمان ديابت بي‌مزه40 mcg/day‌ـ10 (در يك يا دو مقدار منقسم تجويز مي‌شود.
در درمان شب ادراري‌اوليه (باتوان طبيعي تغليظ ادرار) در ابتدابه‌ميزان 20 ميكروگرم قبل از خواب تجويزمي‌گردد و تنها در صورتيكه مقادير پايين‌مقرر نباشند، مي‌توان مقدار مصرف را تا40 ميكروگرم افزايش داد.
در شب ادراري‌همراه با اسكلروز مولتيپل در افراد با سن‌كمتر از 65 سال به‌ميزان 20ـ10ميكروگرم قبل از خواب تجويز مي‌شود.به‌منظور ارزيابي و تشخيص عملكرد كليه 40 ميكروگرم توصيه مي‌شود.
كودكان ميزان تجويز براي تشخيص‌ديابت بي‌مزه مشابه بزرگسالان و دردرمان ديابت بي‌مزه 20 mcg/day‌ـ5مي‌باشد. براي درمان شب ادراري اوليه مقدار مصرف براي كودكان بيش از 5سال مشابه بزرگسالان و به‌منظور تست‌تشخيص عملكرد كليوي در كودكان 15ـ1سال 20 ميكروگرم و كمتر از 1 سال 10ميكروگرم تجويز مي‌شود (ميزان مصرف‌مايعات رادر دو وعده غذاي بعدي كودك‌بايد تا 50% كاهش داد.)
اشكال دارويي
Nasal Solution: 0.1 mg/ml

DIPYRIDAMOLE

موارد مصرف دي‌پيريدامول به عنوان‌داروي كمكي همراه با داروهاي ضد انعقادخوراكي براي پيشگيري از ترومبوآمبوليپس از جراحي دريچه‌هاي قلب مصرف‌مي‌شود. دي‌پيريدامول از راه وريدي فقطبه عنوان داروي كمك تشخيصي درتصويربرداري از پرفوزيون عضله قلب براي تشخيص نقص پرفوزيون همراه بابيماري شريان كرونر مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: دي‌پيريدامول ممكن استغلظت آدنوزين درون‌زاد (گشاد كننده‌عروق كرونر و مهار كننده تجمع پلاكتي وAMP حلقوي را افزايش دهد. علاوه بر اين دي‌پيريدامول غلظت AMP حلقوي‌درون‌پلاكتي را از طريق افزايش تحريك‌فعاليت ادنيلات سيكلاز و مهار آنزيم‌فسفودي استراز بالا مي‌برد.
فارماكوكينتيك جذب دي‌پيريدامول آهسته‌و متغير است فراهمي زيستي اين دارو27-66 درصد است پيوند آن به پروتيئن‌بسيار زياد است (99 ـ 91 درصد).متابوليسم دارو كبدي است نيمه عمر دفع‌آن از راه خواكي 12 ـ 10 ساعت و از راه‌وريدي 15 ـ 10 ساعت است زمان لازم‌براي رسيدن به اوج غلظت پلاسمايي ازراه خوراكي 3 ـ 1 ساعت و از راه وريدي 2دقيقه پس از اتمام يك انفوزيون 4 دقيقه‌اي‌است دفع اين دارو عمدتا از طريق صفرااست (تا 20 درصد ممكن است گردش‌مجدد روده‌اي ـ كبدي داشته باشد).
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط مصرف شود:
انفاركتوس اخير قلب آنژين قلبي كه‌وضعيت آن به سرعت تشديد مي‌شود،تنگي آئورت ميگرن (ممكن است سبب‌تشديد ميگرن شود) و كمي فشار خون
2 ـ مصرف اين دارو از راه تزريق وريدي‌براي تشخيص وضعيت پرفوزيون قلب دربيماران مبتلا به آسم يا سابقه ابتلاي به آن‌بايد با احتياط صورت گيرد.
عوارض جانبي تهوع اسهال سردرد،سرگيجه درد عضلاني و كمي فشار خون بامصرف اين دارو گزارش شده است همچنين درد قفسه سينه تغييرات فشارخون تاكي كاردي و يا آريتمي با تزريق اين‌دارو مشاهده شده است همچنين مصرف‌اين دارو بندرت ممكن است باعث تشديدعلائم بيماري عروق كرونر شود.
تداخل‌هاي داروئي با مصرف همزمان‌داروهاي ضد انعقاد خوراكي يا هپارين‌بادي‌پيريدامول به علت مهار تجمع پلاكتي‌ناشي از اين دارو، خطر بروز خونريزي‌ممكن است افزايش يابد. مصرف همزمان‌دي‌پيريدامول با

ساير داروهاي مهار كننده‌تجمع پلاكتي بويژه ساليسيلات‌ها و اسيداستيل ساليسيليك ممكن است خطر بروزخونريزي شديد ناشي از اثرات اضافي‌مهار تجمع پلاكتي را افزايش دهد. مصرف‌همزمان دي‌پيريدامول با داروهاي‌ترومبوليتيك (استرپتوكيناز و اوروكيناز)به علت افزايش خطر بروز خونريزي شديدناشي از مهار تجمع پلاكتي توسطدي‌پيريدامول توصيه نمي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ دارو بايد در فواصل‌زماني يكسان مصرف شود.
2 ـ از مصرف اسيد استيل ساليسيليك‌همراه با اين دارو، مگر با تجويز پزشك بايد خوداري شود.
3 ـ هنگام برخاستن از حالت خوابيده يانشسته بايد احتياط نمود.
4 ـ به منظور افزايش جذب بهتر است داروهمراه با آب حداقل يك ساعت قبل يا دوساعت بعد از غذا مصرف شود. در صورت‌بروز تحريك گوارشي دارو بايد همراه باشير يا غذا مصرف شود.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان به عنوان مهار كننده تجمع‌پلاكتي براي پيشگيري از ترومبوآمبولي‌پس از جراحي دريچه‌هاي قلب 100 ـ 75ميلي‌گرم 4 بار در روز همراه با يك داروي‌ضد انعقاد مصرف مي‌شود. در صورت‌مصرف 1 g/day اسيد استيل ساليسيليك‌مقدار 10 mg/day از دي‌پيريدامول كافي‌است
تزريقي
بزرگسالان به عنوان داروي كمك‌تشخيصي 0/57 mg/kg با سرعت0/142 mg/kg/min براي 4 دقيقه انفوزيون‌وريدي مي‌شود.
كودكان 60 ميلي‌گرم از دارو مصرف‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Coated Tablet: 25 mg, 75 mg
Injection : 10 mg/2ml

(ERYTHROPOETIN (EPOETIN

موارد مصرف اريتروپويتين براي درمان‌كم خوني ناشي از فقدان اريتروپويتين درنارسايي مزمن كليوي بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو با تحريك‌گيرنده‌هاي خود در سلول‌هاي مادر مولدگويچه‌هاي قرمز در مغز استخوان تكثير وتمايز اريتروئيدها را تحريك مي‌كند.
فارماكوكينتيك پس از تزريق وريدي به‌بيماران داراي نارسايي كليوي نيمه عمردارو حدود 6 ـ 4 ساعت مي‌باشد. بخش‌ناچيزي از دارو در گويچه‌هاي قرمز واندكي نيز در كبد متابوليزه و بخشي ازطريق كليه‌ها دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در مبتلايان به‌لوسمي اريتروئيد و زيادي كنترل نشده‌فشار خون نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت ابتلاي بيمار به‌بيماري ايسكميك عروقي ترومبوسيتوز،سابقه تشنج بيماري‌هاي بدخيم ونارسايي مزمن كبدي بايد با احتياطمصرف شود.
2 ـ قبل و در طول درمان با اين دارو، فشارخون هموگلوبين و الكتروليت‌ها بايد دقيقاكنترل شوند.
3 ـ ساير عوامل ايجاد كننده كم‌خوني درنارسايي مزمن كليوي مثل كمبود آهن‌يافولات يا ويتامين B12 بايد تصحيح‌شوند.
4 ـ در صورتي كه در هنگام مصرف دارو،درد مداوم شبه ميگرني بروز كرد، علامت‌افزايش شديد و ناگهاني فشار خون‌مي‌باشد.
5 ـ اين دارو ممكن است مقدار مورد نيازهپارين را افزايش دهد.
6 ـ وجود همزمان عفونت‌ها يا بيماريهاي‌التهابي ممكن است موجب تغيير پاسخ‌درماني به اين دارو شود.
عوارض جانبي عوارض اين دارو عبارتنداز افزايش فشار خون يا بيشتر شدن آن‌بصورت وابسته به مقدار مصرف افزايش‌ميزان پلاكت‌ها بصورت وابسته به مقدارمصرف كه با ادامه درمان برگشت‌پذيراست علائم شبه آنفلونزا و آنافيلاكسي
تداخل‌هاي داروئي در صورت مصرف‌همزمان اين دارو با داروهاي مهار كننده‌آنزيم مبدل آنژيوتانسين يا تجويز آن درافرادي كه كليرانس پتاسيم آنان كاهش‌يافته خطر بروز زيادي پتاسيم خون‌افزايش مي‌يابد. اين دارو با بالا بردن غلظت‌هموگلوبين اثر داروهاي موثر در آنژين‌صدري را افزايش مي‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورتي كه فشارخون بيمار كنترل نگرديد، مصرف اين‌دارو بايد قطع شود.

2 ـ در طول مدت مصرف اين دارو، درصورت نياز بايد مكمل آهن مصرف شود.
3 ـ در صورتي كه تزريق وريدي اين داروبا سرعت كم (حداقل در عرض 5 دقيقه انجام شود، احتمال بروز علائم شبه‌آنفلوآنزا كاهش مي‌يابد.
4 ـ مقدار دارو در تزريق زيرجلدي معمولا30 ـ 20% كمتر از مقدار تزريق وريدي درواست و اين نكته بايد هنگام تغييرات‌مصرف دارو در نظر گرفته شود. حداكثرحجم مجاز اين دارو كه مي‌توان بصورت‌زيرجلدي در يك ناحيه تزريق نمود، 1ميلي‌ليتر است
5 ـ در صورت كمبود آهن مسموميت باآلومينيوم يا عفونت اثر دارو به شدت‌كاهش مي‌يابد.
مقدار مصرف اريتروپويتين به دو شكل‌اپويتين آلفا و بتا موجود است هر چند اثربخشي باليني اين دو شكل يكسان است امامقدار مصرف آنها متفاوت است
الف ـ اپويتين آلفا
كم خوني ناشي از نارسايي مزمن كليوي‌در بيماران تحت همو‌ديااليز:
بزرگسالان از راه تزريق زيرجلدي ياتزريق داخل وريدي در ابتدا units/kg 50سه بار در هفته كه براساس پاسخ ايجادشده هر 4 هفته 25 units/kg به مقدار قبلي‌افزوده مي‌شود. اگر ميزان افزايش‌هموگلوبين از حد 2g/100ml در ماه تجاوزكرد، بايد دفعات تجويز دارو به 2 بار درهفته كاهش يابد. حداكثر مقدار مصرف600 units/kg در هفته و در 3 مقدار منقسم‌مي‌باشد. مقدار تجويز نگهدارنده (وقتي‌غلظت هموگلوبين به 12 g/100ml ـ 10رسيد) 300 units/kg ـ 100 در هفته است كه‌در 3 ـ 2 مقدار منقسم مصرف مي‌شود.
كودكان (فقط از راه تزريق داخل وريدي :مقدار مصرف اوليه مشابه بزرگسالان‌است ولي مقدار مصرف نگهدارنده (وقتي‌غلظت هموگلوبين به 11 g/100ml ـ 9/5رسيد) در كودكان با وزن كمتر از 10كيلوگرم 150 units/kg ـ 75، سه بار درهفته كودكان با وزن بين 30 ـ 10 كيلوگرم 150 units/kg ـ 60، سه بار در هفته وكودكان با وزن بيش از 30 كيلوگرم 100 units/kg ـ 30، سه بار در هفته‌مي‌باشد.
كم خوني ناشي از نارسايي مزمن كليوي‌در بيماران بزرگسال تحت ديااليز صفاقي
از راه تزريق زيرجلدي يا تزريق داخل‌وريدي در ابتدا 50 units/kg دوبار در هفته‌كه براساس پاسخ ايجاد شده هر 4 هفته25 units/kg به مقدار قبلي افزوده مي‌شود.مقدار مصرف نگهدارنده (وقتي غلظت‌هموگلوبين به 12 kg/100 ml ـ 10 رسيد)100 units/kg ـ 50 در هفته در دو مقدارمساوي و منقسم مي‌باشد.

كم خوني علامتي شديد با منشاء كليوي دربيماران بزرگسالي كه هنوز تحت ديالیزقرار نگرفته‌اند:
ترجيح؟ از راه تزريق زير جلدي در ابتدا50 units/kg و 3 بار در هفته كه براساس‌پاسخ ايجاد شده هر 4 هفته 25 units/kg به‌مقدار قبلي افزوده مي‌شود. حداكثر مقدارتجويز 600 units/kg در هفته
در 3 مقدار منقسم مي‌باشد. مقدار مصرف‌نگهدارنده (وقتي غلظت هموگلوبين به
12 g/100ml ـ10 رسيد) 300 units/kg ـ 50در هفته است كه در 3 مقدار منقسم توصيه‌مي‌شود.
كم خوني در بيماران بزرگسالي كه داروهاي‌شيمي درماني حاوي پلاتين دريافت مي‌كنند:
از راه تزريق زير جلدي ابتدا
150 units/kg و 3 بار در هفته و در صورتي‌كه پاسخ كافي ايجاد نشد (از نظر ميزان‌هموگلوبين يا تعداد لكوسيت‌ها) بعد از 4هفته تا 300 units/kg و 3 بار در هفته‌افزايش مي‌يابد. در صورتي كه با اين مقدارپاسخ كافي ايجاد نشد، تجويز دارو متوقف‌مي‌گردد. اگر ميزان افزايش هموگلوبين ازحد 2 g/100 ml در ماه تجاوز كرد،
بايد مقدار تجويز دارو 50 ـ 25% كاهش‌يابد. در صورتي كه ميزان هموگلوبين از14g/100ml بيشتر شد، مصرف دارو بايدقطع شود، تا زماني كه دوباره ميزان‌هموگلوبين به حد 12g/100 ml برسد كه ازاين به بعد تجويز دارو به ميزان 25% مقدارقبلي دوباره آغاز مي‌شود. تا يكماه پس ازاتمام شيمي درماني بايد تجويز اپويتين‌ادامه يابد.
قبل از جراحي‌هاي بزرگ كه نياز به خون‌زيادي دارند:
از راه تزريق داخل وريدي به ميزان600 units/kg، دوبار در هفته و بمدت 3هفته تجويز مي‌شود.
ب ـ اپويتين بتا
كم خوني ناشي از نارسايي مزمن كليوي‌در بيماران ديالیزي و كم خوني علامتي بامنشاء كليوي در بزرگسالان و كودكاني كه‌هنوز تحت ديالیز نيستند:
از راه تزريق زيرجلدي در ابتدا
20 units/kg، سه بار در هفته و بمدت 4 هفته‌كه براساس پاسخ ايجاد شده هر ماه
60 units/kg به مقدار قبلي افزوده مي‌شود.در مورد مقدار مصرف نگهدارنده (وقتي‌ميزان هموگلوبين به 12 g/ 100 ml ـ 10رسيد، در ابتدا بايد مقدار مصرف قبلي‌دارو را به نصف كاهش داد و سپس‌براساس پاسخ ايجاد شده در فواصل 2 ـ 1هفته‌اي مقدار دارو را تنظيم كرد. بيشينه

ازمقدار مصرف 720units/kg در هفته است
از راه تزريق داخل وريدي (يا انفوزيون‌وريدي كوتاه مدت در ابتدا 40 units/kg،سه بار در هفته و بمدت 4 هفته در صورتي‌كه افزايش در ميزان اوليه هموگلوبين كمتراز 1 g / 100 ml بود، هر ماه به مقدار قبلي‌افزوده مي‌شود تا مقدار نهايي به 80units/kg و سه بار در هفته برسد. سپس درصورت نياز، هر ماه 20 units/kg به اين‌مقدار مي‌توان افزود. در مورد مقدارمصرف نگهدارنده (وقتي ميزان‌هموگلوبين به 12 g / 100 ml ـ 10 رسيد)،در ابتدا بايد مقدار مصرف قبلي دارو را به‌نصف كاهش داد و سپس براساس پاسخ‌ايجاد شده در فواصل 2 ـ 1 هفته‌اي مقداردارو را تنظيم كرد.
حداكثر مقدار مصرف دارو چه از راه‌تزريق داخل وريدي نيز 720 units/kg درهفته مي‌باشد.
براي پيشگيري از بروز كم خوني درنوزادان نارس با وزن 1/5 kg ـ 0/75 كه‌زودتر از 34 هفتگي بدنيا آمده‌اند. به‌صورت تزريق زير جلدي به مقدار250units/kg سه بار در هفته تجويزمي‌شود كه بهتر است مصرف اين مقدارطي 3 روز بعد از تولد آغاز و به مدت 6 هفته‌ادامه يابد.
براي درمان كم خوني همراه با تومورهاي‌سفت در بزرگسالاني كه تحت شيمي‌درماني با تركيبات پلاتين هستند، ابتدامقدار 450untis/kg در هفته به‌صورت زيرجلدي و در مقادير منقسم تزريق مي‌شودكه در صورت عدم افزايش هموگلوبين پس‌از 4 هفته اين مقدار تا دو برابر افزايش‌مي‌يابد. در صورت افزايش هموگلوبين به‌مقدار 2g/ml در ماه مقدار مصرف به نصف‌كاهش يابد.
در صورتي كه مقدار هموگلوبين از 14g/mlتجاوز كرد، درمان بايد قطع شود تاهموگلوبين به 12g/ml كاهش يابد، آنگاه‌درمان با نصف مقدار قبلي ادامه داده شود.اين درمان بايد تا 3 هفته بعد از شيمي‌درماني ادامه يابد.
اشكال دارويي
Injection

FACTOR IX COMPLEX

موارد مصرف کمپلکس فاکتور IX براي‌پشگيري و کنترل خونريزي در بيماران‌مبتلا به کمبود فاکتور IX يا هموفيلي Bمصرف مي‌شود. اين کمپلکس ممکن است‌در درمان خونريزي بيماران هموفيلي A کهداراي مهار کننده فاکتور VIII مي‌باشند،مصرف مي‌شود. اين دارو در درمان‌خونريزي ناشي از ضد انعقادهاي خوراکي‌در موارد اضطراري و همچنين دربيماراني که غلظت مورد نياز فاکتور IXباانفوزيون پلاسما بدست نمي‌آيد و زماني‌که جبران حجم خون و گلبولهاي قرمزضروري نباشد، مصرف مي‌شود.
مکانيسم اثر: کمپلکس فاکتور IX حاوي‌فاکتورهاي انعقادي II، VII، IX، X و مقدارکمي از پروتئين‌هاي ديگر پلاسما است اين‌فاکتورها در کبد ساخته مي‌شوند. فاکتور Xادر سيستم انعقاد داخلي براي فعال کردن‌فاکتور VIII ضروري است که به نوبه خودفاکتور VIII نيز فاکتور X را فعال مي‌کند.
فارماکوکينتيك اين فاکتور، داراي نيمه عمردو مرحله‌اي است که 6 ـ 4 ساعت براي‌ايجاد تعادل در فضاي خارج عروقي و22/5 ساعت براي تجزيه بيولوژيك‌مي‌باشد.
موارد منع مصرف کمپلکس فاکتور IX درمواردي از ابتلاي به بيماري کبدي که درآن علائم انعقاد داخل عروقي منتشر يافيبرينوليز وجود دارد و در بيماران مبتلابه کمبود خفيف اين فاکتور که مصرف‌پلاسماي منجمد تازه در آنها کافي است نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت بروز علائم انعقادداخل عروقي مصرف دارو بايد قطع گردد.براي تشخيص انعقاد داخل عروقي منتشربيمار بايد تحت نظارت دقيق باشد.
2 ـ ترومبوز يکي از خطرات کاملا شناخته‌شده دوره پس از عمل جراحي است درموارد اضطراري و زماني که مصرف‌مقادير زياد کمپلکس فاکتور IXمورد نيازباشد، استفاده از يك داروي ضد انعقاد به‌عنوان پيشگيري بايد در نظر گرفته شود.
3 ـ سرعت تزريق دارو بطور مستقيم دروريد يا هنگام انفوزيون نبايد از 3 ml/minتجاوز کند. سرعت تزريق بايد براساس‌پاسخ هر فرد تنظيم شود. معمولا تزريق100 واحد در دقيقه بخوبي تحمل مي‌شود.
4 ـ مصرف مقادير زياد کمپلکس فاکتور Xادر بيماران با گروه خوني A، B و AB،احتمال همولیز داخل عروقي را افزايش‌مي‌دهد.
عوارض جانبي تب گذرا، لرز، سردرد،برافروختگي گزگز کردن پوست و تغييردر فشار خون و ضربان نبض بندرت بامصرف اين دارو گزارش شده

است
نكات قابل توصيه 1 ـ توصيه مي‌شود،محلول آماده تزريق طي 3 ساعت پس ازآماده شدن مصرف شود.
2 ـ قبل از آماده كردن فاكتور براي تزريق رقيق كننده بايد تا دماي اتاق (حداكثر 37درجه گرم شود.
3 ـ سرعت تزريق وريدي يا انفوزيون داروبايد آهسته باشد. در صورت بروز گزگز،سرعت تزريق بايد كاهش يابد.
مقدار مصرف مقدار مصرف كمپلكس‌فاكتور IX در بيماران مبتلا به كمبودفاكتورهاي انعقادي و هموفيلي B به شدت‌كمبود، غلظت مطلوب هر يك از اين‌فاكتورها، وزن بيمار و شدت خونريزي‌بستگي دارد. تعداد دفعات مصرف اين داروبه عنوان مقدار نگهدارنده متغير است بهتراست تنظيم مقدار مصرف براساس‌سنجشهاي انعقادي قبل از درمان و درفواصل زماني مناسب در طول درمان انجام‌گيرد. براي درمان خونريزي در بيماران‌هموفيلي A كه داراي مهار كننده فاكتور VIIIمي‌باشند، مقدار u/kg 75 (وزن ايده‌ال بدن بصورت مقدار واحد از راه وريدي يا‌انفوزيون تزريق مي‌گردد. در جراحي‌ها وعمل‌هاي جراحي داندان سطح پلاسمايي‌فاكتور VIIيا IX بايد بالاي 20 درصدنگهداشته شود. تا 8 روز پس از جراحي بيمار بايد تحت مراقبت كامل باشد.
اشكال دارويي
For Injection : 250,500, 1000 I.U

FIBRINOGEN

موارد مصرف فيبرينوژن براي كنترل‌خونريزي همراه با انعقاد داخل عروقي‌منتشر كه در حالاتي مانند جدا شدن‌زودرس جفت مرگ جنين در رحم وآمبولي مايع آمنيوتيك ديده مي‌شود و پس‌از جراحيهاي بزرگ قفسه سينه يالوزالمعده يا در كمي اكتسابي يا مادر زادي‌فيبرينوژن خون مصرف مي‌شود.
عوارض جانبي فيبرينوژن گاهي باعث‌تاكي‌كاردي و سيانوز مي‌شود. در صورت‌انفوزيون خيلي سريع ممكن است لخته‌داخل عروقي ايجاد شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ محلول انفوزيون اين‌دارو بايد تازه تهيه شود و پس از تهيه نيزحداكثر تا 3 ساعت مصرف گردد.
2 ـ در صورت تشكيل ژل هنگام تهيه‌محلول انفوزيون از مصرف آن بايدخودداري شود.
مقدار مصرف مقدار 8 ـ 2 گرم بصورت‌محلول 2 ـ 1 درصد با سرعت 5ـ10ml/minانفوزيون مي‌گردد.
مقدار دقيق مصرف برحسب چگونگي‌توقف خونريزي و آزمونهاي انعقادي‌تعيين مي‌گردد.
اشكال دارويي
For Injection : 1 g

GELATIN MODIFIED

موارد مصرف اين محلول به عنوان حجيم‌كننده پلاسما در موارد شوك ناشي ازكاهش حجم خون و به عنوان جانشين‌مايعات در تعويض پلاسما، جانشين‌پلاسما در گردش خون خارج از بدن براي‌پرفوزيون عضو جدا شده و به عنوان‌محلول حامل براي انسولين مصرف‌مي‌شود.
موارد منع مصرف اين فرآورده درصورت ابتلاي بيمار به نارسايي احتقاني‌شديد قلب و نارسايي كليه نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ در بيماراني كه تجويز اين‌محلول احتمالا خطر زيادي بار گردش‌خون راايجاد مي‌كند، (بويژه بيماران مبتلابه نارسايي احتقاني قلب يا عيب كار كليه وبيماران مبتلا به وياسنتز همراه باخونريزي مصرف اين دارو بايد با احتياطصورت گيرد.
2 ـ تزريق سريع اين محلول بويژه دربيماراني كه حجم خون آنها طبيعي است ممكن است سبب آزاد شدن مواد مؤثر برعروق مانند هيستامين شود.
3 ـ از آنجا كه اين فرآورده حاوي يون‌كليسم است مصرف آن در بيماران تحت‌درمان با گليكوزيدهاي قلبي بايد با احتياطصورت گيرد.
4 ـ سرعت انفوزيون به وضعيت بيماربستگي دارد. در حالت عادي 500 ml/hrانفوزيون مي‌شود.
5 ـ اين محلول را بايد از راه انفوزيون‌وريدي و با حجمي تقريبا مساوي با حجم‌خون از دسته رفته تجويز نمود.
نكات قابل توصيه 1 ـ توصيه مي‌شود قبل‌از انفوزيون محلول تا درجه حرارت بدن‌گرم شود. اين محلول در دماي كمتر از 3درجه بصورت ژل در مي‌آيد كه گرم كردن‌آن اين حالت را از بين مي‌برد.
2 ـ مي‌توان اين فرآورده را با سايرمحلولهاي انفوزيون مانند كلرور سديم دكستروز و رينگر يا خون هپارينه وداروهاي محلول در آب مانند انسولين واسترپتوكيناز مخلوط كرد.
مقدار مصرف در بزرگسالان و كودكان در شوك ناشي از كاهش حجم خون ابتدا100 ـ 50 ميلي‌ليتر انفوزيون وريدي‌مي‌شود. اگر حجم خون از دست رفته تا1500 ميلي‌ليتر باشد، از اين دارو مي‌توان‌به تنهايي براي جبران حجم از دست رفته‌استفاده نمود، ولي اگر حجم خون از دست‌رفته بين 4000 ـ 1500 ميلي‌ليتر باشد،تجويز حجم‌هاي مساوي از اين دارو وخون بطور جداگانه ضروري است درصورتي كه حجم خون از دست رفته بيش‌از 4 ليتر باشد، انفوزيون خون و اين‌محلول به نسبت 2 و 1، بطور جداگانه‌ضروري است در سوختگي‌ها مقدار دارودر هر 24 ساعت براساس

حاصل ضرب‌درصد سطح سوخته بدن در 1 ml/kgتعیین شده که باید به مدت دو روز مصرف‌شود.

اشكال دارويي

+ Infusion : Gelayin Succinylate 30 g

NaCl 4.51g + CaCl 0.21gl/1000

موارد مصرف هپارين در پيشگيري ودرمان ترومبوز وريدهاي عمقي و ترومبوآمبولي ريوي پيشگيري از ترومبوآمبولي جلوگيري از انعقاد خون در گردش‌خون خارج بدن طي جراحي قلب وروشهاي ديالیز، به عنوان داروي كمكي دردرمان آمبولي شرياني محيطي و كاهش‌خطر بروز ترومبوز مغزي و مرگ دربيماراني كه دچار حمله پيشرونده شديد وناگهاني مي‌شوند، مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: هپارين بصورت غيرمستقيم‌درجايگاههاي متعدد در هر دو راه داخلي وخارجي انعقاد خون اثر كرده و عمل مهاركننده آنتي ترومبين III (كوفاكتور هپارين را بر چندين فاكتور انعقادي فعال شده ازجمله ترومبين (فاكتور Ha) و فاكتورهايIXa، Xa، XIA، XIIa تشديد مي‌كند. مهارفاكتور فعال شده Xaبا توليد ترومبين‌تداخل كرده و در نتيجه اعمال مختلف‌ترومبين را در انعقاد خون مهار مي‌كند.هپارين همچنين تشكيل كمپلكس‌آنتي‌ترومبين III ـ ترومبين را تسريع‌مي‌نمايد و با اين عمل ترومبين را غير فعال‌كرده و مانع تبديل فيبرينوژن به فيبرين‌مي‌گردد. هپارين از طريق مهار فعال شدن‌فاكتورهاي تثبيت كننده فيبرين توسطترومبين از تشكيل لخته فيبريني پايدارجلوگيري مي‌كند.
فارماكوكينتيك پيوند هپارين به پروتئين‌بسيار زياد است متابوليسم دارو كبدي‌است نيمه عمر هپارين بطور متوسط 1/5ساعت است در صورت تزريق مستقيم‌وريدي شروع اثر دارو فوري است درتزريق زير جلدي شروع اثر معمولا بين
20 تا 60 دقيقه و تابع وضعيت بيمار است دارو معمولا بصورت متابوليت و از طريق‌كليه دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در بيماران‌مبتلا به هموفيلي و ساير اختلالات خوني كمي پلاكت خون اولسرپپتيك خونريزي‌اخير مغزي زيادي شديد فشار خون بيماري شديد كبد، آنوريسم نارسايي كليه پس از صدمات شديد يا جراحي اخير، وحساسيت به هپارين و موارد تهديد به‌سقط نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط مصرف شود:
بيحسي منطقه‌اي يا انسداد اعصاب ناحيه‌كمر، ديسكرازي خوني بخصوص كمي‌پلاكتهاي خون زايمان اخير، آندوكارديت‌تحت حاد باكترياپي جراحي‌هاي اخيراعصاب يا چشم يا در مواردي كه نياز به‌عمل جراحي اعصاب يا چشم وجود دارد،پريكارديت يا نشت مايع به پريكارد، عيب‌شديد كار كليه جراحي عمده يا زخمهايي‌كه سبب بوجود آمدن سطوح باز و وسيع‌مي‌شوند، صدمه

شديد بويژه به دستگاه‌عصبي مركزي زخم يا ساير ضايعات‌فعال گوارشي ادراري تنفسي واسكوليت‌شديد و عيب شديد كار كبد.
2 ـ توصيه مي‌شود در بيماراني كه هپارين‌مصرف مي‌كنند، از تزريق عضلاني سايرداروها، به دليل احتمال بروز هماتوم وخونريزي در اطراف محل تزريق‌خودداري شود.
3 ـ خونريزي از لثه ممكن است نشانه‌مصرف بيش از حد هپارين باشد. درمان باهپارين خطر بروز خونريزي موضعي طي‌جراحيهاي دهان و پس از آن راافزايش‌مي‌دهد.
4 ـ از آنجا كه هپارين از بافتهاي حيواني‌تهيه مي‌شود، توصيه مي‌شود در بيماراني‌كه سابقه حساسيت يا آسم دارند، ابتدامقدار آزمايشي 1000 واحد قبل از شروع‌درمان تزريق شود.
5 ـ در صورت استفاده از برنامه درماني بامقادير كامل هپارين مقدار مصرف داروبايد با توجه به نتايج آزمونهاي انعقاد خون‌براي هر فرد تنظيم شود.
عوارض جانبي خونريزي نكروز پوست كمي پلاكت خون واكنش‌هاي حساسيتي از جمله كهير، آنژيوادم و آنافيلاكسي ،پوكي استخوان پس از مصرف طولاني‌مدت و بندرت ريزش مو با مصرف اين‌دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان‌هپارين با اسيد والپروئيك به علت مهارعملكرد پلاكتها ممكن است موجب‌خونريزي شود. متي‌مازول و پروپيل‌تيواوراسيل باعث كاهش پروترومبين‌خون مي‌شوند. لذا مصرف همزمان اين‌داروها با هپارين ممكن است باعث افزايش‌اثر ضد انعقادي شود. مصرف همزمان‌داروهاي ترومبوليتيك مانندااستريتوكيناز و اوروكيناز با داروهاي ضدانعقاد، خطر خونريزي را افزايش مي‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي بدست آوردن‌حداكثر اثر بخشي دارو و كاهش امكان‌خونريزي دستورات مربوط به مصرف‌دارو بايد كاملا رعايت شود.
2 ـ در طول درمان با هپارين از مصرف‌اسيد استيل ساليسيليك يا داروهاي حاوي‌آن ايبوپروفن و ساير داروهائي كه برروي پلاكت‌ها مؤثرند، خودداري شود.
3 ـ پزشك و دندانپزشك بايد از مصرف‌اين دارو آگاه شوند.
مقدار مصرف
بزرگسالان برنامه درماني بامقدار كامل از راه زير جلدي ابتدا 20/000 ـ 10/000واحد بصورت عميق (داخل چربي و سپس‌هر 8 ساعت 10/000 ـ 8000 واحد يا هر 12ساعت 20/000 ـ 15/000 واحد يا با توجه‌به نتايج آزمونهاي انعقادي تزريق‌مي‌شود. از راه وريدي ابتدا 10/000 واحدو سپس هر 6 ـ 4 ساعت 10/000 ـ 5000واحد يا 100 u/kg هر 4 ساعت

يا با توجه به‌نتايج آزمونهاي انعقادي تزريق مي‌شود. ازراه انفوزيون وريدي مقدار
40/000 ـ 20/000 واحد در 1000 ميلي‌ليترمحلول كلرورسديم ايزوتونيك تزريقي درمدت زمان بيش از 24 ساعت مصرف‌مي‌شود. سرعت انفوزيون اغلب 1000واحد در هر ساعت است
برنامه درماني با مقادير كم
مقدار 5000 واحد 2 ساعت قبل از جراحي‌و 12 ـ 8 ساعت پس از آن بمدت حداكثر 7روز بصورت زير جلدي عميق (داخل‌چربي تزريق مي‌شود.
كودكان از راه وريدي ابتدا 50 u/kg وسپس 100 u/kg ـ 50 هر 4 ساعت يابراساس نتايج آزمونهاي انعقادي تزريق‌مي‌شود. از راه انفوزيون وريدي ابتدا50u/kg بصورت مقدار حمله‌اي و سپس100 u/kg هر 4 ساعت يا براساس نتايج‌آزمونهاي انعقادي تزريق مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection : 5000 u/ml, 10,000 u/ml

PROTAMINE

موارد مصرف پروتامين بعنوان درمان درمواردي كه هپارين با مقادير بيش از حدمصرف گردد و منجر به خونريزي شود،بكار مي‌رود. اين دارو همچنين متعاقب‌جراحي قلب يا شريان يا انجام ديااليز، براي‌خنثي نمودن اثر هپاين مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: پروتامين با هپارين تركيب‌مي‌شود و يك كمپلكس پايدار ايجاد مي‌كندو در نتيجه هپارين بي‌اثر مي‌گردد.
فارماكوكينتيك اثر پروتامين طي 30 ثانيه تايك دقيقه شروع مي‌شود و تا دو ساعت‌طول مي‌كشد. طول مدت اثر پروتامين به‌دماي بدن بستگي دارد.
عوارض جانبي عوارض شايع عبارتندازبرافروختگي ضربان آهسته و غيرعادي قلب اشكال در تنفس كاهش غيرعادي و ناگهاني فشار خون
نكات قابل توصيه پروتامين با بعضي ازآنتي‌بيوتيك‌هاي تزريقي از جمله‌سفالوسپورين‌ها و پني‌سيلين‌هاناسازگاري دارد.
مقدار مصرف در صورت مصرف طي 15دقيقه پس از مصرف هپارين يك ميلي‌گرم‌پروتامين براي خنثي نمودن 100 واحدهپارين سديم بصورت تزريق وريدي‌كفايت مي‌كند، يا اينكه مقدار مصرف آن‌برحسب نتايج آزمون انعقادي خون تعيين‌مي‌گردد.
اشكال دارويي
Injection : 10000 UAH/10ml

THROMBOLYTIC AGENTS

UROKINASE STREPTOKINASE

داروهاي ترومبوليتيك سيستم‌فيبرينوليتيك درون زاد را فعال نموده وپلاسمينوژن را به پلاسمين تبديل مي‌نمايند.پلاسمين آنزيمي است كه سبب تجزيه‌لخته‌هاي فيبريني و فيبرينوژن و سايرپروتئين‌هاي پلاسما مانند پيش‌سازهاي‌فاكتورهاي V و VIIIمي‌شود. اوروكينازبطور مستقيم سبب شكسته شدن پيوندپپتيدي مي‌شود، درحاليكه استرپتوكينازبطور غيرمستقيم اثر نموده و از طريق‌تركيب با پلاسمنيوژن و تشكيل كمپلكس‌استرپتوكيناز ـ پلاسمينوژن (كه در نهايت به‌كمپلكس استرپتوكيناز ـ پلاسمين تبديل‌مي‌شود) تشكيل پلاسمين را افزايش مي‌دهد.اين دو كمپلكس باقيمانده پلاسمينوژن را به‌پلاسمين تبديل مي‌كنند.

STREPTOKINASE

موارد مصرف استرپتوكيناز در درمان‌ترومبوز وريدهاي عمقي آمبولي ريوي ترومبو آمبولي حاد شرياني شانت‌هاي‌شرياني ـ وريدي حاوي لخته و انفاركتوس‌حاد قلبي مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك نيمه عمر استوپتوكيناز پس‌از تزريق وريدي 1/5 ميليون واحد بيش ازيكساعت است نيمه عمر كمپلكسهاي فعال‌كننده 23 دقيقه است زمان لازم براي‌رسيدن به اوج اثر برقراري مجددپرفورزيون عضله قلب 20 دقيقه تا2 ساعت متوسط 45 دقيقه پس از شروع درمان‌وريدي است اثر دارو چند ساعت پس ازقطع مصرف از بين مي‌رود. طي 4 ساعت‌پس از قطع درمان زمان ترومبين معمولا به‌كمتر از دو برابر ميزان طبيعي خود مي‌رسد.با وجود اين زمان پروترومبين بندرت‌ممكن است براي مدت 24ـ12 ساعت پس ازتوقف درمان همچنان طولاني باشد.
موارد منع مصرف استرپتوكيناز در مواردزير نبايد مصرف شود:
آنوريسم شكافنده يا موارد مشكوك به آن خونريزي فعال تومور مغزي صدمات‌عروق مغزي يا سابقه آن جراحي اعصاب‌درون جمجمه‌اي يا داخل نخاعي طي دوماه قبل از شروع درمان جراحي اخيرقفسه سينه ضربه اخير به سيستم اعصاب‌مركزي زيادي شديد و غير قابل كنترل‌فشار خون و واكنش‌هاي آلرژيك شديد ياآنافيلاكسي به استرپتوكيناز، نقص‌انعقادي اغماء، وجود نشانه‌هاي اخيرقرحه گوارشي خونريزي شديد واژن التهاب حاد لوزالمعده و عيب شديد كار كبد.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط مصرف شود:
وجود هر گونه نقص انعقاد خون اوليه ياثانويه زايمان طي ده روز قبل از شروع‌درمان آندوكارديت باكتريايي تحت حاد،خونريزي شديد مجراي گوارش طي 10 روزقبل از شروع درمان جراحي اعصاب طي 2ماه قبل از شروع درمان بيوپسي اعضاءطي 10 روز قبل از شروع درمان سوراخ‌شدن عروق خوني طي 10 روز قبل از شروع‌درمان هرگونه جراحي بزرگ غير ازجراحي اعصاب يا قفسه سينه طي 10 روزقبل از شروع درمان و ضربه شديد و اخير،تنگي دريچه ميترال همره با فيبريلاسيون‌دهليزي يا ساير نشانه‌هاي ترومبوزاحتمالي در نيمه چپ قلب رتينوپاتي‌ديابتيك درمان با استريتو كيناز طي 5 روزتا 6 ماه قبل از شروع مجدد درمان
2 ـ در صورت بروز خونريزي شديد،مصرف دارو بايد قطع شود و در صورت‌نياز فاكتورهاي انعقادي و داروهاي ضدانحلال فيبرين (آپروتينين يا اسيدترانكساميك نيز تجويز شود.
3 ـ درمان با داروهاي ترومبوليتيك براي‌موارد مصرف غير از ترومبوز

شريان‌كرونر حاد فقط بايد در بيمارستانهايي كه‌داراي تجهيزات و پرسنل تعليم ديده براي‌انجام اقدامات و آزمونهاي تشخيصي‌توصيه شده هستند، صورت گيرد.
4 ـ توصيه مي‌شود هنگام تزريق‌استرپتوكيناز، وسايل و داروهايي مانندآپي‌نفرين آدرنو كروتيكوئيدها وضدهيستامين‌ها براي درمان آنافيلاكسي‌در دسترس باشند.
5 ـ در طول درمان با اين دارو بيمار بايدكاملا بستري و تحت نظر باشد.
عوارض جانبي عوارض جانبي اين داروعمدتا تهوع و استفراغ و خونريزي است دردپشت نيز با مصرف اين دارو گزارش شده‌است خونريزي معمولا به محل تزريق‌محدود مي‌شود. با وجود اين خونريزي‌درون مغز يا از ساير محل‌ها نيز ممكن است‌بروز نمايد. استرپتوكيناز ممكن است سبب‌بروز واكنش‌هاي آلرژيك شود.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان‌داروهاي ضد انعقاد خوراكي يا هپارين بااسترپتوكيناز، به علت افزايش خطرخونريزي بطور كلي توصيه نمي‌شود. درصورت مصرف همزمان داروهاي ضدانحلال فيبرين مانند اسيد ترانكساميك وآپروتينين با استرپتوكيناز، اثرترومبوليتيك اين دارو و اثر ضد انحلال‌فيبرين از بين مي‌رود. مصرف داروهاي‌ضد درد و ضد التهاب غير استروئيدي بخصوص ايندومتاسين و اسيد استيل‌ساليسيليك همزمان با استرپتوكيناز،ممكن است سبب افزايش خطر بروزخونريزي شديد شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ تكميل دوره درمان‌همراه با استراحت كامل و رعايت كليه‌دستورات پزشك به منظور به حداقل‌رساندن خونريزي ضروري است
2 ـ تهيه و رقيق كردن محلول تزريقي‌استرپتوكيناز، بايد براساس توصيه‌هاي‌كارخانه سازنده صورت گيرد.
3 ـ در طول درمان با اين دارو بايد از هرگونه اقدام غير ضروري براي بيمارخودداري كرد.
مقدار مصرف در درمان ترومبوز ياآمبولي شرياني ترومبوز وريدهاي عمقي‌يا آمبولي ريوي 250/000 واحد به عنوان‌مقدار مصرف حمله‌اي طي 30 دقيقه تزريق‌مي‌شود و سپس 100/000IU/hr بصورت‌انفوزيون مداوم براي 72 ـ 24 ساعت‌مصرف مي‌گردد. در ترومبوز شريان‌كرونر، از راه وريدي 1/500/000 واحدطي يكساعت و از راه داخل شرياني (ازطريق كانتر) ابتدا 20/000 واحد و سپس2000IU/min به مدت يكساعت تزريق‌مي‌شود.
اشكال دارويي
For Injection : 250,000 IU, 750,000 IU

موارد مصرف اوروكيناز در شانتهاي‌شرياني ـ وريدي لخته‌اي و كانولهاي‌وريدي ترومبوليز در چشم ترومبوزوريدهاي عمقي آمبولي ريوي و انسدادعروق محيطي مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك نيمه عمر اوروكيناز تا 20دقيقه است زمان لازم براي رسيدن به اوج‌اثر برقراري مجدد پرفوزيون عضله قلب 20 دقيقه تا 2 ساعت (متوسط 45 دقيقه پس از شروع درمان وريدي است اثر داروچند ساعت پس از قطع مصرف از بين‌مي‌رود. طي 4 ساعت پس از قطع درمان زمان ترومبين معمولا به كمتر از دو برابرميزان طبيعي خود مي‌رسد. با وجود اين زمان پروترومبين بندرت ممكن است‌براي مدت 24 ـ 12 ساعت پس از توقف‌درمان همچنان طولاني باشد.
موارد منع مصرف اوروكيناز در مواردزير نبايد مصرف شود:
آنوريسم شكافنده يا موارد مشكوك به آن خونريزي فعال تومور مغزي صدمات‌عروق مغزي يا سابقه آن جراحي اعصاب‌درون جمجمه‌اي يا داخل نخاعي طي دوماه قبل از شروع درمان جراحي اخيرقفسه سينه ضربه اخير به سيستم اعصاب‌مركزي زيادي شديد و غير قابل كنترل‌فشار خون و واكنش‌هاي آلرژيك شديد ياآنافيلاكسي به اوروكيناز، نقص انعقادي اغماء، وجود نشانه‌هاي اخير قرحه‌گوارشي خونريزي شديد واژن التهاب‌حاد لوزالمعده و عيب شديد كار كبد.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط مصرف شود:
وجود هر گونه نقص انعقاد خون اوليه ياثانويه زايمان طي ده روز قبل از شروع‌درمان آندوكارديت باكترياييي تحت حاد،خونريزي شديد مجراي گوارش طي 10 روزقبل از شروع درمان جراحي اعصاب طي 2ماه قبل از شروع درمان بيوپسي اعضاءطي 10 روز قبل از شروع درمان سوراخ‌شدن عروق خوني طي 10 روز قبل از شروع‌درمان هرگونه جراحي بزرگ غير ازجراحي اعصاب يا قفسه سينه طي 10 روزقبل از شروع درمان و ضربه شديد و اخير،تنگي دريچه ميترال همراه با فيبريلاسيون‌دهليزي يا ساير نشانه‌هاي ترومبوزاحتمالي در نيمه چپ قلب رتينوپاتي‌ديابتيك درمان با استريتو كيناز طي 5 روزتا 6 ماه قبل از شروع مجدد درمان
2 ـ در صورت بروز خونريزي شديد،مصرف دارو بايد قطع شود و در صورت‌نياز فاكتورهاي انعقادي و داروهاي ضدانحلال فيبرين (آپروتينين يا اسيدترانكساميك نيز تجويز شود.
3 ـ درمان با داروهاي ترومبوليتيك براي‌موارد مصرف غير از ترومبوز شريان‌كرونر حاد فقط بايد در بيمارستانهايي كه‌داراي تجهيزات و پرسنل

تعليم ديده براي‌انجام اقدامات و آزمونهاي تشخيصي‌توصيه شده هستند، صورت گيرد.
4 ـ در طول درمان با اين دارو بيمار بايدكاملا بستري و تحت نظر باشد.
عوارض جانبي عوارض جانبي اين داروعمدتا تهوع و استفراغ و خونريزي است دردپشت نيز با مصرف اين دارو گزارش شده‌است خونريزي معمولا به محل تزريق‌محدود مي‌شود. با وجود اين خونريزي‌درون مغز يا از ساير محل‌ها نيز ممكن است‌بروز نمايد.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان‌داروهاي ضد انعقاد خوراكي يا هپارين بااوروكيناز، به علت افزايش خطر خونريزي‌بطور كلي توصيه نمي‌شود. در صورت‌مصرف همزمان داروهاي ضد انحلال‌فيبرين مانند اسيد ترانكساميك وآپروتينين با اوروكيناز، اثر ترومبوليتيك‌اين دارو و اثر ضد انحلال فيبرين از بين‌مي‌رود. مصرف داروهاي ضد درد و ضدالتهاب غيراستروئيدي بخصوص‌ايندومتاسين و اسيداستيل ساليسيليك‌همزمان با اوروكيناز، ممكن است سبب‌افزايش خطر بروز خونريزي شديد شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ تكميل دوره درمان‌همراه با استراحت كامل و رعايت كليه‌دستورات پزشك به منظور به حداقل‌رساندن خونريزي ضروري است
2 ـ محلول تزريقي اوروكيناز بايدبلافاصله قبل از مصرف تهيه شود، زيرافرآورده فاقد هرگونه ماده محافظ است باقيمانده مصرف نشده محلول نيز بايددور ريخته شود.
3 ـ در طول درمان با اين دارو بايد از هرگونه اقدام غير ضروري براي بيمارخودداري كرد.
مقدار مصرف
بزرگسالان در درمان آمبولي ريوي ياترومبوز وريدي حاد، ابتدا IU/kg 4400طي 10 دقيقه انفوزيون وريدي مي‌شود وسپس مقدار IU/kg/hr 4400 براي 12ساعت (در آمبولي ريوي و يا 24 ـ 12ساعت (در ترومبوز وريدهاي عمقي مصرف مي‌شود. در ترومبوز شريان‌كرونر مقدار 6000IU از طريق كاتترتزريق مي‌شود. براي تميز كردن كاتتروريدي پس از خروج كاتتر از ورید بامحلول حاوي 5000IU/ml پر مي‌شود.براي مصرف در چشم 5000IU از دارو در2 ميلي ليتر محلول كلرور سديم 0/09%تزريقي بكار مي‌رود.
كودكان براي تميز كردن كاتتر وريدي‌پس از خارج كردن كاتتر از ورید با محلول‌حاوي 5000IU/ml پر مي‌شود.
اشكال دارويي
For Injection : 250,000 IU, 750,000 IU

TRANEXAMIC ACID

موارد مصرف اسيد ترانكساميك درپيشگيري و درمان خونريزي ناشي ازجراحي دندان در بيماران هموفيليك (افرادي‌كه مبتلا به كمبود فاكتورهاي انعقادي VIII يا IXاهستند)، مصرف مي‌شود. اين دارو براي‌توقف خونريزي ناشي از برداشت‌پروستات و همچنين در منوراژي و انژيوادم‌ارثي مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اسيد ترانكساميك بطوررقابتي فعال شدن پلاسمينوژن را مهارمي‌كند و در نتيجه تبديل پلاسمينوژن به‌پلاسمين (فيبرينوليزين را كاهش مي‌دهد.اين دارو همچنين بطور مستقيم فعاليت‌پلاسمين را مهار مي‌نمايد، ولي مقادير زيادآن براي ايجاد اين اثر لازم است
فارماكوكينتيك 50 ـ 30 درصد مقدارمصرف از مجراي گوارش جذب مي‌شود.كمتر از 5 درصد دارو متابوليزه مي‌شود.نيمه عمر دارو تقريبا 2 ساعت است زمان‌لازم براي رسيدن به اوج غلظت پلاسمايي‌از راه خوراكي تقريبا 3 ساعت است درواز راه فيلتراسيون گلومرولي دفع مي‌شود.بيش از 95 درصد دارو بصورت تغييرنيافته دفع مي‌شود. حداكثر تا 39 درصدمقدار مصرف خوراكي و 90 درصد مقدارمصرف تزريقي طي 24 ساعت از راه ادراردفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در بيماران‌ترومبوآمبوليك نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط مصرف شود:
بيماران مبتلا به نقص ديد رنگي هماتوري‌شديد (در صورت احتمال انسداد ميز راه‌دارو نبايد مصرف شود) خونريزي زيرعنكبوتيه عيب كار كليه سابقه يا استعدادابتلا به ترومبوز
2 ـ در درمان طولاني مدت بيماران مبتلا به‌آنژيوادم ارثي معاينه منظم چشم و انجام‌آزمونهاي كار كبد در پيگيري وضعيت‌بيمار اهميت دارند.
3 ـ اسيد ترانكساميك از راه تزريقي بايد
با سرعت حداكثر 100 mg/min تجويزشود تا از افت فشار خون جلوگيري شود.
عوارض جانبي تهوع استفراغ اسهال و باتزريق سريع وريدي آن مواردي از تلوتلوخوردن گزارش شده است
مقدار مصرف
خوراكي
براي پيشگيري از خونريزي ناشي ازجراحي دندان يك روز قبل از عمل 25mg/kg سه يا چهار بار در روز مصرف‌مي‌شود. پس از جراحي نيز 25mg/kg سه ياچهار بار در روز براي 10 ـ 7 روز پس ازجراحي مصرف

مي‌شود. در بيماران مبتلابه عيب متوسط تا شديد كار كليه به دليل‌خطر بروز تجمع دارو، مقادير بين 15mg/kgدو بار در روز و 7/5mg/kg يكبار در روزتوصيه مي‌شود.

تزريقي

مقدار 10 mg/kg بلافاصله قبل از جراحي‌دندان از راه وريدي تزريق مي‌شود. (پرمصرف خوراكي ارجحيت دارد). پس ازجراحي در بيماراني كه قادر به مصرف‌دارو از راه خوراكي نيستند، 10 mg/kg سه‌يا چهار با در روز به مدت 8 ـ 2 روز تزريق‌وريدي مي‌شود. در بيماران مبتلا به عيب‌متوسط تا شديد كار كليه به دليل خطربروز تجمع دارو، مقادير بين 10 mg/kgدوبار در روز و 5 mg/kg يكبار در روزتوصيه مي‌شود.

اشكال دارويي

Capsule : 250 mg

Scored Tablet : 500 mg

Injection : 250 mg/5ml

Injection : 100 mg/ml

موارد مصرف اين دارو براي پيشگيري ازآمبولي در بيماري روماتيسمي قلب وفيبريلاسيون دهليزي پشگيري از تشكيل‌لخته پس از نصب دريچه‌هاي مصنوعي‌قلب پيشگيري و درمان ترومبوز وريدي وآمبولي ريوي و حملات ايسكميك گذرامصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: وارفارين مانند سايرداروهاي خوراكي ضد انعقاد خون داراي‌اثر غير مستقيم ضد انعقادي است و ازطريق مهار ساخت فاكتورهاي انعقادي II،VII، IX و X در كبد و در مسير وابسته به‌ويتامين K، اثر خود را اعمال مي‌كند.
موارد منع مصرف اين دارو در موارد زيرنبايد مصرف شود: تهديد به سقط جنين ياسقط ناقص آنوريسم خونريزي فعال خونريزي مغزي نخاعي جراحي اخيراعصاب جراحي اخير چشم يا سايرجراحيهاي عمده ديسكرازي خوني هموفيلي تمايل به خونريزي افزايش‌شديد و كنترل نشده فشارخون پريكارديت و قرحه گوارشي
هشدارها: اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط مصرف شود:
ديابت شديد، زايمان اخير، عيب شديد كاركليه ضربه شديد بويژه به سيستم‌اعصاب مركزي ضايعات دستگاه تنفسي‌يا ادراري واسكونيت شديد، كارسينوم‌احشاء، عيب شديد كار كبد يا سيروز،كمبود ويتامين C و K، بيحسي ناحيه‌اي سوراخ كردن نخاع آندوكارديت تحت حادباكتريايي و پلي ارتريت
عوارض جانبي خونريزي حساسيت‌مفرط، بثورات جلدي ريزش مو، اسهال كاهش هماتوكريت تيره شدن انگشتان نكروز پوست يرقان اختلال در عملكردكبد، تهوع استفراغ و التهاب لوزالمعده بامصرف دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان‌وارفارين با داروهاي زير ممكن است اثرضد انعقادي اين دارو را افزايش دهد:آلوپورينول آميوداورون استروئيدهاي‌آنابوليك آندروژن‌ها، داروهاي خوراكي‌ضد ديابت (اثر داروهاي فوق نيز ممكن
است افزايش يابد)، ساليسيلات‌ها از جمله‌اسيد استيل‌ساليسيليك برخي ازسفالوسپورين‌ها، كلرآمفنيكل سايمتيدين كلوفيبرات دانازول دكستران دي‌پيريدامول دي سولفيرام اريتورمايسين جم فيبروزيل ايندومتاسين ايبوپروفن مفناميك اسيد، متي مازول مترونيدازول ناليديكسيك اسيد، اكسي فن بوتازون فني‌توئين (ابتدا افزايش و سپس كاهش اثر ضدانعقادي ، پروپيل تيواوراسيل كينيدين سولفوناميدها و هورمون‌هاي تيروئيد،همچنين

مصرف همزمان داروهاي زير باوارفارين ممكن است اثر ضد انعقادي اين‌دارو را كاهش دهند:
آنتاسيدها، اسيد آسكوريك (در مقاديرزياد)، باربيتورات‌ها، كاربامازپين كلسيترامين داروهاي خوراكي ضدبارداري (ممكن است ار دارو افزايش ياكاهش دهند)، استروژن‌ها، گريزئوفولوين پيريميدون ريفامپين و ويتامين K.
نكات قابل توصيه 1 ـ انجام آزمون زمان‌پروترومبين و مراجعه به پزشك بطورمنظم به منظور بررسي پيشرفت درمان‌ضروري است
2 ـ از مصرف ياقطع ساير داروها از جمله‌سالسيلات‌ها ياساير داروهايي كه نياز به‌نسخه پزشك ندارند، بدون تجويز پزشك بايد خوداري شود.
3 ـ در صورت بروز هرگونه علامت‌خونريزي مراجعه به پزشك ضروري‌است
مقدار مصرف در بزرگسالان 10mg/day ـ15 براي 4 ـ 2 روز و سپس10mg/day ـ2 براساس نتايج آزمون‌پروترومبين مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Scored Tablet : 2.5 mg, 5 mg

ACA

موارد مصرف تركيب استامينوفن و اسيداستيل ساليسيليك براي تسكين دردهاي‌خفيف تا متوسط و كاهش تب بكار مي‌رود.كافئين موجود در اين فرآورده از بروزگيجي و عوارض ثانويه آن درسرماخوردگي جلوگيري مي‌كند.
مكانيسم اثر: كافئين محرك خفيف دستگاه‌عصبي مركزي است و عروق خوني مغزي‌را تنگ مي‌كند و اين اثر ممكن است به رفع‌سر درد كمك نمايد. اثرات ضد درد و ضدالتهاب اين دارو نيز مربوط به استامينوفن‌و اسيداستيل ساليسيليك مي‌باشد.
فارماكوكينتيك كافئين بخوبي از مجراي‌گوارشي جذب مي‌شود، اتصال آن به‌پروتئينهاي پلاسماكم است متابوليسم آن‌كبدي بوده و نيمه عمر آن 4 ـ 3 ساعت‌است استامينوفن و اسيداستيل‌ساليسيليك نيز بخوبي از دستگاه گوارش‌جذب مي‌گردند. جذب اسيد استيل‌ساليسيليك با غذا كاهش مي‌يابد. نيمه عمرآن در حدود 20 ـ 15 دقيقه است ومتابوليسم هر دو دارو كبدي است اوج‌غلظت پلاسمايي آن 2 ـ 1 ساعت پس ازمصرف مي‌باشد.
موارد منع مصرف در صورت احتمال‌بروز خونريزي و در بيماري هموفيلي‌نبايد مصرف گردد.
هشدارها: 1 ـ مصرف تركيب استامينوفن واسيداستيل ساليسيليك در كودكان موردبحث است و بسياري از پزشكان مصرف‌اين فرآورده را در كودكان كمتر از 12 سال‌توصيه نمي‌كنند.
2 ـ استفاده بيش از حد اين دارو ممكن است‌خطر نكروز كبدي را افزايش دهد.
عوارض جانبي تحريك معده سوزش سردل يا سوءهاضمه تهوع استفراغ و دردمعده از عوارض اسيداستيل ساليسيليك‌مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي بعلت مصرف همزمان‌اسيداستيل ساليسيليك و استامينوفن‌احتمال بروز نفروپاتي بيشتر است مصرف همزمان گلوكوكورتيكوئيدهاميزان غلظت پلاسمايي اسيد استيل‌ساليسيليك را كاهش مي‌دهد و احتمال‌ايجاد خيز را نيز با اين دارو افزايش‌مي‌دهد.
داروهاي سمي براي عصب هشتم‌شنوايي مي‌توانند اثرات سمي اسيد استيل‌ساليسيليك را برروي اين عصب افزايش‌دهند. مصرف همزمان استامينوفن باداروهاي القاء كننده آنزيمي و همچنين‌داروهاي سمي براي كبد مي‌تواند سميت‌كبدي آنرا افزايش دهد. مصرف همزمان‌كافئين با ساير داروهاي محرك دستگاه‌عصبي مركزي ممكن است منجر به تحريك‌بيش از حد CNS و بروز عصبانيت تحريك‌پذيري يا كم خوابي گردد. كافئين‌مي‌تواند

دفع ادراري ليتيوم را افزايش دهدبنابراين بر غلظت درماني آن اثر مي‌گذارد.مصرف همزمان مهار كننده‌هاي مونوآمين اكسيد از مي‌تواند اثرات مقلدسمپاتيك كافئين را افزايش داده و منجر به‌بروز آريتمي خطرناك قلبي و يا افزايش‌شديد فشار خون گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو در كودكاني‌كه نشانه‌هاي انفلوانزا يا آبله مرغان دارند،نبايد بدون مشورت با پزشك تجويز شود.
2 ـ براي كاهش عوارض با غذا و همراه يك‌ليوان آب مصرف گردد.
3 ـ در صورتيكه عوارض بيماري و يا تب‌طي 3 روز كاهش نيافت به پزشك مراجعه‌گردد.
4 ـ پنج‌روز قبل از جراحي از مصرف آن‌خودداري گردد.
مقدار مصرف
بزرگسالان يك قرص هر 3 ساعت‌مصرف مي‌شود. حداكثر مقدار مصرف دربزرگسالان هشت قرص در روز است اين‌دارو بيشتر از 10 روز بدون نظر پزشك‌نبايد مصرف گردد.
كودكان زير 3 سال با نظر پزشك تجويزمي‌گردد. از سنين 2 تا 12 سال از 13 تا يك قرص هر 6 ـ 4 ساعت مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet : Acetaminophen 162.5 mg +A.S.A 325 mg + Caffeine 32.5 mg

ACETAMINOPHEN

موارد مصرف استامينوفن در تسكين‌دردهاي ملايم تا متوسط، و به عنوان ضدتب بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو با مهار ساخته شدن‌پروستاگلاندين‌ها موجب كاهش تب وكاهش شدت درد مي‌گردد.
فارماكوكينتيك جذب استامينوفن از راه‌خوراكي سريع و كامل و از راه ركتال‌آهسته مي‌باشد. بطور وسيعي (90-95%)در كبد متابوليزه شده و دفع دارو ومتابوليت‌هاي آن عمدت؟ از راه ادرارصورت مي‌گيرد.
هشدارها: 1 ـ در بيماران ديابتي احتمال‌مثبت شدن كاذب تست قند خون وجوددارد.
2 ـ از مصرف ساليسيلات‌ها يا سايرضدالتهاب‌هاي غيراستروئيدي همراه بااستامينوفن بيش از چند روز خودداري‌شود.
عوارض جانبي بثورات پوستي درماتيت‌آلرژيك اختلالات خوني و پانكراتيت حاداز عوارض جانبي پس از مصرف طولاني‌مي‌باشد. صدمات كبدي متعاقب مصرف‌بيش از حد آن ايجاد مي‌گردد.
تداخل‌هاي دارويي كلستيرامين جذب‌استامينوفن را كاهش و متوكلوپراميدموجب تسريع جذب آن مي‌شود.
نكات قابل توصيه در صورت بيماري كبدي‌يا التهاب ويروسي كبد با احتياط مصرف‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار 0/5 تا 1 گرم هر 4 تا 6ساعت و حداكثر 4 g/day مصرف مي‌شود.
كودكان در نوزادان 2 ماهه براي‌پيش‌گيري از تب 60 ميلي‌گرم يا 10 mg/kg/day (در صورت ابتلاء به زرديااين مقدار به نصف كاهش خواهد يافت مصرف مي‌شود. از سه ماهگي تا 1 سال60-120 ميلي‌گرم از 1-5 سالگي120-250 ميلي‌گرم و سنين 6-12 سالگي250-500 ميلي‌گرم مصرف مي‌شود كه درصورت نياز مي‌توان هر 4-6 ساعت آن راتكرار نمود.
اشكال دارويي
Pediatric Drops: 100 mg/ml
Oral Solution: 120 mg/5 ml
Suppository: 125 mg, 325 mg
Tablet: 80 mg, 325 mg

Acetaminophen Codeine Tablet:Acetaminophen 300 mg + Codeinephosphate 20mg

ALFENTANIL

موارد مصرف آلفنتانيل يك ضد درد
مخدر است كه به عنوان داروي همراه وهمچنين براي القاي بيهوشي مصرف‌مي‌شود. اين دارو هم چنين با تزريق داخل‌نخاع و درون سخت شامه براي ايجادبيدردي پس از عمل جراحي به كار برده‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: ضد دردهاي مخدر با اتصال‌به گيرنده‌هاي خاصي در CNS باعث تغييردر دريافت و پاسخ به تحريكات دردمي‌شوند.
فارماكوكينتيك آلفنتانيل براحتي از سدخوني ـ مغزي عبور مي‌كند. تجمع آلفنتانيل‌در بافت چربي ممكن است باعث طولاني‌شدن طول اثر دارو شود. متابوليسم داروكبدي است آلفنتانيل نيمه عمر سه‌مرحله‌اي دارد و نيمه عمر دفعي آن 1-2ساعت است زمان شروع اثر دارو حدود1-2 دقيقه است و طي 1/5-2 دقيقه به‌حداكثر اثر خود مي‌رسد. دفع آلفنتانيل‌عمدت? كبدي است
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود عيب كاركبد، آلفنتانيل بايد با احتياط فراوان تجويزشود.
2 ـ داروهاي ضد درد مخدر باعث تشديدضعف تنفسي مي‌شوند.
عوارض جانبي برادي‌كاردي كاهش فشارخون و ضعف تنفسي طي عمل جراحي و يابعد از آن از عوارض شايع و مهم آلفنتانيل‌هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌آلفنتانيل با بنزوديازپين‌ها، داروهاي‌تضعيف كننده CNS و داروهاي مهار كننده‌آنزيم‌هاي كبدي باعث تشديد عوارض‌جانبي دارو مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ هنگام تجويز داروبايد امكانات لازم براي كنترل علائم‌مسموميت احتمالي با دارو ازجمله‌آنتاگونيست‌هاي مواد مخدر در دسترس‌باشد.
2 ـ مقدار مصرف دارو بايد براي هر بيماربطور جداگانه و با توجه به سن وزن اندازه بدن شرايط فيزيكي بيمار، مصرف‌همزمان ساير داروها و طول مدت احتمالي‌عمل جراحي تعيين شود.
3 ـ اين دارو ممكن است باعث سفتي‌عضلات سينه و شكم شده و در نتيجه‌باعث اختلال در تنفس گردد.
4 ـ تزريق وريدي دارو بهتر است بصورت‌آهسته و طي حداقل 1-2 دقيقه صورت‌گيرد.
5 ـ اگر چه مصرف همزمان بنزوديازپين‌هاممكن است باعث تقويت بيهوشي گردد، امااحتمال افزايش ضعف تنفسي و يا كاهش‌فشار خون بايد در نظر گرفته شود.

6 ـ مصرف متناوب دارو ممكن است باعث‌ايجاد تحمل وابستگي و اعتياد به داروشود.

مقدار مصرف

بزرگسالان براي القاي بيهوشي در اعمال‌جراحي كه بيش از 45 دقيقه طول مي‌كشد130-250mcg/kg تزريق وريدي مي‌شود.به عنوان نگهدارنده بيهوشي در اعمال‌جراحي كمتر از 30 دقيقه مقدار8-20mcg/kg به عنوان مقدار مصرف‌اوليه تزريق مي‌شود و بدنبال آن3-5mcg/kg بصورت مقدار مصرف واحدو يا 0/5-1mcg/kg در هر دقيقه انفوزيون‌مي‌شود. در اعمال جراحي طولاني‌تر از 30دقيقه 20-75 mcg/kg به عنوان مقدارمصرف اوليه تزريق مي‌شود و بدنبال آن5-15 mcg/kg بصورت مقدار واحد يا0/5-4 mcg/kg در هر دقيقه انفوريون‌مي‌شود.

كودكان براي ادامه بيهوشي مقدار30-50 mcg/kg به عنوان مقدار مصرف‌اوليه تزريق وريدي مي‌شود و بدنبال آن10-15 mcg/kg بصورت مقدار مصرف‌واحد و يا 0/5-1/5 mcg/kg در هر دقيقه‌انفوزيون وريدي مي‌شود. نيمه عمر و طول‌مدت اثر آلفنتانيل در كودكان كمتر ازبزرگسالان است و بنابراين دفعات مصرف‌دارو در كودكان بايد افزايش يابد.

اشكال دارويي

Injection (AS HCI) 2, 10 ml; 1 mg/ 2 ml

ALPRAZOLAM

موارد مصرف آلپرازولام به عنوان ضداضطراب براي دوره‌هاي كوتاه مدت‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو با محل اتصال‌بنزوديازپين‌ها بر روي گيرنده گابا تداخل‌نموده و موجب تقويت اثر مهاري گابا درسيستم اعصاب مركزي مي‌شود.
فارماكوكينتيك از راه خوراكي به سرعت‌جذب مي‌شود. اين دارو از طريق ادرار دفع‌مي‌شود. نيمه عمر آن بين 12-15 ساعت‌مي‌باشد.
موارد منع مصرف اين دارو در مواردضعف تنفسي نارسايي حاد ريوي اختلال‌شديد كبدي وجود ترس وسواس وسايكوز مزمن نبايد مصرف شود.
ضمن?نبايد به تنهايي در افسردگي يا اضطراب‌همراه با افسردگي تجويز گردد.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در درمان كوتاه‌مدت (فقط به مدت 2-4 هفته اضطراب‌شديد و ناتوان كننده كه با بي‌خوابي يااختلالات سايكوتيك همراه است مصرف‌مي‌شود.
2 ـ با مصرف اين دارو در بيماراني كه‌سابقه وابستگي به دارو داشته و يا داراي‌اختلال شديد شخصيتي هستند، احتمال‌وابستگي وجود دارد.
3 ـ اين دارو در بيماري تنفسي و ضعف‌عضلاني و سابقه وابستگي دارويي بااحتياط مصرف شود.
4 ـ اين دارو با ايجاد خواب‌آلودگي براعمالي كه نياز به مهارت دارند، مثل‌رانندگي تأثير مي‌گذارد.
عوارض جانبي خواب آلودگي و سبكي سردر روز بعد، توهم و عدم تعادل فراموشي وابستگي تحريك‌پذيري از عوارض جانبي‌شايع دارو مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف توأم اين داروبا داروهاي مضعف CNS مثل داروهاي‌ضد جنون و داروهاي ضد زيادي فشارخون مسدد گيرنده آلفا آدرنرژيك وداروهاي ضد هيستامين موجب افزايش‌تضعيف CNSمي‌گردد.
متابوليسم اين‌دارو توسط سايمتيدين مهار و توسطريفامپين افزايش مي‌يابد.
اين دارو با اثر لوودوپا ضديت مي‌كند.
نكات قابل توصيه 1 ـ در سالمندان افرادناتوان وجود اختلال كبد و كليه مقدارمصرف دارو كاهش يابد.
2 ـ از مصرف طولاني مدت اين دارو وسپس قطع ناگهاني آن اجتناب شود.
3 ـ در كودكان اين دارو فقط براي كاهش‌اضطراب شديد ناشي از ترس (مثلا قبل ازجراحي كه موجب بي‌خوابي شده است‌استفاده گردد.

مقدار مصرف 0/25 تا 0/5 ميلي‌گرم 3 باردر روز (در سالمندان 0/25 ميلي‌گرم 2 تا 3بار در روز) كه در صورت نياز تا حداكثر 3ميلي‌گرم در روز افزايش مي‌يابد. مصرف‌اين دارو در كودكان توصيه نمي‌شود

اشكال دارويي

Scored Tablet: 0.5 mg, 1 mg

ANTICONVULSANT DRUGS

CARBAMAZEPINE ACETAZOLAMIDE
LAMOTRIGINE ETHOSUXIMIDE
PHENYTOIN PHENOBARBITAL
VALPROATE PRIMIDONE

هدف از دارو درماني صرع جلوگيري‌از وقوع حملات صرعي است كه با ايجادغلظت پلاسمايي موثري از دارو، امكانپذيرخواهد بود. براي اينكار تنظيم دقيق ميزان‌مصرف دارو ضروري است درمان بايد بامقادير كم دارو شروع و بتدريج افزايش‌يابد تا حملات كنترل شوند و يا اثرات ناشي‌از افزايش بيش از حد داروي مصرفي بروزكند.
تعداد دفعات تجويز دارو، به نيمه عمردارو بستگي دارد، اما بايد تا حد امكان‌تعداد دفعات تجويز اندك باشد تا پذيرش‌آن از سوي بيمار بيشتر شود. بيشترداروهاي ضد صرع را مي‌توان دوبار درروز تجويز نمود. فتوباربيتال و فني‌توئين‌كه نيمه‌عمر طولاني دارند، اغلب يكبار
در روز يعني در موقع خواب تجويزمي‌شوند. اما مواقعي كه مقدار زيادي از يك داروي ضد صرع لازم است ممكن‌است سه بار در روز تجويز شود تا ازاثرات ناخواسته ناشي از غلظت بيش از حدپلاسمايي پرهيز شود. كودكان چون‌نسبت به بزرگسالان داروهاي ضد صرع‌را سريعتر متابوليزه مي‌كنند، به مقدارمصرف و تعداد دفعات تجويز بيشتري‌نيازمندند.
درمان با چند دارو: بطور معمول استفاده‌همزمان از چند داروي ضد صرع توصيه‌نمي‌شود، زيرا بيماران با يك دارو بهتركنترل مي‌شوند. هيچ شاهدي مبني بر اينكه‌با استفاده از تركيب چند داروي ضد صرع اثرات درماني آنها افزايش و سميت آنهاكاهش مي‌يابد، وجود ندارد. در صورتيكه‌با وجود مصرف يك دارو، حملات كنترل‌نشد، بايد داروي دوم به رژيم درماني‌افزوده شود. استفاده بيش از دو داروي‌ضد صرع به دليل دشواري تنظيم مقاديرمصرفي بندرت صورت مي‌گيرد. عيب‌ديگر تركيب درماني اين است كه تداخلات‌دارويي بين داروهاي مختلف ضد صرع‌روي مي‌دهد. استفاده همزمان ازپريميدون و فنوباربيتال باعث مي‌شود كه‌مقدار زيادي از پريميدون در كبد به‌فنوباربيتال تبديل شود.
تداخل‌هاي دارويي تداخل‌هاي دارويي بين‌داروهاي ضد صرع پيچيده است و بدون‌آنكه اثرات ضد صرع آنها اضافه شودممكن است سميت آنها را بالا ببرد. اين‌تداخلات عمدتا ناشي از القاء يا مهارآنزيم‌هاي كبدي مي‌باشد. بطور كلي اين‌تداخلات بسيار متغير و غير قابل پيش‌بيني‌است بنابراين اندازه‌گيري غلظت‌پلاسمايي در موقع تركيب درماني توصيه‌مي‌گردد.

قطع مصرف داروهاي ضد صرع از قطع‌ناگهاني داروهاي ضد صرع بخصوص‌باربيتوراتها و بنزوديازپين‌ها بايد اجتناب‌شود چون ممكن است منجر به عود حملات‌صرعي با شدت بيشتر گردد. كاهش مقدارمصرف بايد بتدريج صورت بگيرد و درمورد باربيتوراتها قطع دارو نياز به ماههاوقت دارد. جايگزيني يك دارو با داروي‌ديگر نيز بايد با احتياط كامل انجام شود وتجويز داروي اول فقط وقتي متوقف گرددكه رژيم دارويي جديد كاملا تثبيت شده‌باشد. تصميم به قطع كامل داروهاي ضدصرع در يك بيمار عاري از تشنج و زمان‌انجام آن غالبا مشكل بوده و به عوامل‌متعددي در خود بيمار بستگي دارد. حتي‌در بيماري كه سالها عاري از تشنج بوده قطع دارو با خطر آغاز حملات صرعي‌همراه است بيماران صرعي مي‌توانندرانندگي كنند (به غير از وسايل نقليه سنگين‌يا عمومي به شرطي كه حداقل يكسال درموقع بيداري عاري از حمله باشند ياحملات آنها موقع خواب بروز كند و اين حالت براي حداقل 3 سال تثبيت شده باشدبيماراني كه دچار خواب‌آلودگي ناشي ازداروهاي ضد صرع مي‌شوند،

ACETAZOLAMIDE

موارد مصرف استازولاميد در كنترل‌تشنجات تونيك ـ كلونيك و پارشيال همچنين در صرع غايب atypical، آتونيك وتونيك اثرات سودمندي دارد.
اين دارو به‌منظور كاهش فشار داخلي كره چشم درگلوكوم با زاويه باز، گلوكوم ثانويه و ياقبل از جراحي گلوكوم با زاويه بسته نيز به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو مهار كننده آنزيم‌انيدراز كربنيك است احتمال دارد تجمع‌دي‌اكسيد كربن در مغز (بواسطه مهارآنزيم انيدراز كربنيك مسئول اثر ضدصرعي اين دارو باشد.
فارماكوكينتيك جذب خوراكي كامل دارد وبصورت تغيير نيافته از طريق كليه‌ها دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت وجودنارسايي شديد كبدي نارسايي كليه كاهش سديم يا پتاسيم خون اسيدوزهيپركلرميك و حساسيت به سولفوناميدهاكليه نبايد مصرف شود.
هشدارها: اين دارو معمولا براي مدت‌طولاني تجويز نمي‌شود. در غير اينصورت‌شمارش عناصر خوني و كنترل غلظت‌الكتروليت‌هاي پلاسما بايد انجام شود. درانسداد ريوي و سالمندان با احتياطمصرف شود.
عوارض جانبي پارستزي هيپوكالمي كاهش اشتها، خواب آلودگي و افسردگي گهگاه بثورات جلدي اختلالات خوني وسنگ‌هاي كليوي از عوارض جانبي اين‌دارو محسوب مي‌شوند.
تداخل‌هاي دارويي اسيد استيل‌ساليسيليك با كاهش دفع استازولاميداحتمال مسموميت با استازولاميد راافزايش مي‌دهد. استازولاميد دفع كينيدين‌را كاهش داده و موجب افزايش غلظت‌پلاسمايي آن مي‌گردد. اين دارو احتمالاخطر استئومالاسي ناشي از بعضي ازداروهاي ضد صرع مثل فني‌توئين راافزايش مي‌دهد. مصرف همزمان‌استازولاميد با كورتيكو استروئيدها،گليكوزيدهاي قلبي سيكلوسپورين مقاديرزياد داروهاي آگونيست گيرنده بتا دو مثل‌ريتودرين سالبوتامول و تربوتالين خطربروز هيپوكالمي را زياد مي‌كند. اين دارودفع ليتيوم را زياد مي‌كند.
نكات قابل توصيه 1 ـ چون اين دارو ممكن‌است سبب خواب‌آلودگي سرگيجه منگي‌و خستگي شود، در رانندگي و كار باوسايلي كه نياز به هوشياري كامل دارند،احتياط شود.
2 ـ بهتر است از تزريق داخل عضلاني آن‌اجتناب شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار 1 g/day ـ0/25 از راه‌خوراكي يا تزريق داخل وريدي در درمان‌صرع و يا گلوكوم در مقادير منقسم‌مصرف مي‌شود.

کودکان مقدار 30 mg/kg ـ 8 حداکثر750 mg/day مصرف مي‌شود.
اشکال دارويي
Tablet : 250 mg
Injection (As Sodium) : 500 mg

CARBAMAZEPINE

موارد مصرف كاربامازپين در درمان انواع‌صرع (به‌غير از صرع كوچك درد عصب‌سه قلو، و به‌عنوان پيشگيري كننده دربيماري مانيك ـ دپرسيو مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: كاربامازپين باطولاني كردن‌مدت غيرفعال ماندن كانال سديم اولا درنرون پس سيناپسي توانايي آن را براي‌پتانسيل عمل‌هاي تكراري بافركانس زيادكاهش مي‌دهد و ثاني؟ آزادسازي واسطه‌عصبي از نرون پيش‌سيناپسي را مهارمي‌كند و در مجموع انتقال سيناپسي كاهش‌مي‌يابد.
فارماكوكينتيك اين دارو جذب خوراكي‌كاملي دارد، در كبد به‌طور كامل متابوليزه‌شده و متابوليسم خودش را نيز القا مي‌كند.متابوليت آن داراي خاصيت ضدتشنجي‌است نيمه عمر آن 65ـ 25 ساعت است كه‌باتجويز مزمن به‌دليل القاء متابوليسم‌خودش به 29ـ8 ساعت مي‌رسد. دفع داروعمدت؟ كليوي است
موارد منع مصرف در اختلالات هدايتي گره‌AV، سابقه تضعيف مغز استخوان وپورفيري نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد نارسايي كبدي ياكليوي بيماري بافت هدايتي قلب سابقه‌بروز عوارض خوني در برابر ساير داروهاو گلوكوم بااحتياط مصرف شود.
2 ـ سالمندان نسبت به‌عوارض آشفتگي توهم بلوك دهليزي ـ بطني و برادي كاردي‌اين دارو حساس‌ترند.
3 ـ اين دارو ممكن است باعث بروزلوكوپني و ترومبوسيتوپني شيوع‌عفونت‌هاي ميكربي تاخير در التيام زخمهاو خونريزي لثه شود.
عوارض جانبي تهوع استفراغ گيجي خواب‌آلودگي سردرد، عدم تعادل توهم وآشفتگي اختلالات بينايي (به‌خصوص‌دوبيني ، نيستاگموس اسهال و يبوست بي‌اشتهايي بثورات جلدي گذرا، لوكوپني ترومبوسيتوپني اگرانولوسيتوز و آنمي آپلاستيك از عوارض جانبي داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي كاربامازپين غلظت‌پلاسمايي كلونازپام فني توئين سديم‌والپروآت اتوسوكسيميد و پريميدون راكاهش مي‌دهد. اريترومايسين و ايزونيازيدغلظت خوني كاربامازپين را بالا مي‌برند.همچنين سميت كبدي ايزونيازيد درمصرف همزمان با كاربامازپين افزايش‌مي‌يابد. داروهاي ضدافسردگي وداروهاي ضد جنون باكاهش آستانه‌تشنج بااثر ضدتشنجي كاربامازپين مقابله‌مي‌كنند. اين دارو متابوليسم داروهاي‌ضدافسردگي سه حلقه‌اي فني تويين هالوپريدول و داروهاي ضد بارداري‌خوراكي را افزايش و غلظت پلاسمايي آنهارا كاهش مي‌دهد و منجر به كاهش اثرات‌آنها

مي‌شود. ديلتيازم و وراپاميل اثرات‌كاربامازپين را افزايش مي‌دهند. متابوليسم‌كاربامازپين توسط سايمتيدين كاهش ودر نتيجه غلظت پلاسمايي آن افزايش‌مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ جهت كاهش تحريك‌دستگاه گوارش بهتر است با غذا ميل‌شود.
2 ـ از قطع ناگهاني مصرف دارو اجتناب ودر صورت لزوم مقدار دارو به‌تدريج‌كاهش يابد تا از بروز تشنج يا حمله مداوم‌صرعي جلوگيري شود.
3 ـ از مصرف همزمان ساير داروهاي‌مضعف CNS بااين دارو اجتناب شود.
4 ـ در صورت مصرف اين دارو در موقع‌كار با ماشين آلاتي كه نياز به‌دقت وهوشياري دارند (مثل رانندگي بايد احتياطنمود.
5 ـ در صورتيكه مقدار اين دارو از حداقل‌شروع شده و به‌تدريج بافواصل يك هفته‌افزايش پيدا كند، عواض جانبي داروبه‌حداقل مي‌رسد.
6 ـ در صورت بروز عوارض قلبي يابثورات جلدي درمان بااين دارو بايدمتوقف گردد.
مقدار مصرف
بزرگسالان در درمان صرع ابتدا200ـ100 ميلي‌گرم 1 تا 2 بار در روزمصرف شده كه به‌تدريج افزايش مي‌يابد تابه‌ميزان 1/2 g/day ـ0/8 در مقادير منقسم‌برسد. در بعضي موارد ممكن است روزانه‌به 2ـ1/6 گرم دارو نياز باشد. در سالمندان‌مقدار مصرف اوليه كاهش مي‌يابد.
كودكان تا يكسال 200 ـ 100 ميلي‌گرم 5ـ1 سال 400ـ200 ميلي‌گرم 10ـ5 سال600ـ400 ميلي‌گرم 15ـ10 سال 1ـ0/6گرم در روز به‌صورت مقادير منقسم‌مصرف شود.
اشكال دارويي
Scored Tablet: 200 mg
SR Tablet: 200mg, 400mg

ETHOSUXIMIDE

موارد مصرف اتوسوكسيميد در درمان‌صرع كوچك يا غايب به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: به‌نظر مي‌رسد كه‌اتوسوكسيميد با كاهش جريان كلسيمي‌خاص در نرون‌هاي تالاموس اثراختصاصي خود را بر صرع كوچك اعمال‌مي‌كند.
فارماكوكينتيك به‌طور كامل و سريع ازدستگاه گوارش جذب مي‌شود. در كبدمتابوليزه شده و از كليه‌ها دفع
مي‌شود.
هشدارها: در موارد نارسايي كبدي وكليوي پورفيري و اختلالات خوني بايد بااحتياط فراوان مصرف شود.
عوارض جانبي اختلالات گوارشي كاهش‌وزن خواب آلودگي گيجي عدم تعادل ديسكينزي سكسكه ترس از نور، سردردو افسردگي از عوارض جانبي داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي ايزونيازيد غلظت‌پلاسمايي اتوسوكسيميد را افزايش مي‌دهدو در نتيجه احتمال سميت با اين دارو رازياد مي‌كند. داروهاي ضد افسردگي و ضدجنون با كاهش آستانه تشنج با اثر ضدتشنجي اين دارو مقابله مي‌كنند.
نكات قابل توصيه 1 ـ از قطع ناگهاني اين‌دارو پرهيز شود.
2 ـ در صورتي كه همزمان با مصرف اين‌دارو، علائم عفونت بروز كرد، شمارش‌سلولهاي خوني لازم خواهد بود.
3 ـ به علت امكان بروز خواب آلودگي درصورت رانندگي يا انجام كارهايي كه نيازبه هوشياري دارند، احتياط شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان و كودكان بيش از 6 سال ابتدا 500 mg/day، مصرف مي‌شود وسپس طي 7 ـ 4 روز 250 ميلي‌گرم به آن‌اضافه مي‌شود تا به ميزان 1/5g/day ـ 1برسد. گاهي اوقات ممكن است به مقدار2g/day نياز باشد.
كودكان تا 6 سال ابتدا 250 mg/dayتجويز شده كه بتدريج تا ميزان20mg/kg/day افزايش مي‌يابد.
اشكال دارويي
Capsule : 250 mg
Syrup : 250 mg / 5 ml

LAMOTRIGINE

موارد مصرف از اين دارو براي درمان‌حملات تشنجي نسبي اوليه و حملات‌تشنجي متعاقب? فراگير تونيك ـ كلونيك استفاده مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو شبيه فني توئين وكاربامازپين كانالهاي سديمي وابسته به‌ولتاژ را مسدود مي‌كند.
فارماكوكينتيك از راه خوراكي بخوبي‌جذب در كبد متابوليزه واز طريق كليه‌هادفع مي‌شود. نيمه عمر پلاسمايي اين داروحدود 24 ساعت مي‌باشد.
موارد منع مصرف در نارسايي كبدي نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در طول مصرف اين داروپارامترهاي كبدي كليوي و انعقاد خون‌بايستي دقيق? كنترل شود.
2 ـ در صورت بروز بثورات جلدي تب علائم شبه آنفلوآنزا، خواب آلودگي و بدترشدن حملات صرعي بخصوص در ماه‌اول درمان مصرف دارو بايد قطع گردد.
عوارض جانبي بثورات جلدي تب علائم‌شبه انفلوانزا، خواب آلودگي ندرت? اختلال‌در عملكرد كبد، لنفادنوپاتي لوكوپني ترومبوسيتوپني حساسيت به نور،اختلالات بينايي گيجي عدم تعادل خستگي اختلالات گوارشي و تحريك‌پذيري از عوارض جانبي اين دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي والپروات غلظت‌پلاسمايي لاموتريجين را افزايش وكاربامازپين فنوباربيتال و فني توئين غلظت پلاسمايي آن را كاهش مي‌دهند.ضمن? لاموتريجين موجب افزايش غلظت‌پلاسمايي متابوليت فعال كاربامازپين‌مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ از قطع ناگهاني‌مصرف اين دارو بايد پرهيز شود. قطع‌مصرف دارو بايد بتدريج و حداقل طي 2هفته انجام شود.
2 ـ مصرف اين دارو به عنوان تنها درمان‌در سالمندان و كودكان زير 12 سال‌توصيه نمي‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان در ابتدا 25 mg/day بمدت 14روز، سپس 50 mg/day براي 14 روز بعدي‌تجويز مي‌شود. مقدار مصرف معمول‌نگهدارنده 200 mg/day ـ 100 در 2 ـ 1مقدار منقسم (حداكثر 500mg/day)مي‌باشد.
براي درمان كمكي به همراه‌والپروات در ابتدا 25 ميلي‌گرم يك روز درميان به مدت 14 روز، سپس 25 mg/dayبراي 14 روز بعدي تجويز مي‌شود. مقدارمصرف معمول نگهدارنده به همراه‌والپروات 200mg/day ـ 100 در 2 ـ 1 نوبت‌است براي درمان كمكي بدون والپروات در ابتدا 50 ميلي‌گرم يك روز در ميان به‌مدت 14 روز، سپس 50 ميلي‌گرم دو بار

درروز براي 14 روز بعدي تجويز مي‌شود.مقدار مصرف نگهدارنده بدون والپروات‌معمولا 400 mg/day ـ 200 در دو مقدارمنقسم (حداكثر 700mg/day) است
كودكان در كودكان 12 ـ 2 سال به‌عنوان‌درمان كمكي بهمراه والپروات در ابتدا200 mcg/kg/day بمدت 14 روز، سپس500 mcg/kg/day براي 14 روز بعدي (دركودكاني كه كمتر از 25 كيلوگرم وزن دارندمي‌توان در 14 روز اول 5 ميلي‌گرم يك‌روز در ميان تجويز كرد). مقدار مصرف‌معمول نگهدارنده به همراه والپروات5 mg/kg/day ـ 1 در 2 ـ 1 مقدار منقسم‌مي‌باشد. در كودكان 12 ـ 2 سال براي‌درمان كمكي بدون والپروات در ابتدا2 mg/kg/day در 2 نوبت بمدت 14 روز،سپس 5 mg/kg/day در 2 نوبت براي 14روز بعدي تجويز مي‌شود. مقدار مصرف‌معمول نگهدارنده بدون والپروات15 mg/kg/day ـ 5 در 2 مقدار منقسم‌مي‌باشد.
اشكال دارويي
Scored Tablet : 50 mg, 100 mg

PHENOBARBITAL

موارد مصرف فنوباربيتال در تمام انواع‌صرع غير از صرع كوچك و در حمله مداوم‌صرعي به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو از يك طرف اثرمهاري گاماآمينوبوتيريك اسيد (GABA)راافزايش مي‌دهد و از طرف ديگر اثر تحريكي‌گلوتاميك اسيد را كم مي‌كند و بدين ترتيب‌بامهار انتخابي نورون‌هاي غيرطبيعي مانع انتشار امواج از كانون صرعي‌مي‌شود.
فارماكوكينتيك از طريق خوراكي سريع?جذب و در بافت‌هاي بدن و مغز انتشارمي‌يابد. توسط كبد متابوليزه مي‌شود. راه‌دفع دارو كليوي است حدود 30ـ20 درصددارو بدون تغيير دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف در پورفيري نبايدمصرف شود.
هشدارها: در بيماران مبتلا به‌اختلال‌عملكرد كبد يا كليه و ضعف تنفسي‌بااحتياط مصرف شود.
عوارض جانبي خواب‌آلودگي افسردگي‌ذهني عدم تعادل واكنش‌هاي آلرژيك‌پوستي تحريك‌پذيري بيقراري واغتشاش شعور در سالمندان هيجانات وفعاليت زياد غيرعادي در كودكان كم‌خوني مگالوبلاستيك از عوارض جانبي‌اين دارو مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي اين دارو غالب? غلظت‌پلاسمايي كاربامازپين كلونازپام فني‌توئين و والپروات و در مواردي‌اتوسوكسيميد را كاهش مي‌دهد. اين داروبا تسريع متابوليسم وارفارين موجب‌كاهش اثر ضدانعقادي آن مي‌گردد.داروهاي ضدافسردگي و ضدجنون باكاهش آستانه تشنج با اثرات ضدتشنجي‌اين دارو مقابله مي‌كنند. اين دارومتابوليسم داروهاي ضدافسردگي سه‌حلقه‌اي را افزايش و در نتيجه موجب‌كاهش غلظت پلاسمايي آنها مي‌گردد. اين‌دارو موجب افزايش سرعت متابوليسم‌ديگوكسين كورتيكواستروئيدها وسيكلوسپورين داروهاي ضد بارداري‌خوراكي تئوفيلين و در نتيجه كاهش اثرات‌آنها مي‌گردد.
نكات قابل توصيه از قطع ناگهاني مصرف‌دارو پرهيز شود. قطع مصرف اين داروبايد به‌تدريج و طي چندماه انجام شود.
مقدار مصرف
خوراكي
مقدار 180ـ60 ميلي‌گرم در بزرگسالان و8 mg/kg/day در كودكان مصرف مي‌شود.
تزريقي
مقدار 200ـ50 ميلي‌گرم تزريق مي‌شود كه‌در صورت نياز بعد از 6 ساعت

تکرارمي‌شود. حداکثر مقدار مصرف روزانه600 ميلي‌گرم است
اشکال دارويي
Tablet: 15 mg, 60 mg, 100 mg
Injection: 100 mg/ml, 200 mg/ml

موارد مصرف فني‌توئين در كنترل تمام‌انواع صرع به غير از حملات صرع كوچك درد عصب سه قلو، حمله مداوم صرعي آريتمي قلبي و نيز براي تسريع در التيام‌زخمها (بصورت موضعي بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو در غلظت‌هاي‌درماني با انسداد كانالهاي سديم و مهارايجاد پتانسيل‌هاي عمل تكراري اثر ضدتشنج خود را اعمال مي‌كند. فني‌توئين‌همچنين آزاد شدن سروتونين ونوراپي‌نفرين را مهار كرده و بر غلظت‌ساير واسطه‌هاي عصبي تأثير مي‌گذارد.
فارماكوكينتيك جذب خوراكي اشكال‌مختلف فني‌توئين آهسته و متغير است جذب فني‌توئين در تزريق داخل عضلاني‌غير قابل پيش‌بيني است و مقداري از دارودر عضله رسوب مي‌كند. به همين دليل اين‌روش تجويز توصيه نمي‌شود. در كبدمتابوليزه شده و از طريق ادرار دفع‌مي‌شود. متابوليسم اين دارو وابسته به‌مقدار داروي مصرفي بوده و اشباع‌پذيراست نيمه عمر اين دارو بطور متوسط 24ساعت است
موارد منع مصرف در صورت وجودپورفيري اختلالات بافت هدايتي قلب برادي كاردي سينوسي بلوك‌سينوسي ـدهليزي بلوك قلبي درجه 2 و 3، سندرم‌استوك ـ آدامز نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت مقدار مصرف‌زياد دارو، ممكن است متابوليسم كبدي‌اشباع شود و غلظت پلاسمايي دارو ازمحدوده درماني فراتر رفته و سميت بروزكند.
2 ـ در صورت وجود نارسايي كبدي كمي‌فشار خون يا نارسايي قلبي بايد با احتياطمصرف شود.
3 ـ اين دارو ممكن است غلظت پلاسمايي‌كلسيم را كاهش داده و در نتيجه راشيتيسم و استئومالاسي بروز كند.
4 ـ تزريق وريدي فني توئين با سرعت‌بيش از 50 ميلي‌گرم در دقيقه ممكن است‌منجر به كلاپس قلبي ـ عروقي همراه باآريتمي كمي فشار خون تضعيف CNSوتغييراتي در عملكرد تنفسي (ازجمله توقف‌تنفسي گردد.
عوارض جانبي تهوع استفراغ اغتشاش‌شعور، سرگيجه سردرد، رعشه عصبانيت بي‌خوابي ندرت? ديسكينزي نورويا‌تي محيطي عدم تعادل اختلال درتكلم حركات مداوم و غيرارادي چشم به‌عقب و جلو، تاري ديد، بثورات جلدي بزرگ شدن تركيب صورت پرمويي آكنه تب و هپاتيت اريتم مولتي فرم نكروزپوست لنفادنوپاتي و هيپرتروفي لثه‌ها ازعوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي اين دارو غلظت‌پلاسمايي كلونازپام كاربامازپين

ووالپروات را كاهش و غلظت پلاسمايي‌فنوباربيتال را افزايش مي‌دهد. گاهي اوقات‌نيز غلظت پلاسمايي اتوسوكسيميد وپريميدون را كم مي‌كند. اسيد استيل‌ساليسيلك داروهاي ضد باكتريايي شامل‌كلرامفنيكل سيكلوسرين ايزونيازيد،كوتريموكسازول و مترونيدازول و نيزفلوكستين ديلتيازم نيفديپين و سايمتيدين‌غلظت پلاسمايي فني‌توئين را زياد مي‌كنند.اين دارو متابوليسم وارفارين را كاهش‌مي‌دهد كه احتمالا اثر ضد انعقادي آن‌كاهش مي‌يابد. داروهاي ضد افسردگي وضد جنون با كاهش آستانه تشنج با اثرضد تشنجي اين دارو مقابله مي‌كنند.فني‌توئين غلظت پلاسمايي داروهاي ضدافسردگي سه حلقه‌اي را كاهش مي‌دهد.متابوليسم سيكلوسپورين توسطفني‌توئين تسريع شده و در نتيجه غلظت‌پلاسمايي آن كاهش مي‌يابد. فني‌توئين‌متابوليسم داروهاي ضدبارداري خوراكي‌را افزايش و در نتيجه اثر آنها را كاهش‌مي‌دهد.

نكات قابل توصيه 1 ـ از قطع ناگهاني‌مصرف اين دارو اجتناب مي‌شود.

2 ـ در نارسايي كبدي مقدار مصرف داروكاهش يابد.

3 ـ به منظور كاهش تحريك گوارشي‌مي‌توان دارو را با غذا يا شير مصرف كرد.

4 ـ رعايت بهداشت دندانها و مراجعه منظم‌به دندانپزشك تا حدي از حساس شدن خونريزي و بزرگ شدن لثه‌ها جلوگيري‌مي‌كند.

5 ـ مصرف فني‌توئين در دوران بارداري موجب افزايش خطر خونريزي كشنده در24 ساعت اول تولد در نوزاد مي‌گردد. باتجويز ويتامين K قبل از زايمان به مادر وبه نوزاد در موقع تولد، مي‌توان اين خطر راكاهش داد.

6 ـ تجويز دارو از راه تزريق داخل‌عضلاني توصيه نمي‌شود.

7 ـ توصيه مي‌شود كه فني‌توئين سديم‌تزريقي به مايعات حجيم تزريقي وريدي‌اضافه نشود يا با ساير داروها مخلوط‌نگردد چون ممكن است رسوب نمايد.

8 ـ از نشت دارو به بافتهاي اطراف رگ‌اجتناب شود زيرا خاصيت قلياييفني‌توئين زياد بوده و به بافت آسيب‌مي‌رساند.

مقدار مصرف

خوراكي

بزرگسالان ابتدا 3-4 mg/kg/day يا150-300 mg/day بصورت يكجا يا در دومقدار منقسم مصرف مي‌شود كه درصورت نياز به 300- mg/day 400 و ياحداكثر 600mg/day افزايش مي‌يابد.

كودكان در كودكان 5-8 mg/kg/day دريك يا دو مقدار منقسم و حداكثر 300 ميلي‌گرم تجويز مي‌شود.

تزريقي

بزرگسالان انفوزيون يا تزريق آهسته‌داخل وريدي براي كنترل صرع مداوم

به‌ميزان 15mg/kg (سرعت تزريق بيش از50mg/min نباشد) توصيه مي‌شود. مقدارمصرف نگهدارنده 100 ميلي گرم كه هر8ـ6 ساعت تجويز مي‌گردد.
كودكان ميزان تجويز اوليه 15mg/kgمي‌باشد.
اشكال دارويي
Capsule: 50 mg, 100 mg
Injection: 250 mg/ 5 ml
Suspension:30 mg/ 5 ml
Topical Cream: 1%

PRIMIDONE

موارد مصرف اين دارو در درمان انواع‌صرع به غير از صرع كوچك و رعشه essentialبكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اگر چه پريميدون در بدن به‌فنوباربيتال تبديل مي‌شود،اما مكانيسم اثرخود پريميدون احتمالا شبيه فني‌توئين‌است
فارماكوكينتيك اين دارو جذب خوراكي‌كاملي دارد. در كبد به فنوباربيتال تبديل‌مي‌شود. فنوباربيتال در بدن به آهستگي‌تجمع يافته و سطح پلاسمايي آن به 2-3برابر سطح پلاسمايي پريميدون مي‌رسد.دفع دارو و متابوليت‌هاي آن از طريق كليه‌مي‌باشد.
هشدارها: در صورت وجود اختلال عملكردكبد يا كليه و ضعف تنفسي بايد با احتياطتجويز شود.
عوارض جانبي خواب‌آلودگي عدم تعادل تهوع اختلالات بينايي و بثورات جلدي بخصوص در شروع درمان بروز مي‌كند ومعمولا با ادامه درمان برگشت‌پذير هستند.ساير عوارض دارو شامل افسردگي تحريك‌پذيري بيقراري و اغتشاش شعوردر سالمندان هيجانات و فعاليت زياد و غيرعادي در كودكان و آنمي مگالوبلاستيك‌هستند.
تداخل‌هاي دارويي اين دارو غالب? غلظت‌پلاسمايي كاربامازپين كلونازپام فني‌توئين و والپروات و در مواردي‌اتوسوكسيميد را كاهش مي‌دهد. اين داروموجب افزايش متابوليسم وارفارين‌داروهاي ضد افسردگي سه حلقه‌اي ديگوكسين كورتيكوستروييدها،سيكلوسپورين داروهاي ضد بارداري‌خوراكي و تئوفيلين شده و در نتيجه اثرات‌اين داروها را كاهش مي‌دهد. داروهاي‌ضدافسردگي و ضد جنون با كاهش‌آستانه تشنج با اثرات ضد تشنجي اين‌دارو مقابله مي‌كنند. اين دارو اثر وراپاميل‌و ديلتيازم و احتمالا نيفديپين را كاهش‌مي‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ از قطع ناگهاني داروپرهيز شود. قطع مصرف اين دارو بايدبتدريج و طي چند ماه انجام شود.
2 ـ در صورتيكه بيمار ضعف شديد
تنفسي داشت از مصرف اين دارو بايداجتناب نمود.
مقدار مصرف
بزرگسالان در صرع ابتدا 125 ميلي‌گرم‌در شب و موقع خواب مصرف مي‌شود.سپس هر 3 روز، 125 ميلي‌گرم افزايش‌مي‌يابد تا مقدار مصرف تام جمع? به ميزان
500 mg/day (در دو بخش منقسم برسد.بعد هر 3 روز، 250 ميلي‌گرم به اين مقدارافزوده مي‌شود تا حداكثر 1/5 g/day درمقادير منقسم

مصرف شود.
کودکان سنین کمتر از 2 سال 500 ـ 250ميلي گرم در روز در دو مقدار منقسم 5 ـ 2ساله 750 mg/day ـ 500 در دو مقدارمنقسم و کودکان 9 ـ 6 سال 1g/day ـ 0/75در دو مقدار منقسم تجويز مي‌شود.
اشکال دارويي
Suspension: 250 mg/5ml
Tablet: 250 mg

موارد مصرف اين دارو در درمان انواع‌صرع مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو شبيه فني‌توئين وكاربامازپين با انسداد جريان سديم ازفعاليت با فركانس زياد نرون‌ها جلوگيري‌مي‌كند و با مهار آنزيم تجزيه كننده GABA،غلظت آن را در مغز افزايش مي‌دهد. همچنين‌اين دارو در غلظت‌هاي زياد، جريان پتاسيم‌در غشاء سلولهاي مغزي را افزايش مي‌دهدو غشاء را هيپرپولاريزه مي‌كند.
فارماكوكينتيك از طريق خوراكي بخوبي‌جذب شده و فراهمي زيستي بيش از 80درصد دارد. غذا، جذب اين دارو را به‌تأخير مي‌اندازد. اين دارو در كبد متابوليزه‌و از طريق كليه‌ها دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف در بيماري‌هاي فعال‌كبدي و سابقه فاميلي نارسايي شديد كبدنبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ قبل از شروع درمان و درطول 6 ماه اول درمان با اين دارو، بايدعملكرد كبد تحت نظر باشد.
2 ـ در صورت وجود نارسايي شديدكليوي لوپوس اريتماتوز سيستميك ياپورفيري با احتياط مصرف شود.
3 ـ اختلال عملكرد كبدي (ازجمله نارسايي‌كبدي كشنده با مصرف اين دارو ممكن‌است در كودكان كمتر از 3 سال افرادي كه‌اختلالات متابوليك يا دژنراتيو دارند، درحالت اختلال ارگانيك مغزي يا تشنجات‌شديد همراه با عقب‌ماندگي ذهني بروزكند.
4 ـ در صورت بروز درد حاد شكمي كه‌ممكن است نشانه پانكراتيت باشد، بايدمراقبت‌هاي لازم انجام شود.
عوارض جانبي تحريك گوارشي تهوع عدم تعادل و رعشه افزايش غلظت‌آمونياك خون افزايش اشتها و وزن ريزش موقتي مو، خيز، كاهش پلاكت‌هاي‌خون مهار تجمع پلاكتي اختلال درعملكرد كبد كه ندرت? به نارسايي كشنده‌كبدي منجر مي‌شود، بثورات جلدي اغتشاش شعور، ندرت? پانكراتيت كاهش‌گلبول‌هاي سفيد، هيپوپلازي گلبولهاي‌قرمز، كاهش فيبرينوژن آمنوره و نامنظم‌شدن قاعدگي و ژينكوماستي از عوارض‌جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي اين دارو غالب? غلظت‌پلاسمايي فنوباربيتال و فني‌توئين و گاهي‌نيز غلظت پلاسمايي اتوسوكسيميد وپريميدون را زياد مي‌كند. داروهاي ضدافسردگي و ضد جنون با كاهش آستانه‌تشنج با اثر ضد تشنجي اين دارو مقابله‌مي‌كنند. سايمتيدين با مهار آنزيم‌هاي‌كبدي غلظت پلاسمايي والپروات راافزايش مي‌دهد. تجويز همزمان سايرداروهاي ضد صرع موجب

افزايش سميت‌دارو ميگردد بدون اينكه اثرات درماني آن‌افزايش يابند، علاوه بر اين تركيب درماني كنترل درمان را پيچيده مي‌كند. كلروكين بااثر ضد تشنجي اين دارو مقابله مي‌كند.
نكات قابل توصيه 1 ـ قبل از شروع درمان‌با اين دارو از عدم وجود زمينه يا عوامل‌مستعد كننده خونريزي در بيمار اطمينان‌حاصل شود.
2 ـ از قطع ناگهاني مصرف اين دارو بايدخودداري شود.
3 ـ به بيمار يا اطرافيان او علائم بروزاختلالات خوني يا كبدي توضيح داده شودو توصيه گردد كه در صورت بروز اين‌علائم بايد به پزشك مراجعه شود.
4 ـ در صورتيكه با مصرف اين دارو،استفراغ بي‌اشتهايي يرقان خواب‌آلودگي‌يا عدم كنترل تشنجات بروز كرد،بلافاصله درمان با اين دارو متوقف گردد.
مقدار مصرف
بزرگسالان ابتدا mg/day 600 (در دونوبت منقسم ، ترجيح? بعد از غذا مصرف‌شود. بعد با فواصل هر 3 روز يكبار
mg/day 200 به مقدار مصرف به رژيم‌افزوده مي‌شود تا حداكثر به مقدار روزانه2/5 گرم برسد كه بصورت مقادير منقسم‌مصرف مي‌شود.
مقدار معمول نگهدارنده‌دارو 1-2 گرم در روز (mg/kg 30-20 درروز) مي‌باشد.
كودكان كودكان تا 20 كيلوگرم ابتدا20 mg/kg در روز (در چند نوبت منقسم مصرف مي‌شود. مي‌توان در صورت نيازمقدار را افزايش داد. در كودكان بيشتر از20 كيلوگرم ابتدا mg/day 400 بصورت‌منقسم مصرف مي‌شود. سپس اين مقدارافزايش مي‌يابد تا حملات كنترل شوند(معمولا در محدوده mg/kg 30-20 درروز) حداكثر مقدار مصرف روزانه
mg/kg 35 است
اشكال دارويي
Coated Tablet: 200 mg
Syrup: 200mg/5ml

ANTIDEPRESSANT DRUGS

Clomipramine Amitriptyline
Imipramine Fluoxetine
Nortriptyline Maprotiline
Trazodone Tranylcypromine
Trimipramine

موارد مصرف داروهاي ضدافسردگي‌عمدت? به سه دسته داروهاي ضد افسردگي‌سه حلقه‌اي مهار كننده‌هاي‌مونوآمينواكسيداز (MAO) و داروهاي‌مهار كننده انتخابي باز جذب سروتونين SSRIs) تقسيم مي‌شوند.
داروهاي ضد افسردگي سه حلقه‌اي SSRIs و تركيبات مشابه بدليل اثربخشي‌بيشتر و عدم تداخل خطرناك با بعضي ازغذاها و داروها بر داروهاي دسته MAOIsارجحيت دارند. انتخاب داروهاي ضدافسردگي سه حلقه‌اي عمدت? به عوارض‌آنتي‌موسكاريني كمتر، مثل يبوست وخشكي دهان و نيز كمتر بودن احتمال‌سميت قلبي در حالات مصرف بيش از حدبستگي دارد. داروهاي دسته SSRIsنسبت‌به سه حلقه‌اي هاي قديمي‌تر داراي اثرات‌آنتي موسكاريني كمتر و نيز سميت قلبي‌كمتر در صورت مقدار مصرف بيش از حدمي‌باشند. بنابراين اگر چه اين دسته‌اثربخشي بيشتري ندارند اما در مواقعي كه‌خطر مقدار مصرف بيش از حد وجودداشته باشد، ممكن است ارجح باشند اما درعين حال دسته SSRIsعوارض جانبي‌مخصوص به خود را دارند. هر چند بروزخواب‌آلودگي خشكي دهان و سميت قلبي‌با اين داروها كمتر است اما عوارض جانبي‌گوارشي مثل تهوع و استفراغ ممكن است‌شيوع بيشتري داشته باشند.
به‌طور معمول تجويز بيش از يك‌داروي ضدافسردگي در يك زمان بدليل‌خطرات احتمالي و تشديد عوارض جانبي‌توصيه نمي‌شود. بايد توجه داشت كه اگرچه در بيماران افسرده اغلب اضطراب هم‌وجود دارد، اما استفاده از داروهاي ضدجنون يا ضد اضطراب ممكن است مانع ازتشخيص صحيح شود. بنابراين اين قبيل‌داروها بايد با احتياط استفاده شوند. امادرمان كمكي سودمندي در افسردگي‌تحريك‌پذير هستند.
كنترل افسردگي در هفته‌هاي اول درمان‌بيمار از نظر تمايل به خودكشي بايد تحت‌نظر و كنترل باشد. در هر بار مقادير كمي ازداروي ضد افسردگي تجويز شود چون‌اين داروها در صورت مصرف مقاديربيش از حد، خطرناك هستند.
درمان را تا موقعي كه انتظار مي‌رودعلائم افسردگي متوقف شوند، بايد

باحداكثر مقدار مصرف مؤثر ادامه داد و بعداز آن هم حداقل تا يكسال ديگر با حداقل‌مقدار مصرف موثر ادامه يابد و پس از آن‌مي‌توان مقدار تجويز را كاهش داد. درمان‌با اين داروها را نبايد بطور ناگهاني متوقف‌نمود چون علائم ممكن است دوباره‌مراجعت كنند. با توجه به تاريخچه‌افسردگي بهبود معمولا بعد از 3 ماه تايكسال يا بيشتر رخ مي‌دهد و در بعضي ازبيماران با نصف مقدار مصرف درماني‌بصورت نگهدارنده به مدت چند ماه ازمراجعت علائم مي‌توان جلوگيري نمود. درافسردگي عودكننده درمان نگهدارنده‌پيشگيري كننده ممكن است به چند سال‌زمان نياز داشته باشد.
قطع دارو: اگر يك داروي ضد افسردگي بخصوص از نوع MAOI) بطور منظم براي‌مدت 8 هفته يا بيشتر تجويز شده باشد وبعد بطور ناگهاني قطع شود، تهوع استفراغ بي‌اشتهايي سردرد، سرگيجه احساس سردي بي‌خوابي و در مواردي‌حالت هيپومانيا، اضطراب و بي‌قراري‌شديد حركتي ممكن است بروز كنند. كاهش‌مقدار مصرف بايد ترجيح? بصورت‌تدريجي در طول يك دوره حداقل 4 هفته‌اي‌انجام شود.
الف ـ داروهاي ضد افسردگي سه حلقه‌اي اين داروها بيشترين اثربخشي را دردرمان افسردگي متوسط تا شديد اندوژن‌كه همراه با تغييرات فيزيولوژيك وسايكوموتور مانند از دست دادن اشتها واختلال در خواب مي‌باشد، دارند. معمولااولين فايده درمان با اين داروها، بهبودخواب است از آنجا كه براي شروع اثرات‌درماني اين داروها 2 هفته وقت لازم است در افسردگي شديد كه تأخير در درمان خطرناك يا غيرقابل تحمل است درمان باالكتروشوك ممكن است مورد نياز باشد.بعضي از داروهاي ضدافسردگي سه‌حلقه‌اي در كنترل اختلالات پانيك نيزمؤثرند.
مقدار تجويز: حدود 10 تا 20 درصد بيماران‌به داروهاي ضد افسردگي و ساير داروهاي‌مربوطه پاسخ نمي‌دهند كه ممكن است‌ناكافي بودن غلظت پلاسمايي لازم تا حدي‌علت اين مسئله باشد. بنابراين لازم است‌غلظت پلاسمايي به اندازه كافي بالا باشد تادرمان موثري محتمل باشد اما در عين حال‌غلظت پلاسمايي نبايد آنقدر بالا برود كه‌اثرات سمي بروز كند. به دليل طولاني بودن‌نيمه عمر داروهاي ضد افسردگي سه‌حلقه‌اي تجويز يكبار در شبانه روز در اكثربيماران (معمولا در شب مناسب است
انتخاب داروي ضد افسردگي داروهاي ضدافسردگي سه حلقه‌اي و ساير داروهاي‌مربوطه به دو دسته تقسيم مي‌شوند:آنهايي كه داراي اثرات سداتيو زيادي‌هستند كه شامل آمي‌تريپ‌تيلين كلوميپرامين و تري‌مپرامين مي‌باشند وآنهايي كه اثرات سداتيو كمي دارند و شامل‌ايمي‌پرامين دزيپرامين و نورتريپ‌تيلين‌هستند. بيماران تحريك شده و مضطرب به‌تركيبات سداتيو بهتر پاسخ مي‌دهند، درحاليكه بيماراني كه داروي آنها قطع شده ونيز بيماران با اضطراب كمتر به تركيبات بااثرات سداتيو كم

پاسخ بهتري مي‌دهند.ايمي پرامين و آمي‌تريپ‌تيلين داروهايي‌موثر و نسبت؟ بي‌خطر هستند، كه بخوبي‌رواج پيدا كرده‌اند. اما با اين حال داراي‌اثرات آنتي‌موسكاريني عمده يا عوارض‌جانبي قلبي مي‌باشند كه اين مسئله در هربيمار بطور جداگانه ممكن است اهميت‌داشته باشد.
عوارض جانبي متعاقب مصرف داروهاي‌ضد افسردگي سه حلقه‌اي بخصوص‌آمي‌تريپ‌تيلين بروز آريتمي و ايست قلبي يكي از دلايل مرگ ناگهاني بيماران قلبي‌است همچنين اين داروها با كاهش آستانه‌تشنج ممكن است باعث بروز تشنج شوندو به همين دليل در بيماران صرعي بايد بااحتياط فراوان تجويز شوند.
عوارض جانبي ديگر اين داروها شامل‌خواب‌آلودگي خشكي دهان تاري ديد،يبوست احتباس ادرار و تعريق است بيمار را بايد تشويق نمود تا درمان را ادامه‌دهد چون بنظر مي‌رسد كه به اين عوارض‌جانبي تا حدي تحمل ايجاد مي‌شود. اگردرمان با مقادير كم شروع و بتدريج‌افزايش يابد، اين اثرات كم مي‌شوند اما درعين حال بايد در نظر داشت كه بايد هر چه‌سريعتر به غلظت پلاسمايي موثر، دست‌يافت افزايش تدريجي مقدار مصرف درسالمندان به اثرات كاهنده فشار خون اين‌داروها حساس بوده و مستعد بروزسرگيجه و حتي سنكوپ هستند و لذاافزايش تدريجي مقدار مصرف در اين‌افراد، داراي اهميت خاصي است عارضه‌جانبي ديگر كه سالمندان به آن حساسيت‌خاصي دارند هيپوناترمي است اين‌عارضه احتمالا ناشي از نامناسب بودن‌ترشح هورمون ضد ادراري است و با همه‌انواع داروهاي ضد افسردگي ممكن است‌رخ دهد و بايد در همه بيماراني كه در آنهاخواب‌آلودگي گيجي يا تشنجات طي‌مصرف يك داروي ضد افسردگي بروزمي‌كند، مورد توجه قرار گيرد. سندرم‌نورولپتيك بدخيم ممكن است به ندرت درطول دوره درمان با داروهاي‌ضدافسردگي بروز كند.
تداخل دارويي در بين داروهاي ضدافسردگي استفاده از يك داروي ضدافسردگي سه حلقه‌اي از نوع SSRIs(مهاركننده انتخابي باز جذب سروتونين و ياتركيبات مشابه بايد حداقل 2 هفته بعد ازقطع داروي MAOI (مهار كننده آنزيم‌مونوآمينواكسيداز) آغاز شود. برعكس‌مصرف يك داروي MAOI نبايد در كمتر ازيك هفته بعد از قطع يك ضد افسردگي سه‌حلقه‌اي يا SSRIs و يا تركيبات مشابه شروع‌شود (در مورد فلوكستين حداقل 5 هفته .
ب ـ مهاركننده‌هاي مونوآمينواكسيداز
(MAOIs): اين داروها نسبت به داروهاي‌ضد افسردگي سه حلقه‌اي SSRIs وتركيبات وابسته كمتر استفاده مي‌شوند كه‌به دليل خطر تداخلات دارويي و غذايي بااين داروها مي‌باشد و علاوه بر اين درمواردي كه با ساير داروهاي ضدافسردگي اثرات درماني حاصل نشد،مي‌توان از اين داروها

استفاده نمود.خطرناكترين داروي MAOIs ترانيل‌سايپرومين است كه داراي اثر محرك‌است داروي انتخابي ايزوكربوكسازيدمي‌باشد كه اثر محرك كمتري دارد.
گفته مي‌شود كه بيماران افسرده وفوبيك با خصوصيات آتيپيكhypochondriacal و هيستريك به MAOIsبهتر پاسخ مي‌دهند. اما به هر حال در تمام‌بيماراني كه مقاوم به ساير داروهاي ضدافسردگي هستند درمان با MAOIs بايدمورد ارزيابي قرار گيرد. پاسخ به اين‌داروها ممكن است سه هفته يا بيشتر طول‌بكشد و براي اين كه حداكثر پاسخ ايجادشود به يك يا دو هفته ديگر زمان نيازباشد. در صورت لزوم قطع داروهايMAOIs بايد تدريج؟ صورت گيرد.
ج ـ داروهاي مهار كننده انتخابي باز جذب‌سروتونين (SSRIs): اين داروها، برداشت‌مجدد سروتونين را بطور انتخابي مهارمي‌كنند و نسبت به ضد افسردگي‌هاي سه‌حلقه‌اي اثرات سداتيو و نيز اثرات‌آنتي‌موسكاريني و سميت قلبي كمتري‌دارند و نيز موجب افزايش وزن نمي‌شوند.عوارض گوارشي آنها (اسهال تهوع واستفراغ وابسته به مقدار مصرف بوده‌ممكن است سردرد، بيقراري و اضطراب‌نيز ايجاد كنند.

AMITRIPTYLINE HCl

موارد مصرف آمي‌تريپ‌تيلين براي درمان‌بيماري افسردگي بخصوص وقتي كه‌تسكين رواني مورد نياز باشد و نيز شب‌ادراري كودكان تجويز مي‌شود.
مكانيسم اثر: از طريق مهار برداشت مجددنوراپي‌نفرين و سروتونين توسط پايانه‌سلول عصبي پيش‌سيناپسي غلظت‌سيناپسي آنها را در سيستم عصبي‌مركزي افزايش مي‌دهد.
فارماكوكينتيك اين دارو پس از تجويزخوراكي به سرعت و بطور كامل جذب‌مي‌شود. داراي متابوليسم گذر اول كبدي‌بوده و متابوليت فعال آن نور تريپ‌تيلين‌مي‌باشد. راه دفع دارو از طريق كليه است
موارد منع مصرف در موارد سكته قلبي‌اخير، آريتمي (بخصوص ايست قلبي ،حالات مانيك و نارسائي كبدي نبايدمصرف شود.
هشدارها: در موارد زير مصرف اين دارو بااحتياط صورت گيرد:
بيماري قلبي ـ عروقي سابقه صرع سالمندان نارسايي كبدي بيماري‌تيروئيد، فئوكروموسيتوم سابقه مانيا،جنون گلوكوم با زاويه بسته سابقه‌احتباس ادرار، الكتروشوك درماني‌همزمان و پورفيري
عوارض جانبي خشكي دهان خواب‌آلودگي تاري ديد، يبوست تهوع اشكال در ادرار كردن عوارض قلبي ـعروقي واكنش‌هاي ازدياد حساسيت اختلالات رفتاري اختلالات حركتي تداخل‌در فعاليت جنسي تغييرات قند خون افزايش اشتها و وزن عوارض اندوكرين‌مثل ژنيكوماستي اختلالات خوني وهيپوناترمي از عوارض جانبي داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با مهار كننده‌هاي آنزيم MAOباعث‌تحريك CNS و بالا رفتن فشار خون‌مي‌گردد. اين دارو از طريق كاهش آستانه‌تشنج با اثر داروهاي ضد صرع مقابله‌مي‌كند. بعضي از داروهاي ضد صرع باكاهش غلظت پلاسمايي آمي‌تريپ‌تيلين اثرضد افسردگي آن را كاهش مي‌دهند. اين‌دارو اثر پايين آورنده فشار خون كلونيدين‌و گوانتيدين را كاهش مي‌دهد و در صورت‌قطع ناگهاني اين دو دارو، خطر افزايش‌فشار خون زياد مي‌شود.مصرف همزمان‌با فنوتيازين‌ها موجب افزايش عوارض‌جانبي آنتي موسكاريني مي‌شود. مصرف‌همزمان با نورآدرنالين باعث افزايش فشارخون و با آدرنالين باعث پرفشاري خون وآريتمي مي‌گردد اما تجويز همزمان‌بي‌حس كننده‌هاي موضعي حاوي‌آدرنالين بنظر مي‌رسد كه بي‌خطر باشد.سايمتيدين با مهار متابوليسم اين دارو،غلظت پلاسمايي آن را افزايش مي‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ از قطع ناگهاني‌مصرف دارو پرهيز شود. در صورت نياز،كاهش مقدار مصرف بايد تدريجي و درطول يك دوره حداقل 4

هفته‌اي بايد انجام‌شود.
2 ـ در هفته‌هاي اول درمان به دليل افزايش‌تمايل به خودكشي بايد بيمار را تحت نظرقرار داد.
3 ـ بيش از يك داروي ضدافسردگي در يك زمان نبايد تجويز شود.
4 ـ براي شروع اثرات درماني اين داروحداقل 2 هفته وقت لازم است
5 ـ مصرف دارو توسط سالمندان بايد باحداقل مقدار شروع شود زيرا به عوارض‌جانبي اين دارو حساس‌ترند.
6 ـ به علت نيمه عمر طولاني دارو، تجويزيكباره مقادير آن در موقع خواب كفايت‌مي‌كند.
7 ـ به بيمار يادآوري شود كه در صورت‌بروز علائم آنتي‌موسكاريني به درمان‌ادامه دهد چون به اين اثرات تا حدي تحمل‌حاصل مي‌شود.
8 ـ در صورت وجود سابقه مصرف مهاركننده‌هاي آنزيم MAO ، بايد دو هفته بعد ازقطع آن مصرف آمي‌تريپ تيلين را آغازكند.
9 ـ در صورت ضرورت مصرف داروي‌مهار كننده MAO بايد حداقل يك هفته بين‌قطع اين دارو و شروع داروي جديد فاصله‌زماني ايجاد شود.
10 ـ اين دارو با ايجاد خواب‌آلودگي ممكن‌است بر اعمالي كه نياز به مهارت دارند مثل‌رانندگي تأثير بگذارد.
مقدار مصرف در كنترل افسردگي از راه‌خوراكي ابتدا 75 ميلي‌گرم (در بالغين وسالمندان 30-75 ميلي‌گرم در روز، درمقادير منقسم و يا بصورت يك جا در موقع‌خواب مصرف مي‌شود و سپس بتدريج‌براساس نياز تا حداكثر 150 ميلي‌گرم‌افزايش مي‌يابد. مقدار داروي نگهدارنده‌بطور معمول 50-100 mg/day مي‌باشد.
در شب ادراري كودكان 7-10 سال 10-20 ميلي‌گرم و در بچه‌هاي 11-16سال 25-50 ميلي‌گرم هنگام خواب‌مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Coated Tablet: 10 mg, 25mg
Scored Coated Tablet: 100 mg

CLOMIPRAMINE HCl

موارد مصرف كلوميپرامين براي درمان‌بيماري افسردگي حالات ترس وسواس ودرمان كمكي ضعف عمومي عضلاني‌همراه با ناركولپسي تجويز مي‌شود.
مكانيسم اثر: از طريق مهار برداشت مجددنوراپي‌نفرين و سروتونين توسط غشاءپايانه سلول عصبي پيش‌سيناپسي غلظت‌سيناپسي آنها را در سيستم عصبي‌مركزي افزايش مي‌دهد.
فارماكوكينتيك اين دارو پس از تجويزخوراكي به سرعت و بطور كامل جذب‌مي‌شود. داراي متابوليسم گذر اول از كبداست ولي متابوليت فعال ندارد. راه دفع‌دارو از طريق كليه است
موارد منع مصرف در موارد سكته قلبي‌اخير، آريتمي (بخصوص ايست قلبي ،حالات مانيك و نارسائي كبدي نبايدمصرف شود.
هشدارها: در موارد زير مصرف اين دارو بااحتياط صورت گيرد:
بيماري قلبي ـ عروقي سابقه صرع سالمندان نارسايي كبدي بيماري‌تيروئيد، فئوكروموسيتوم سابقه مانيا،جنون گلوكوم با زاويه بسته سابقه‌احتباس ادراري الكتروشوك درماني‌همزمان و پورفيري
عوارض جانبي خشكي دهان خواب‌آلودگي تاري ديد، يبوست تهوع اشكال در ادرار كردن عوارض قلبي ـعروقي واكنش‌هاي ازدياد حساسيت اختلالات رفتاري اختلالات حركتي تداخل‌در فعاليت جنسي تغييرات قند خون افزايش اشتها و وزن عوارض اندوكرين‌مثل ژنيكوماستي اختلالات خوني وهيپوناترمي از عوارض جانبي داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان باداروهاي ضدآريتمي خطر آريتمي بطني راافزايش مي‌دهد. مصرف همزمان اين داروبا مهار كننده‌هاي آنزيم MAO باعث‌تحريك CNS و بالا رفتن فشار خون‌مي‌گردد. اين دارو از طريق كاهش آستانه‌تشنج با اثر داروهاي ضد صرع مقابله‌مي‌كند. بعضي از داروهاي ضد صرع باكاهش غلظت پلاسمايي اين دارو، اثر ضدافسردگي آن را كاهش مي‌دهند. اين داروباثر پايين آورنده فشار خون كلونيدين وگوانتيدين را كاهش مي‌دهد و در صورت‌قطع ناگهاني اين دو دارو خطر افزايش‌فشار خون زياد مي‌شود. مصرف همزمان‌اين دارو با فنوتيازين‌ها موجب افزايش‌عوارض جانبي آنتي‌موسكاريني مي‌شود.مصرف همزمان اين داروها با نورآدرنالين‌باعث افزايش فشار خون و با آدرنالين‌باعث پرفشاري خون و آريتمي مي‌گرددداما تجويز همزمان با بي‌حس كننده‌هاي‌موضعي حاوي آدرنالين به نظر مي‌رسدكه بي‌خطر باشد. سايمتيدين با مهارمتابوليسم اين دارو، غلظت پلاسمايي آن راافزايش

مي‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ از قطع ناگهاني‌مصرف دارو پرهيز شود. در صورت نياز،كاهش مقدار مصرف بصورت تدريجي ودر طول يك دوره حداقل 4 هفته‌اي بايدانجام شود.
2 ـ در هفته‌هاي اول درمان به دليل افزايش‌تمايل به خودكشي بايد بيمار تحت نظرباشد.
3 ـ بيش از يك داروي ضد افسردگي دريك زمان نبايد تجويز شود.
4 ـ براي شروع اثرات درماني اين داروحداقل 2 هفته وقت لازم است
5 ـ درمان سالمندان بايد با حداقل مقدارشروع شود زيرا به عوارض جانبي اين‌دارو حساس‌ترند.
6 ـ به علت نيمه عمر طولاني دارو، تجويزيكباره مقادير آن در موقع خواب كفايت‌مي‌كند.
7 ـ به بيمار يادآوري شود كه در صورت‌بروز علائم آنتي‌موسكاريني به درمان‌ادامه دهد چون به اين اثرات تا حدي تحمل‌حاصل مي‌شود.
8 ـ در صورت مصرف مهاركننده‌هاي‌آنزيم MAO توسط بيمار، بايد دو هفته بعداز قطع آن مصرف اين دارو را آغاز كند.
9 ـ در صورت ضرورت مصرف داروي‌مهار كننده MAO بايد حداقل يك هفته ميان‌قطع اين دارو و شروع داروي جديد فاصله‌ايجاد شود.
10 ـ اين دارو با ايجاد خواب‌آلودگي ممكن‌است بر اعمالي كه نياز به مهارت دارند مثل‌رانندگي تأثير بگذارد.
11 ـ مصرف اين دارو در كودكان توصيه‌نمي‌شود.
مقدار مصرف در درمان افسردگي ابتدا10 mg/day مصرف مي‌شود و سپس‌براساس نياز تا مقدار 30-150 ميلي‌گرم‌بصورت تدريجي افزايش مي‌يابد و به‌صورت منقسم يا يكجا در موقع خواب‌مصرف مي‌گردد. حداكثر مقدار مصرف
250 mg/day است مقدار معمول نگهدارنده50-100 mg/day است در سالمندان درابتدا 10 mg/day و بعد تا 30-50 mg/dayتجويز مي‌شود.
در حالات ترس و وسواس با مقدار 25mg/day درمان آغاز مي‌شود (سالمندان 10mg/day)، بعد در طول دو هفته با افزايش‌تدريجي آنرا به 100-150 mg/day افزايش‌مي‌دهند. و درمان كمكي ضعف عمومي‌عضلاني همراه با ناركولپسي ابتدا10 mg/day مصرف مي‌شود و سپس‌بتدريج تا نايل شدن به پاسخ رضايت‌بخش‌بطور تدريجي مقدار مصرف تا10-75mg/day افزايش مي‌يابد.
اشكال دارويي
Coated Tablet: 10 mg, 25 mg

DESIPRAMINE HCl

موارد مصرف اين دارو براي درمان‌بيماري افسردگي بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: دزيپرامين از طريق مهاربرداشت مجدد نوراپي‌نفرين و سروتونين‌توسط غشاء پايانه سلول عصبي پيش‌سيناپسي غلظت آنها را در سيستم عصبي‌مركزي افزايش مي‌دهد.
فارماكوكينتيك اين دارو پس از تجويزخوراكي به سرعت و بطور كامل جذب‌مي‌شود. داراي متابوليسم گذر اول كبدي‌است دارو فاقد متابوليت فعال است 96%آن به پروتئين‌هاي پلاسما متصل مي‌شود.دفع دارو از كليه است
موارد منع مصرف در موارد سكته قلبي‌اخير، (بخصوص ايست قلبي ، حالات‌مانيك و نارسائي كبدي نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: در موارد زير مصرف اين داروبايد با احتياط صورت گيرد:
بيماري قلبي ـ عروقي سابقه صرع سالمندان نارسايي كبدي (اگر شديد باشداز مصرف دارو بايد پرهيز شود)، بيماري‌تيروئيد، فئوكروموسيتوم سابقه مانيا،جنون گلوكوم با زاويه بسته سابقه‌احتباس ادراري الكتروشوك درماني‌همزمان و پورفيري
عوارض جانبي خشكي دهان تاري‌ديد(اختلال در تطابق افزايش فشار داخل‌چشم ، يبوست تهوع اشكال در ادراركردن عوارض قلبي ـ عروقي تداخل درفعاليت جنسي تغييرات قند خون افزايش‌اشتها و وزن از عوارض جانبي اين درواست
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان باداروهاي ضد آريتمي خطر آريتمي بطني راافزايش مي‌دهد. مصرف همزمان اين داروبا مهار كننده‌هاي آنزيم MAO باعث‌تحريك CNS و بالا رفتن فشار خون‌مي‌گردد. اين دارو از طريق كاهش آستانه‌تشنج با اثر داروهاي ضد صرع مقابله‌مي‌كند. بعضي از داروهاي ضد صرع باكاهش غلظت پلاسمايي اين دارو، اثرضدافسردگي آن را كاهش مي‌دهند. اين‌دارو اثر پايين‌آورنده فشار خون كلونيدين‌و گوانتيدين را كاهش مي‌دهد و در صورت‌قطع ناگهاني اين دو دارو خطر افزايش‌فشار خون زياد مي‌شود. مصرف همزمان‌اين دارو با فنوتيازين‌ها موجب افزايش‌عوارض جانبي آنتي‌موسكاريني مي‌شود.مصرف همزمان اين دارو با نور آدرنالين‌باعث افزايش فشار خون و با آدرنالين‌باعث پرفشاري خون و آريتمي مي‌گرددداما مصرف همزمان با بي‌حس كننده‌هاي‌موضعي حاوي آدرنالين بنظر مي‌رسد كه‌بي‌خطر باشد. سايمتيدين با مهارمتابوليسم اين دارو، غلظت پلاسمايي آن راافزايش مي‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ از قطع ناگهاني‌مصرف دارو پرهيز شود. در صورت

نياز،كاهش مقدار مصرف بايد تدريجي و درطول يك دوره حداقل 4 هفته‌اي انجام شود.
2 ـ در هفته‌هاي اول درمان به دليل افزايش‌تمايل به خودكشي بيمار بايد تحت نظرباشد.
3 ـ بيش از يك داروي ضدافسردگي در يك‌زمان نبايد تجويز شود.
4 ـ براي شروع اثرات درماني اين داروحداقل 2 هفته وقت لازم است
5 ـ به علت نيمه عمر طولاني دارو، تجويزيكباره آن در موقع خواب كفايت مي‌كند.
6 ـ به بيمار يادآوري شود كه در صورت‌بروز علائم آنتي‌موسكاريني به درمان‌ادامه دهد چون به اين اثرات تا حدي تحمل‌حاصل مي‌شود.
7 ـ در صورت مصرف مهار كننده‌هاي‌آنزيم MAO توسط بيمار، بايد دو هفته بعد از قطع آنها، مصرف اين دارو را آغازكند.
8 ـ در صورت ضرورت مصرف داروي‌مهار كننده MAO بايد حداقل يك هفته ميان‌قطع اين دارو و شروع داروي جديد فاصله‌ايجاد شود.
مقدار مصرف 75 ميلي‌گرم در مقاديرمنقسم يا يكجا هنگام خواب مصرف‌مي‌شود. در صورت لزوم مقدار مصرف‌آن تا حداكثر 200 ميلي‌گرم افزايش‌مي‌يابد. در افسردگي مقاوم تا حداكثر 300ميلي‌گرم در 24 ساعت مصرف مي‌شود(در صورت امكان غلظت پلاسمائي‌اندازه‌گيري شود). مقدار مصرف‌نگهدارنده 75-100 ميلي‌گرم در روزخواهد بود. در سالمندان ابتدا روزانه 25ميلي‌گرم مصرف مي‌شود و سپس تا حدنيمي از حداكثر مقدار مصرف بالغين آنراتدريج؟ افزايش مي‌دهند.
اشكال دارويي
Scored Tablet: 25 mg

FLUOXETINE

موارد مصرف فلوكستين براي درمان‌افسردگي وسواس و Bulimia nervosaتجويز مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو با مهار اختصاصي‌برداشت مجدد سروتونين توسط غشاي‌سلول عصبي پيش سيناپسي كه منجر به‌افزايش غلظت سيناپسي آن در سيستم‌عصبي مركزي مي‌گردد، اثر خود را اعمال‌مي‌كند.
فارماكوكينتيك از راه خوراكي بخوبي‌جذب مي‌شود. در كبد متابوليزه و به‌متابوليت فعال تبديل مي‌گردد كه به‌آهستگي دفع مي‌شود. البته دفع كامل آن‌چند هفته طول مي‌كشد.
هشدارها: در موارد زير اين دارو بايد بااحتياط فراوان مصرف شود: بيماري قلبي صرع (در صورت وقوع حملات صرعي مصرف دارو قطع شود)، درمان همزمان باالكتروشوك سابقه مانيا، نارسايي كبدي وكليوي
عوارض جانبي عوارض گوارشي شامل‌تهوع استفراغ سوء هاضمه درد شكم اسهال و يبوست شايع هستند. بي‌اشتهايي‌همراه با كاهش وزن و تغيير احتمالي درقند خون واكنش‌هاي افزايش حساسيت خشكي دهان اضطراب سردرد،بي‌خوابي تپش قلب لرزش دست و پا،توهم گيجي كمي فشارخون هيپومانيا يامانيا، خواب آلودگي تشنج تب اختلالات‌خوني اختلال عملكرد جنسي تعريق اختلالات حركتي و كاهش سديم خون ازسايرعوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي اين دارو اثر وارفارين‌را افزايش مي‌دهد. در مصرف همزمان بامهار كننده‌هاي مونوآمين اكسيداز، اثرات‌مركزي اين داروها افزايش مي‌يابد و خطرسميت وجود خواهد داشت غلظت‌پلاسمايي بعضي از داروهاي ضدافسردگي سه حلقه‌اي توسط اين داروافزايش مي‌يابد. اين دارو با افزايش آستانه‌تشنج و نيز با افزايش غلظت پلاسمايي‌كاربامازپين و فني توئين اثر داروهاي ضدصرع را تغيير مي‌دهد. اين دارو غلظت‌پلاسمايي هالوپريدول را افزايش مي‌دهد.مصرف همزمان اين دارو با داروهاي‌دوپامينرژيك موجب تحريك CNS وزيادي فشارخون مي‌گردد. مصرف‌همزمان اين دارو با ليتيوم خطر سميتCNS را افزايش مي‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت بروزبثورات جلدي مصرف دارو بايد متوقف‌شود.
2 ـ اگر تشنجات صرعي با مصرف اين‌دارو بدتر شدند، مصرف دارو بايد قطع‌شود.
3 ـ از قطع ناگهاني مصرف اين دارو بايداجتناب شود.
4 ـ مصرف اين دارو حداقل 2 هفته پس ازقطع مصرف داروهاي مهار

کننده آنزیم‌مونوآمین اکسیداز باید صورت پذیرد.
5 ـ مصرف داروهاي مهارکننده آنزیم‌مونوآمین اکسیداز باید حداقل پنج هفته‌پس از قطع مصرف این دارو، شروع شود.
6 ـ این دارو داراي نیمه عمر طولاني‌مي‌باشد و در تنظیم مقدار مصرف یا درحالات مصرف بیش از حد، این مسئله راباید مد نظر داشت
7 ـ مصرف این دارو در کودکان توصیه‌نمي‌شود.
مقدار مصرف در درمان افسردگي روزانه20 میلي‌گرم و در حالات وسواس ابتدا20 mg/day مصرف مي‌شود و اگر بعد ازچند هفته بهبودي حاصل نشد، مي‌توان‌مقدار مصرف دارو را افزایش داد، اما خطربروز عوارض جانبي نیز زیاد مي‌شود،حداکثر مقدار مصرف 60 mg/day است درBulimia nervosa مقدار 60 mg/day تجویزمي‌شود.
اشکال دارویي
Capsule : 20 mg

IMIPRAMINE HCl

موارد مصرف ايميپرامين براي رفع بيماري‌افسردگي و نيز شب‌ادراري در كودكان‌تجويز مي‌شود.
مكانيسم اثر: از طريق مهار برداشت مجددنوراپي‌نفرين و سروتونين توسط پايانه‌سلول عصبي پيش‌سيناپسي غلظت‌سيناپسي آنها را در سيستم عصبي‌مركزي افزايش مي‌دهد.
فارماكوكينتيك اين دارو پس از تجويزخوراكي به سرعت و بطور كامل جذب‌مي‌شود. داراي متابوليسم گذر اول كبدي‌بوده و متابوليت فعال آن دزيپرامين‌مي‌باشد. راه دفع دارو كليوي است
موارد منع مصرف در موارد سكته قلبي‌اخير، آريتمي (بخصوص ايست قلبي ،حالات مانيك و نارسائي كبدي نبايدمصرف شود.
هشدارها: در موارد زير مصرف اين دارو بااحتياط صورت گيرد:
بيماري قلبي ـ عروقي سابقه صرع‌نارسايي كبدي بيماري تيروئيد،فئوكروموسيتوم سابقه مانيا، جنون گلوكوم با زاويه بسته سابقه احتباس‌ادرار، الكتروشوك درماني همزمان وپورفيري
عوارض جانبي خشكي دهان خواب‌آلودگي تاري ديد، يبوست تهوع اشكال در ادرار كردن عوارض قلبي ـعروقي واكنش‌هاي ازدياد حساسيت اختلالات رفتاري اختلالات حركتي تداخل‌در فعاليت جنسي تغييرات قند خون افزايش اشتها و وزن عوارض اندوكرين‌مثل ژنيكوماستي اختلالات خوني وهيپوناترمي از عوارض جانبي داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان باداروهاي ضد آريتمي خطر آريتمي بطني راافزايش مي‌دهد. مصرف همزمان اين دارو بامهار كننده‌هاي آنزيم MAOباعث تحريكCNS و بالا رفتن فشار خون مي‌گردد. اين‌دارو از طريق كاهش آستانه تشنج با اثرداروهاي ضد صرع مقابله مي‌كند. بعضي ازداروهاي ضد صرع با كاهش غلظت‌پلاسمايي اين دارو، اثر ضد افسردگي آن راكاهش مي‌دهند. اين دارو اثر پايين آورنده‌فشار خون كلونيدين و گوانتيدين را كاهش‌مي‌دهد و در صورت قطع ناگهاني اين دودارو خطر افزايش فشار خون زياد مي‌شود.مصرف همزمان اين دارو با فنوتيازين‌هاموجب افزايش عوارض جانبي‌آنتي‌موسكاريني مي‌شود. مصرف همزمان‌اين دارو با نورآدرنالين باعث افزايش فشارخون و با آدرنالين باعث زيادي فشارخون وآريتمي مي‌گردد اما تجويز همزمان بابي‌حس كننده‌هاي موضعي حاوي آدرنالين‌بنظر مي‌رسد كه بي‌خطر باشند. سايمتيدين‌با مهار متابوليسم اين دارو، غلظت‌پلاسمايي آن را افزايش مي‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ از قطع ناگهاني‌مصرف دارو پرهيز شود. در صورت

نياز،كاهش مقدار مصرف بتدريج در طول يك‌دوره حداقل 4 هفته‌اي بايد انجام شود.
2 ـ در هفته‌هاي اول درمان به دليل افزايش‌تمايل به خودكشي بايد بيمار را تحت‌نظرقرار داد.
3 ـ بيش از يك داروي ضدافسردگي دريك‌زمان نبايد تجويز شود.
4 ـ براي شروع اثرات درماني اين داروحداقل 2 هفته وقت لازم است
5 ـ درمان سالمندان بايد با حداقل مقدارشروع شود زيرا به عوارض جانبي اين‌دارو حساس ترند.
6 ـ به علت نيمه عمر طولاني دارو، تجويزيكباره مقادير آن در موقع خواب كفايت‌مي‌كند.
7 ـ به بيمار يادآوري شود كه در صورت‌بروز علائم آنتي‌موسكاريني به درمان‌ادامه دهد چون به اين اثرات تا حدي تحمل‌حاصل مي‌شود.
8 ـ در صورت وجود سابقه مصرف مهاركننده‌هاي آنزيم MAO توسط بيمار، بايددو هفته بعد از قطع آن مصرف اين دارو راآغاز نمود.
9 ـ در صورت ضرورت مصرف داروهاي‌مهار كننده MAO بايد حداقل يك هفته ميان‌قطع اين دارو و شروع مصرف داروي‌جديد فاصله ايجاد شود.
10 ـ اين دارو با ايجاد خواب‌آلودگي ممكن‌است بر اعمالي كه نياز به مهارت دارند،مثل رانندگي تأثير بگذارد.
مقدار مصرف در افسردگي ابتدا تا حداكثر75 mg/day در مقادير منقسم مصرف‌مي‌شود و سپس بتدريج تا ميزان150-200 ميلي‌گرم افزايش مي‌يابد (تا300 ميلي‌گرم در بيماران بستري . ممكن‌است تا حداكثر 150 ميلي‌گرم بصورت يك‌جا در موقع خواب تجويز شود. مقدارداروي نگهدارنده 50-100 mg/day است در سالمندان ابتدا 10 mg/day تجويزمي‌شود كه بتدريج به 30-50 ميلي‌گرم‌افزايش مي‌يابد. براي درمان شب‌ادراري در كودكان 7 ساله 25 ميلي‌گرم 8-11ساله 25-50 ميلي‌گرم بيش از 11 سال5-75 ميلي‌گرم در موقع خواب تجويزمي‌شود. حداكثر دوره درمان 3 ماه‌مي‌باشد.
اشكال دارويي
:As HCl
Coated Tablet: 10 mg, 25 mg, 50 mg
Injection: 25 mg/2ml

موارد مصرف اين دارو براي بهبود بيماري‌افسردگي بخصوص وقتي تسكين لازم‌باشد، تجويز مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو برداشت مجددسروتونين و نوراپي نفرين به داخل پايانه‌عصبي را مهار مي‌كند و در نتيجه باعث‌افزايش تحريك گيرنده‌ها مي‌شود.
فارماكوكينتيك ماپروتيلين از طريق‌خوراكي جذب متغيري دارد. در كبدمتابوليزه شده و داراي متابوليت فعال‌مي‌باشد. 88% دارو به پروتئين‌هاي پلاسمامتصل مي‌شود. نيمه عمر پلاسمايي آن52ـ21 ساعت مي‌باشد.
موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه بيماري صرع يا بيماري شديد كبدي‌نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد زير اين دارو بايد بااحتياط فراوان مصرف شود:
بيماري قلبي (بخصوص آريتمي ، سابقه‌صرع سالمندان نارسايي كبدي بيماري‌تيروئيد، فئوكروموسيتوم سابقه مانيا،سايكوز، گلوكوم با زاويه باريك سابقه‌احتباس ادراري درمان همزمان با شوك‌الكتريكي
2 ـ از قطع ناگهاني مصرف اين داروا‌جتناب شود.
3 ـ اين دارو با ايجاد خواب آلودگي دراعمالي كه نياز به دقت دارند، مثل رانندگي اختلال ايجاد مي‌كند.
عوارض جانبي خشكي دهان خواب‌آلودگي تاري ديد، اختلال در تطابق وافزايش فشار داخل چشم يبوست تهوع اشكال در ادرار كردن افت فشار خون‌وضعيتي افزايش ضربان قلب سنكوپ آريتمي تعريق بثورات جلدي لرزش‌دست كهير، اختلالات رفتاري (بخصوص‌در كودكان ، هيپومانيا، توهم (بخصوص‌در سالمندان ، افزايش اشتها، تغيير وزن تشنج اختلالات حركتي و ديسكينزي تب آگرانولوسيتوز، لوكوپني ائوزينوفيلي ترومبوسيتوپني كاهش سديم خون واختلال در عملكرد كبد از عوارض جانبي‌دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي در صورت مصرف‌همزمان اين دارو با داروهاي ضد آريتمي‌خطر بروز آريتمي افزايش مي‌يابد.ريفامپين غلظت پلاسمايي اين دارو راكاهش داده و موجب كاهش اثرات آن‌مي‌شود. در صورت مصرف همزمان باداروهاي ضد افسردگي مهار كننده آنزيم‌مونوآمينواكسيداز، تحريك سيستم‌اعصاب مركزي و افزايش فشار خون رخ‌مي‌دهد. اين دارو اثر ضد تشنج داروهاي‌ضد صرع را كاهش مي‌دهد. در صورت‌مصرف همزمان با آنتي هيستامين‌ها،اثرات سداتيو و آنتي موسكاريني افزايش‌مي‌يابد. مصرف همزمان اين دارو باترفنادين موجب افزايش خطر

بروزآريتمي بطني مي‌گردد. اين دارو اثرداروهاي كاهنده فشار خون را افزايش‌داده اما اثر كلونيدين و گوانيتيدين راكاهش مي‌دهد. مصرف همزمان اين دارو باداروهاي ضد جنون فنوتيازيني موجب‌افزايش غلظت پلاسمايي اين دارو وافزايش اثرات ضد موسكاريني مي‌گردد.اين دارو اثر شل كننده عضلاني باكلوفن راافزايش مي‌دهد. داروهاي ضد بارداري‌خوراكي اثر ضد افسردگي اين دارو راكاهش مي‌دهند. سايمتيدين غلظت‌پلاسمايي اين دارو را افزايش مي‌دهد.

نكات قابل توصيه 1 ـ قطع مصرف اين داروبايد بتدريج انجام شود.

2 ـ مصرف اين دارو بايستي حداقل 2 هفته‌پس از قطع مصرف داروي ضد افسردگي‌مهار كننده آنزيم آمينواكسيداز شروع‌شود. با اين وجود، حداقل يك هفته پس ازقطع مصرف اين دارو، مي‌توان مصرف‌ساير داروهاي ضد افسردگي را آغازنمود.

مقدار مصرف در ابتدا 75 ـ 25 ميلي‌گرم سالخوردگان 30 ميلي‌گرم در روز در 3مقدار منقسم يا به‌صورت مقدار واحدهنگام خواب مصرف مي‌شود كه درصورت نياز مي‌توان مقدار مصرف را تاحداكثر 150mg/day به‌صورت تدريجي‌افزايش داد. مصرف اين دارو در كودكان‌توصيه نمي‌شود.

اشكال دارويي

Tablet : 25 mg, 75 mg

موارد مصرف نورتريپ‌تيلين براي درمان‌بيماري افسردگي و نيز شب ادراري دركودكان تجويز مي‌شود.
مكانيسم اثر: از طريق مهار برداشت مجددنوراپي‌نفرين و سروتونين توسط پايانه‌سلول عصبي پيش‌سيناپسي غلظت‌سيناپسي آنها را در سيستم عصبي‌مركزي افزايش مي‌دهد.
فارماكوكينتيك اين دارو پس از تجويزخوراكي به سرعت و بطور كامل جذب‌مي‌شود. داراي متابوليسم گذر اول كبدي‌است راه دفع دارو كليوي است
موارد منع مصرف در موارد سكته قلبي‌آريتمي (بخصوص ايست قلبي ، حالات‌مانيك و نارسائي كبدي نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: در موارد زير مصرف اين دارو بااحتياط صورت گيرد:
بيماري قلبي عروقي سابقه صرع سالمندان نارسايي كبدي بيماري‌تيروئيد، فئوكروموسيتوم سابقه مانيا،جنون گلوكوم با زاويه بسته سابقه‌احتباس ادراري الكتروشوك درماني‌همزمان و پورفيري
عوارض جانبي خشكي دهان خواب‌آلودگي تاري ديد، يبوست تهوع اشكال در ادرار كردن عوارض قلبي ـعروقي تداخل در فعاليت جنسي تغييرات‌قند خون افزايش اشتها و وزن از عوارض‌جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان باداروهاي ضد آريتمي خطر آريتمي بطني راافزايش مي‌دهد. مصرف همزمان اين داروبا مهار كننده‌هاي آنزيم MAO باعث‌تحريك CNS و بالا رفتن فشار خون‌مي‌گردد. اين دارو از طريق كاهش آستانه‌تشنج با اثر داروهاي ضد صرع مقابله‌مي‌كند. بعضي از داروهاي ضد صرع باكاهش غلظت پلاسمايي نورتريپ‌تيلين اثرضد افسردگي آن را كاهش مي‌دهند. اين‌دارو اثر پايين‌آورنده فشار خون كلونيدين‌و گوانتيدين را كاهش مي‌دهد و در صورت‌قطع ناگهاني اين دو دارو، خطر افزايش‌فشار خون زياد مي‌شود.
مصرف همزمان اين دارو با فنوتيازين‌هاموجب افزايش عوارض جانبي‌آنتي‌موسكارينيمي‌شود. مصرف‌همزمان اين داروها با نورآدرنالين باعث‌افزايش فشار خون و آريتمي مي‌گردد امامصرف همزمان با بي‌حس كننده‌هاي‌موضعي حاوي آدرنالين بنظر مي‌رسد كه‌بي‌خطر باشد. سايمتيدين با مهارمتابوليسم اين دارو، غلظت پلاسمايي آن راافزايش مي‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ از قطع ناگهاني‌مصرف دارو پرهيز شود. در صورت نياز،كاهش مقدار مصرف بتدريج و در طول يك‌دوره حداقل 4 هفته‌اي بايد صورت گيرد.

2 ـ در هفته‌هاي اول درمان به دليل افزايش‌تمايل به خودكشي بايد بيمار تحت‌نظرباشد.
3 ـ بيش از يك داروي ضد افسردگي دريك زمان نبايد تجويز شود.
4 ـ براي شروع اثرات درماني اين داروحداقل 2 هفته وقت لازم است
5 ـ درمان سالمندان بايد با حداقل مقدارمصرف شروع شود زيرا به عوارض‌جانبي اين دارو حساس‌ترند.
6 ـ به علت نيمه عمر طولاني دارو، تجويزيكباره مقادير آن در موقع خواب كفايت‌مي‌كند.
7 ـ به بيمار يادآوري شود كه در صورت‌بروز علائم آنتي‌موسكاريني به درمان‌ادامه دهد چون به اين اثرات تا حدي تحمل‌حاصل مي‌شود.
8 ـ در صورت وجود سابقه مصرف مهاركننده‌هاي آنزيم MAO توسط بيمار، بايددو هفته بعد از قطع آن مصرف اين دارو راآغاز نمود.
9 ـ در صورت ضرورت مصرف داروهاي‌مهار كننده MAO بايد حداقل يك هفته ميان‌قطع اين دارو و شروع مصرف داروي‌جديد فاصله ايجاد شود.
10 ـ اين دارو باايجاد خواب‌آلودگي ممكن‌است بر اعمالي كه نياز به مهارت دارند مثل‌رانندگي تأثير بگذارد.
مقدار مصرف در افسردگي درمان بامقادير كم‌آغاز و در صورت لزوم تا100-75 mg/day در مقادير منقسم يا يكجاافزايش مي‌يابد. (حداكثر مقدار مصرف150 mg/day در بيماران بستري مي‌باشد).در مقادير بيش از 100 mg/day اندازه‌گيري‌غلظت پلاسمايي بايد انجام شود. در بالغين‌و سالمندان 50mg/day-30 به صورت‌منقسم مصرف مي‌شود.
در شب ادراري كودكان 7 ساله 10ميلي‌گرم 8-11 ساله 10-20 ميلي‌گرم بيش از 11 سال 25-35 ميلي‌گرم در شب‌مصرف مي‌شود. حداكثر طول مدت‌مصرف 3 ماه مي‌باشد.
اشكال دارويي
Capsule/Scored Tablet (As HCl): 10 mg,25 mg

TRANYLCYPROMINE

موارد مصرف اين دارو براي درمان‌بيماري افسردگي تجويز مي‌شود.
مكانيسم اثر: ترانيل سايپرومين آنزيم‌مونوآمينواكسيداز (MAO) را بصورت‌برگشت‌پذير مهار مي‌كند. كاهش فعاليت اين‌آنزيم موجب افزايش غلظت ناقلهاي عصبي‌در محلهاي ذخيره آنها و دستگاه عصبي‌مركزي مي‌گردد. اين اثر، اساس فعاليت‌ضدافسردگي اين دارو مي‌باشد.
فارماكوكينتيك اين دارو از دستگاه گوارش‌بخوبي جذب مي‌شود و در كبد متابوليزه‌مي‌شود.
موارد منع مصرف در موارد نارسايي كبدي‌يا غيرطبيعي بودن تست‌هاي عملكرد كبد،بيماري عروق مغزي فئوكروموسيتوما،فازمانيك بيماران رواني دو قطبي و پركاري‌تيروئيد مصرف اين دارو منع شده است
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بااحتياط مصرف شود:
ديابت بيماري قلبي ـ عروقي صرع اختلالات خوني درمان همزمان باالكتروشوك سالمندان زيادي فشار خون بيماران تحريك‌پذير، پورفيري و جراحي
2 ـ در طول درمان با اين دارو فشارخون‌بيمار بايد كنترل شود. در صورت بروزطپش قلب يا سر درد مداوم مصرف اين‌دارو بايد قطع شود.
عوارض جانبي افت فشار خون وضعيتي وسرگيجه شايع‌ترين عوارض اين داروهستند. ساير عوارض شامل‌خواب‌آلودگي بيخوابي بحران فشار خون‌همراه با سردرد ضربان‌دار، ضعف وخستگي خشكي دهان يبوست اختلال‌گوارشي تاري ديد، سرخوشي افزايش‌ميزان آنزيم‌هاي كبدي آريتمي لرزش‌دست و پا، مشكل در ادرار كردن تعريق تشنج بثورات جلدي اختلال جنسي لوكوپني افزايش وزن توهم گيجي دراشخاص مستعد، يرقان نوريت ونوروپاتي محيطي هستند.
تداخل‌هاي دارويي اين دارو با مهار آنزيم‌مونوآمينواكسيداز، متابوليسم بعضي ازداروهاي آميني مثل داروهاي مقلدسمپاتيك با اثر غير مستقيم را كه دربسياري از فرآورده‌هاي ضد سرفه و ضداحتقان وجود دارند، مهار نموده و اثرمنقبض كننده عروقي آنها را ممكن است‌تشديد كند. همچنين اثر منقبض كننده‌عروقي تيرامين (موجود در بعضي غذاهامثل پنير كهنه و محصولات تخميري ممكن است بصورت خطرناكي تشديدشود. نتيجه اين تداخلات افزايش ناگهاني وخطرناك فشار خون است خطر اين تداخل‌تا 2 هفته پس از قطع مصرف داروي MAOIنيز وجود دارد.
مصرف همزمان اين دارو با داروهاي‌ضد درد ازجمله پتيدين و احتمالا ساير ضددردهاي اپيوئيدي موجب تحريك يا مهارCNS مي‌شود. مصرف همزمان

اين دارو باداروهاي ضدافسردگي سه حلقه‌اي منجربه تحريك CNS و زيادي فشار خون‌مي‌گردد. مصرف همزمان دارو باداروهاي ضدافسردگي دسته SSRIs ممكن‌است باعث افزايش اثرات مضعف CNS وسميت گردد. در صورت مصرف همزمان‌مت‌فورمين و سولفونيل اوره‌ها اثر كاهنده‌قند خون آنها، افزايش مي‌يابد. اين دارو باكاهش دادن آستانه تشنج با اثرات ضدتشنجي داروهاي ضد صرع ضديت‌مي‌كند. مصرف همزمان با داروهاي ضدجنون منجر به تحريك CNSوهيپرتانسيون مي‌گردد. مصرف همزمان‌اين دارو با داروهاي مقلد سمپاتيك موجب‌بحران زيادي فشار خون مي‌گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي بروز اثرات‌درماني اين دارو حداقل 3 هفته وقت لازم‌است
2 ـ قطع مصرف اين دارو بايد تدريج؟ انجام‌شود.
3 ـ از مصرف همزمان اين دارو با سايرداروهاي ضد افسردگي بايد پرهيز شود.
4 ـ ساير داروهاي ضدافسردگي بايدحداقل 2 هفته پس از قطع مصرف اين داروتجويز شوند.
5 ـ مصرف اين دارو بايد حداقل يك هفته‌پس از قطع مصرف ساير داروهاي‌ضدافسردگي و در مورد فلوكستين حداقل‌پنج هفته بعد، شروع شود.
6 ـ از مصرف كاربامازپين ولوودوپا،حداقل تا 2 هفته پس از قطع مصرف اين‌دارو، پرهيز شود.
7 ـ در صورت بروز طپش قلب يا سردردمداوم با اين دارو، مصرف دارو بايد قطع‌شود.
مقدار مصرف ابتدا 10 ميلي‌گرم دوبار درروز كه حداكثر تا ساعت 3 بعدازظهرمصرف مي‌شود، تجويز مي‌گردد. درصورت لزوم پس از يك هفته مقدار داروي‌روزانه را تا 20 ميلي‌گرم مي‌توان افزايش‌داد. مقادير بيش از 30 ميلي‌گرم را تحت‌مراقبت دقيق بايد تجويز نمود. مقدارداروي نگهدارنده 10 mg/day است
اشكال دارويي
Tablet: 10 mg

TRAZODONE HCl

موارد مصرف ترازودون براي درمان‌افسردگي بخصوص وقتي تسكين لازم‌باشد تجويز مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو برداشت مجددسروتونين به داخل پايانه عصبي را مهارمي‌كند و در نتيجه سروتونين مدت زمان‌بيشتري گيرنده‌هاي خود را تحريك‌مي‌كند.
فارماكوكينتيك اين دارو از طريق خوراكي‌جذب متغير دارد. نيمه عمر پلاسمايي آن4-9 ساعت است در كبد متابوليزه شده وداراي متابوليت فعال مي‌باشد. 95 درصدبه پروتئين‌هاي پلاسما متصل مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت وجود سكته‌اخير قلبي آريتمي بيماري شديد كبدي فاز مانيك افسردگي دو قطبي نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد زير اين دارو بااحتياط مصرف شود:
بيماري قلبي سابقه صرع سالمندان نارسايي كبدي بيماري تيروئيد،فئوكروموسيتوم سابقه مانيا، سايكوز،گلوكوم با زاويه باريك سابقه احتباس‌ادراري درمان همزمان با شوك الكتريكي پورفيري
2 ـ از قطع ناگهاني مصرف اين دارو بايداجتناب شود.
3 ـ اين دارو با ايجاد خواب‌آلودگي دراعمالي كه نياز به دقت دارند مثل رانندگي اختلال ايجاد مي‌كند.
4 ـ اگر با مصرف اين دارو نعوظ مداوم‌بروز كرد، مصرف دارو بايستي بلافاصله‌متوقف گردد.
عوارض جانبي خشكي‌دهان خواب‌آلودگي تاري ديد، اختلال در تطابق و افزايش فشارداخل چشم يبوست تهوع اشكال در ادراركردن تعريق نعوظ مداوم بثورات جلدي لرزش دست كهير، اختلالات رفتاري بخصوص در كودكان ، هيپومانيا، توهم بخصوص در سالمندان ، افزايش اشتها،تغيير وزن تشنج اختلالات حركتي وديسكنزي تب آگرانولوسيتوز، لوكوپني ائوزينوفيلي ترومبوسيتوپني هيپوناترمي و اختلال در عملكرد كبد ازعوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي اين دارو با اثر ضدتشنجي داروهاي ضد صرع مقابله مي‌كندولي اثر سداتيو داروهاي ضد اضطراب وخواب‌آور را افزايش مي‌دهد. مصرف‌همزمان اين دارو با داروهاي ضدافسردگي مهار كننده آنزيم‌مونوآمينواكسيداز موجب تحريك سيستم‌اعصاب مركزي و افزايش فشار خون‌مي‌گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ قطع مصرف اين داروبايد بتدريج انجام شود.
2 ـ مصرف اين دارو بايد حداقل 2 هفته پس‌از قطع مصرف داروهاي ضد

افسردگي‌مهار كننده آنزيم مونوآمينواكسيدازشروع شود. با اين وجود حداقل يك هفته‌پس از قطع مصرف اين دارو، مي‌توان‌مصرف ساير داروهاي ضد افسردگي راآغاز نمود.
مقدار مصرف در ابتدا 150 ميلي‌گرم سالخوردگان 100 ميلي‌گرم در روز درمقادير منقسم بعد از غذا يا بصورت يكجاهنگام خواب مصرف مي‌شود كه درصورت نياز تا 300 mg/day قابل افزايش‌است در بيماران بستري حداكثر
600 mg/day در مقادير منقسم مصرف‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 50 mg

(ASA (Acetylsalicylic Acid

موارد مصرف ASA در تسكين و درمان‌دردهاي ملايم تا متوسط، نظير كمر درد،دردهاي گذراي عضلات اسكلتي دردهاي‌قاعدگي و نيز تب مصرف مي‌شود.همچنين اثر ضد التهابي آن در بعضي‌موارد و اثر ضد پلاكتي آن نيز درپيشگيري از تجمع پلاكت‌ها و ترومبوزمفيد مي‌باشد.
مكانيسم اثر: اين دارو آنزيم‌سيكلواكسيژناز را مهار مي‌كند، پلاكت‌هابخصوص به اين اثر خيلي حساسند.همچنين اثرات ضدالتهابي آن از طريق‌مهار توليد آنتي‌بادي مهار آزاد شدن‌هيستامين بوسيله آنتي‌ژن و تثبيت‌نفوذپذيري مويرگها طي واكنش‌هاي‌ايمونولوژيكي اعمال مي‌گردد.
فارماكوكينتيك ASA از راه خوراكي سريع?جذب شده و ميزان جذب به زمان تخليه‌معده pHمعده و فرمولاسيون داروبستگي دارد. جذب ركتال آهسته ناكامل وغيرقابل اطمينان است در بسياري ازبافت‌ها خصوص? در كبد متابوليزه و از راه‌ادرار دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف در كودكان زير 12 سال احتمال بروز سندرم ري ، وجود زخم‌دستگاه گوارشي هموفيلي وجود يا سابقه‌حساسيت به ساير داروهاي ضدالتهاب‌غيراستروئيدي (NSAIDs) نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ در بيماريهايي مانند آسم آلرژي آسيب‌هاي كليوي يا كبدي كاهش‌آب بدن و كمبود G6PD با احتياط مصرف‌شود.
2 ـ ASA درمان مناسبي براي كودكان مبتلابه بيماريهاي خفيف نبوده و در بچه‌هاي‌زير 12 سال فرآورده‌هاي حاوي آن مگردر موارد خاص نظير آرتريت جوانان نبايدمصرف شود.
عوارض جانبي تحريك ملايم دستگاه‌گوارش گاهي همراه با خونريزي بدون‌علامت و افزايش زمان خونريزي شايع‌است در بيماران حساس اسپاسم‌برونش‌ها و واكنش‌هاي پوستي ممكن‌است بروز نمايد. نارسائي كليوي كبدي وعوارض عصبي نظير اغتشاش سرگيجه وزوز گوش تشنج و افسردگي و نيزاختلالات اسيد ـ باز و اثرات تب‌زا ازعوارض وابسته به مقدار مصرف اين دارومي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي اگر همراه با داروهاي‌ضد انعقاد مصرف شود، خطر افزايش‌خونريزي وجود خواهد داشت مصرفASA همراه با فني‌توئين و والپروات سبب‌افزايش اثر آنها مي‌گردد. دفع داروهاي‌اسيدي نظير متوتركسات همزمان بامصرف ASA كاهش يافته و سميت آن‌افزايش مي‌يابد. ASA اثر اسپيرونولاكتون‌را مهار نموده و نيز دفع استازولاميد راكاهش مي‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در كودكان داراي‌علائم آنفلونزا يا آبله‌مرغان و زونا

بدون‌مشورت با پزشك مصرف نشود.
2 ـ فرآورده‌هاي خوراكي بدون پوشش‌روده‌اي با يا بعد از غذا مصرف شود.
3 ـ دارو را با يك ليوان آب مصرف نموده‌و 15-30 دقيقه از خوابيدن پرهيز شود.
4 ـ در صورت احساس سوزش موضعي به دنبال مصرف شياف به پزشك مراجعه‌شود.
مقدار مصرف بعنوان ضد درد و ضد تب300-900 ميلي‌گرم هر 4 تا 6 ساعت و درصورت لزوم حداكثر تا 4 g/day مصرف‌مي‌شود. به عنوان ضد التهاب 4-6 g/day وبعنوان ضد پلاكت 100-150 mg/dayمصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Chewable Tablet: 100 mg
Enteric Coated tablet: 80 mg, 325 mg
Eff. Tablet: 325 mg
Suppository: 325 mg
Microcoated tablet: 500 mg
ASA Codeine: tablet (ASA 500 mg +Codeine Phosphate 10 (mg

موارد مصرف بوپي‌واكائين بطور كلي‌براي ايجاد بيحسي موضعي و يا منطقه‌اي ياايپي‌دورال در ناحيه كمر و يا خاجي وانسداد در ناحيه زير عنكبوتيه و از طريق‌انفيلتراسيون يا انسداد عصبي دردندانپزشكي بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: بيحس‌كننده‌هاي موضعي باتثبيت برگشت‌پذير غشاي سلولهاي‌عصبي و در نتيجه كاهش نفوذپذيري اين‌غشاء به يون سديم شروع و هدايت‌رفلكسهاي عصبي را متوقف مي‌كنند. اين‌عمل دپولاريزاسيون غشاي سلول عصبي‌را مهار كرده و در نتيجه از انتشار پتانسيل‌عمل و هدايت بعدي تكانه‌هاي عصبي‌جلوگيري بعمل مي‌آورد.
فارماكوكينتيك جذب سيستميك اين داروكامل است به پروتئينهاي پلاسما به مقدار زياد متصل مي‌شود. طول اثر
آن 3-10 ساعت است متابوليسم آن
عمدت? كبدي است و از راه كليه دفع‌مي‌گردد.
موارد منع مصرف 1 ـ در صورت وجودبلوك كامل قلبي خونريزي شديد، افت‌شديد فشار خون و شوك نبايد از اين داروبراي ايجاد انسداد در ناحيه زيرعنكبوتيه‌اي استفاده گردد.
2 ـ در صورت وجود عفونت در موضعي‌كه براي تزريق كمري در نظر گرفته شده اين دارو براي ايجاد انسداد بكار نرود.
3 ـ هر گونه سپتي سمي مي‌تواند تحمل‌بيمار را نسبت به تزريق در ناحيه زيرعنكبوتيه كاهش دهد.
هشدارها: 1 ـ در كودكان و سالخوردگان امكان بروز مسموميت سيستميك بااين‌دارو بيشتر است
2 ـ در ناراحتيهاي قلبي ـ عروقي بويژه‌انسداد قلبي و يا شوك و يا عفونت در محل‌تزريق با احتياط مصرف گردد.
3 ـ در صورت وجود بيماري‌هاي CNS و يااختلالات انعقادي خون با احتياط مصرف‌گردد.
4 ـ فرآورده‌هاي حاوي مواد منقبض كننده‌عروق در بيماران مبتلا به بيماري‌هاي قلبي‌از جمله آريتمي و يا مبتلايان به پركاري‌تيروئيد با احتياط مصرف گردد.
عوارض جانبي عوارض جانبي بطور كلي‌به مقدار مصرف غلظت زياد پلاسمايي‌ناشي از ورود ناخواسته دارو به رگ كاهش تحمل بيمار، ناسازگاري فردي ياحساسيت مفرط بستگي دارد ضمن? ميزان‌عوارض ناخواسته بمحل تزريق نيزبستگي دارد. واكنش‌هاي سيستميك ممكن‌است

به سرعت و يا با تأخير و تا 30 دقيقه‌پس از تجويز دارو بروز كند. عوارض باشيوع كم آن عبارتند از: كبودي رنگ‌پوست اختلال بينايي و يا دوبيني تشنج سرگيجه زنگ زدن گوش لرزش يارعشه عصبانيت و يا بيقراري غير عادي وتهوع و استفراغ
تداخل‌هاي دارويي داروهاي مضعف CNS،ازجمله داروهايي كه معمولا قبل ازبيهوشي و يا به عنوان كمك همراه باداروهاي بيحس كننده موضعي مصرف‌مي‌شوند و نيز سولفات منيزيم تزريقي دراگر همزمان با داروهاي بيحس كننده‌موضعي مصرف گردند، ممكن است‌موجب تشديد تضعيف CNS شوند.داروهاي مسدودكننده گيرنده بتاآدرنرژيك از طريق كاهش جريان خون‌كبدي سرعت متابوليسم دارو را كاهش‌داده و خطر مسموميت با آنرا بالا مي‌برند.سايمتيدين متابوليسم اين دارو را به تأخيرمي‌اندازد و در نتيجه احتمال خطرمسموميت افزايش مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت حساسيت‌به ساير بيحس‌كننده‌ها اين دارو با احتياطو زير نظر پزشك مصرف شود.
2 ـ ميزان داروي تجويز شده بدقت رعايت‌گردد.
3 ـ بدليل طولاني بودن زمان بيحسي بايددقت گردد كه اعضاي بيحس شده مجروح‌نگردند.
4 ـ ممكن است با مصرف اين دارو با غلظت0/25 درصد اعصاب بين دنده‌اي انسدادكامل پيدا كنند.
5 ـ شدت انسداد حركتي با غلظت 0/5درصد اين دارو براي بار اول ممكن است‌بيشتر از دفعات بعد باشد.
مقدار مصرف
بزرگسالان در بيحسي دم‌اسبي براي‌انسداد حركتي متوسط، مقدار 37/5-75ميلي‌گرم (15-30 ميلي‌ليتر) از محلول0/25 درصد مصرف مي‌شود كه درصورت نياز هر سه ساعت يك بار مي‌توان‌آنرا تكرار كرد و براي انسداد حركتي‌متوسط تا كامل مقدار 75-150 ميلي‌گرم 15-30 ميلي‌ليتر) از محلول 0/5 درصد كه‌در صورت نياز هر سه ساعت قابل تكراراست مصرف مي‌شود. در بيحسي خارج‌سخت شامه‌اي براي انسداد حركتي جزئي‌تا متوسط مقدار 25-50 ميلي‌گرم (10-20ميلي‌ليتر) از محلول 0/25 درصد مصرف‌مي‌شود و براي انسداد حركتي متوسط تاكامل مقدار 50-100 ميلي‌گرم (10-20ميلي‌ليتر) از محلول 0/5 درصد مصرف‌مي‌شود كه در صورت نياز، در هر دومورد مي‌توان مقدار مصرف را هر سه‌ساعت يكبار تكرار نمود. براي‌انفيلتراسيون موضعي بصورت مقدارواحد تا 175 ميلي‌گرم (70 ميلي‌ليتر) ازمحلول 0/25 درصد مصرف مي‌شود.براي انسداد اعصاب محيطي جهت انسدادحركتي متوسط تا كامل مقدار 12/5-175ميلي‌گرم (5-37/5 ميلي‌ليتر) از محلول

0/5 درصد مصرف مي‌شود. و در صورت‌نياز مي‌توان هر سه ساعت آنرا تكرار نمود.در موارد ديگر نيز به تناسب دارو موردتجويز قرار مي‌گيرد حداكثر مقدار مصرف‌در بزرگسالان تا 175 ميلي‌گرم بصورت‌مقدار واحد يا 400 mg/day مي‌باشد.

كودكان مقدار مصرف اين دارو دركودكان تعيين نشده است

اشكال دارويي

Injection(spinal): %0.75

(Injection: %0.25 (20 ml

(Injection: %0.5 (20 ml

موارد مصرف اين دارو بعنوان ضد دردبراي تسكين دردهاي متوسط تا شديد ونيز قبل از عمل جراحي تجويز مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو با تأثير برگيرنده‌هاي اپيوئيدي در CNS، روندهاي‌مؤثر بر ادراك درد و پاسخ به درد را تغييرمي‌دهد. ممكن است تا اندازه‌اي سبب‌تغييراتي در آزاد شدن واسطه‌هاي عصبي‌مختلف از اعصاب‌آوراني شود كه به‌محرك‌هاي دردزا حساس هستند.
فارماكوكينتيك اين دارو 5 دقيقه پس ازتزريق عضلاني به حداكثر غلظت‌پلاسمايي مي‌رسد. نيمه عمر دارو حدود 3ساعت است قسمت عمده دارو بدون تغييردفع مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت افزايش‌فشار داخل جمجمه يا در ضربه مغزي‌نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد كاهش فشار خون كم‌كاري تيروئيد، آسم و كاهش ذخيره‌تنفسي با احتياط مصرف شود.
2 ـ برخلاف بيشتر داروهاي اپيوئيدي فقطبخشي از اثرات اين دارو توسط نالوكسون‌خنثي مي‌شود.
3 ـ از مصرف اين دارو در موقع حمله‌آسمي اجتناب شود.
4 ـ مصرف اين دارو در معتادان به موادشبه مرفين مي‌تواند موجب بروز علائم‌سندرم قطع داروي مخدر گردد.
عوارض جانبي تهوع و استفراغ (بخصوص‌در شروع مصرف دارو)، يبوست وخواب‌آلودگي از عوارض جانبي داروهستند. مقادير زياد اين دارو موجب تضعيف‌تنفسي و افت فشار خون اشكال در ادراركردن اسپاسم مجاري ادراري و صفراوي خشكي دهان تعريق سردرد، برافروختگي‌صورت سرگيجه كاهش ضربان قلب طپش قلب افت فشار خون وضعيتي كاهش‌دماي بدن هذيان تنگي مردمك چشم خماري تغيير خلق و خو، وابستگي بثورات‌جلدي كهير و خارش مي‌شود.
تداخل‌هاي دارويي داروهاي ضد جنون‌اثرات تسكين دهنده و كاهش فشار خون‌اين دارو را افزايش مي‌دهند. داروهاي ضداضطراب اثر سداتيو اين دارو را افزايش‌مي‌دهند. اين دارو با اثرات گوارشي‌متوكلوپراميد و سيزاپرايد ضديت مي‌كند.
نكات قابل توصيه در سالمندان و افرادناتوان مقدار مصرف اين دارو كاهش يابد.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار 0/3-0/6 ميلي‌گرم درهر 6-8 ساعت تزريق عضلاني يا

تزريق‌آهسته داخل وريدي مي‌گردد.
کودکان در کودکان بيش از 6 ماهه مقدار3-6 mcg/kg هر 6-8 ساعت (حداکثر تا9 mcg/kg) تزريق مي‌گردد.
اشکال دارويي
Injection: 0.3 mg/ml

CHLORDIAZEPOXIDE

موارد مصرف اين دارو در درمان كوتاه‌مدت اضطراب و بصورت كمكي در درمان‌علائم حاد قطع مصرف الكل مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: با اثر برگيرنده‌هاي‌اختصاصي در غشاي سلول عصبي اثرمهاري گاماآمينوبوتيريك اسيد (GABA)راكه در تمام نواحي CNS باعث مهارپيش‌سيناپسي و پس سيناپسي مي‌گردد،تسهيل كرده يا افزايش مي‌دهد.
فارماكوكينتيك از راه خوراكي جذب‌مي‌شود. تمايل زيادي براي اتصال به‌پروتئين‌هاي پلاسمايي دارد. در كبدمتابوليزه شده و به متابوليت‌هاي فعال‌تبديل مي‌شود. نيمه عمر آن 5-30 ساعت ودفع آن از طريق كليه مي‌باشد.
موارد منع مصرف در موارد تضعيف‌تنفسي نارسايي حاد ريوي حالات فوبيك‌سايكوز مزمن افسردگي و اضطراب‌همراه آن نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در بيماري تنفسي ضعف‌عضلاني بيماران با سابقه مصرف نابجاي‌دارو و الكل و يا افراد با اختلال شخصيتي‌با احتياط مصرف شود.
2 ـ در افراد مسن نارسائي كبدي و كليوي‌مقدار مصرف دارو بايد كاهش پيدا كند.
3 ـ از مصرف طولاني مدت خودداري‌گردد.
4 ـ براي جلوگيري از بروز عوارض قطع مصرف دارو را بايد بتدريج قطع كرد.
عوارض جانبي خواب‌آلودگي روز بعد ازمصرف گيجي و عدم تعادل (بخصوص درافراد مسن ، فراموشي وابستگي تحريك‌پذيري غير عادي و در برخي مواردسردرد، سرگيجه افت فشار خون افزايش‌ترشحات بزاق كرامپ و درد در ناحيه شكم بثورات جلدي اختلال بينائي تغيير در ميل‌جنسي احتباس ادرار، اختلالات خوني ويرقان از عوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان باداروهاي مضعف CNS، ضد دردهاي‌مخدر، بيهوش كننده‌هاي عمومي مهاركننده‌هاي مونوآمينواكسيداز (MAO)،ضد افسردگي‌هاي سه‌حلقه‌اي و داروهاي‌پايين آورنده فشار خون كه باعث تضعيفCNS مي‌شوند (مانند كلونيدين و متيل‌دوپا)و رزرپين ممكن است اثر مضعف CNS اين‌دارو را تشديد نمايد. آنتي‌اسيدها جذب‌كلرديازپوكسايد را به تأخير مي‌اندازند.كاربامازپين متابوليسم كلرديازپوكسايدرا افزايش و غلظت سرمي آن را كاهش‌مي‌دهد. سايمتيدين متابوليسم‌كلرديازپوكسايد را مهار كرده سبب‌افزايش غلظت

پلاسمايي آن مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو وابستگي‌ايجاد مي‌كند و بايد بيش از مقدار توصيه‌شده مصرف نشود.
2 ـ اگر بعد از چند هفته اثر درماني كاهش‌يابد به پزشك مراجعه شود.
3 ـ در صورت بروز خواب‌آلودگي سرگيجه منگي از دست دادن مهارت درانجام كار بخصوص در افراد مسن دارو بااحتياط مصرف شود.
مقدار مصرف در درمان اضطراب 10ميلي‌گرم سه بار در روز مصرف مي‌شودكه در صورت نياز مي‌تواند تا60-100mg/day در مقادير منقسم افزايش‌يابد. مقدار مصرف دارو در افراد مسن‌نصف مقدار توصيه شده مي‌باشد.
اشكال دارويي
Coated Tablet: 5mg, 10 mg

موارد مصرف كلرپرومازين در اختلالات‌رواني نظير اسكيزوفرني جنون مانيا ونيز بصورت داروي كمكي در درمان‌هيجان شديد و اختلالات رواني ـ حركتي ونيز بعنوان ضد تهوع و درمان سكسكه‌شديد بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: كلرپرومازين اثر درماني خودرا بطور عمده با مهار گيرنده‌هاي پس‌سيناپسي دوپامين در سيستم اعصاب‌مركزي در مسير مزوليمبيك ومزوكورتيكال اعمال مي‌نمايد. همچنين‌گيرنده‌هاي موسكاريني هيستاميني سروتونيني و آلفا ـ آدرنرژيك بوسيله اين‌دارو تحت تأثير قرار مي‌گيرند.
فارماكوكينتيك با مصرف خوراكي كلرپرومازين جذبي سريع دارد اما تحت‌تأثير عبور اول كبدي قرار مي‌گيرد. دارومتابوليسم كبدي وسيعي داشته (بعضي ازمتابوليت‌ها فعال هستند) و از راه صفرا وادرار دفع مي‌گردد.
موارد منع مصرف همراه با ساير داروهاي‌تضعيف كننده CNS، همراه با سايرداروهاي تضعيف كننده مغز استخوان ونيز در بيماري فئوكروموسيتوم نبايدمصرف گردد.
هشدارها: 1 ـ كلرپرومازين در بيماريهاي‌قلبي ـ عروقي عروق مغزي تنفسي پاركينسون صرع و عفونت حاد، صدمات‌كليوي و كبدي بايد با احتياط مصرف‌شود.
2 ـ در بيماران با سابقه يرقان يا لوكوپني كم‌كاري تيروئيد، مياستني گراو،هيپرتروفي پروستات و گلوكوم با زاويه‌بسته خصوص? در افراد مسن با احتياطمصرف شود.
عوارض جانبي علائم خارج هرمي و درمصرف طولاني مدت گاهگاهي ديسكينزي‌ديررس كاهش دماي بدن (گاهي تب ،خواب‌آلودگي بي‌ثباتي خلقي رنگ‌پريدگي كابوس شبانه بي‌خوابي وافسردگي ممكن است ايجاد گردد. آثار ضدموسكاريني نظير خشكي دهان احتقان‌بيني يبوست اشكال در دفع ادرار و تاري‌ديد از عوارض شايع دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف آن همزمان باداروهاي ضد آريتمي خطر ايجادآريتمي‌هاي بطني را افزايش مي‌دهد.مصرف كلرپرومازين به همراه ضدافسردگيها، سبب افزايش غلظت پلاسمايي‌و اثرات ضد موسكاريني آنها خصوص?انواع سه حلقه‌اي مي‌گردد. كلرپرومازين بااثر داروهاي ضد صرع (با كاهش آستانه‌تشنج مقابله مي‌نمايد. مصرف‌فنوتيازين‌ها همراه ترفنادين خطر آريتمي‌بطني را افزايش مي‌دهد. پروپرانولول‌غلظت پلاسمايي كلرپرومازين را افزايش‌مي‌دهد.

نكات قابل توصيه 1 ـ بيمار بايد تا 30 دقيقه‌پس از تزريق عضلاني دارو در حالت‌خوابيده قرار گيرد.
2 ـ تزريق عضلاني دارو دردناك بوده وممكن است سبب كاهش فشار خون وتاكي‌كاردي شود.
3 ـ از قطع ناگهاني مصرف دارو بايدخودداري شود.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان كلرپرومازين دراسكيزوفرني و ساير اختلالات رواني مانيا، تحريكات رواني ـ حركتي هيجان درمان كمكي در هيجان شديد در كوتاه‌مدت ابتدا به ميزان 25 ميلي‌گرم 3 بار درروز (يا 75 ميلي‌گرم هنگام شب و برحسب پاسخ‌دهي بيمار مصرف مي‌شود.مقدار معمول داروي نگهدارنده 75-300ميلي‌گرم در روز است (ولي در اختلالات‌رواني روزانه به بيش از يك گرم ممكن‌است نياز باشد). در افراد مسن يا ضعيف‌به ميزان نصف تا يك سوم ميزان مصرف‌در بزرگسالان مصرف مي‌شود.
كودكان در كودكان (اسكيزوفرني دوران‌كودكي 1 تا 5 سال 500 mcg/kg هر 4 تا 6ساعت (ماكزيمم 40 ميلي‌گرم روزانه و6-12 سال يك سوم تا نصف بزرگسالان ماكزيمم 75 ميلي‌گرم روزانه مصرف‌شود.
تزريقي
بزرگسالان تزريق در عمق عضله (براي‌تسكين علائم حاد بيماري بميزان 25-50ميلي‌گرم هر 6 تا 8 ساعت مصرف مي‌شود.
كودكان در سنين 5 ـ 1 سال به ميزان500mcg/kg هر 8 ـ 6 ساعت (ماكزيمم 40ميلي‌گرم در روز) و در كودكان 12ـ6 سال‌مقدار 500mcg/kg هر 8 ـ 6 ساعت (حداكثر75 ميلي‌گرم در روز) مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Coated Tablet: 25 mg, 100 mg
Injection: 50 mg/ 2ml

CITICOLINE

موارد مصرف سيتي‌كولين در ضربه‌هاي‌مغزي در مراحل حاد و تحت حاد آسيب‌عروق مغزي استفاده مي‌گردد.
مكانيسم اثر: به نظر مي‌رسد اين دارو باتحريك بيوسنتز فسفوليپدها و كاهش‌التهاب باعث تثبيت غشاء سلولي مي‌گردد.
فارماكوكينتيك اين دارو از سد خوني ـمغزي عبور مي‌كند.
هشدارها: اين دارو اثر كاهنده فشار خون‌ندارد، بنابراين در صورت آسيبهاي عروق‌مغزي ناشي از فشار خون اين داروجايگزين داروهاي ضد فشار خون‌نمي‌گردد.
مقدار مصرف
بزرگسالان در مرحله حاد آسيب عروق‌مغزي مقدار 500-750 ميلي‌گرم در مقاديرتقسيم شده طي 24 ساعت تزريق عضلاني‌مي‌گردد. در عوارض و خونريزيهاي‌مغزي بعد از تصادف مقدار 250 ميلي‌گرم‌در 24 ساعت مصرف مي‌شود.
كودكان مقدار 250 ميلي‌گرم در دو مقدارمنقسم طي 24 ساعت مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection: 250 mg/ 2ml

CLOBAZAM

موارد مصرف کلوبازام براي درمان کمکي‌صرع و اضطراب (مصرف کوتاه مدت تجويز مي‌گردد.
مکانيسم اثر: اين دارو با تحريك‌گيرنده‌هاي گابا موجب تقويت اثر مهاري‌اين واسطه شيميايي در سيستم اعصاب‌مرکزي مي‌گردد. در نتيجه موجب تضعيف‌فعاليت تشنجي کانونهاي صرع در مغزمي‌گردد.
فارماکوکينتيك اين دارو از راه خوراکي‌بخوبي جذب و در کبد متابوليزه مي‌شود.متابوليت‌هاي آن از طريق ادرار دفع‌مي‌شوند.
موارد منع مصرف در صورت تضعيف‌تنفس نارسايي حاد تنفسي و نارسايي‌شديد کبدي کلوبازام نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد زير اين دارو بايد بااحتياط فراوان تجويز شود: بيماري‌تنفسي ضعف عضلاني (بخصوص‌مياستني‌گراو)، اختلال شديد شخصيتي وپورفيري
2 ـ از مصرف طولاني مدت اين دارو و ازقطع ناگهاني مصرف آن نيز بايد اجتناب‌شود.
3 ـ در درمان اضطراب نبايد از اين دارو به‌تنهايي استفاده کرد، ضمن آنکه بايستي‌مدت تجويز آن بعنوان داروي ضداضطراب کوتاه باشد.
4 ـ در درمان اضطراب کودکان فقطموقعي که شديد و ناشي از ترس بوده ومنجر به بي‌خوابي گردد، اين دارو تجويزمي‌شود.
5 ـ مصرف اين دارو توسط کساني که‌داراي اختلال شخصيتي هستند، ممکن‌است موجب وابستگي گردد.
عوارض جانبي خواب‌آلودگي توهم عدم‌تعادل (بخصوص در سالمندان ،فراموشي وابستگي افزايش حالت‌تهاجمي (بصورت متناقض ، گهگاه‌سردرد، سرگيجه کمي فشار خون اختلال‌گوارشي بثورات جلدي اختلال ديد وتغيير ميل جنسي از عوارض جانبي اين‌دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با داروهاي هوشبر، داروهاي ضددرد شبه ترياك داروهاي ضد افسردگي وضد جنون آنتي‌هيستامين‌ها، داروهاي‌مسدد گيرنده آلفا آدرنرژيك و باکلوفن‌موجب افزايش اثر سداتيو مي‌شود.سايمتيدين با مهار متابوليسم اين داروموجب افزايش غلظت پلاسمايي و اثرسداتيو آن مي‌شود. اريترومايسين ايزونيازيد، کتوکونازول و ريفامپين باافزايش متابوليسم کبدي اين دارو موجب‌کاهش غلظت پلاسمايي آن مي‌شوند. اين‌دارو موجب افزايش اثر کاهنده فشار خون‌داروهاي ضد زيادي فشار خون مي‌گردد.اين دارو با اثرات لوودوپا ضديت مي‌کند.

نكات قابل توصيه اين دارو با ايجادخواب‌آلودگي بر انجام كارهايي كه نياز به‌مهارت دارند مثل رانندگي تأثير مي‌گذارد.
مقدار مصرف
بزرگسالان در درمان صرع و اضطراب20-30 ميلي‌گرم و حداكثر 60 mg/dayمصرف مي‌شود. مقدار مصرف درسالخوردگان 10-20 mg/day است
كودكان در كودكان با سن بيشتر از 3 سال‌حداكثر تا نصف مقدار مصرف بزرگسالان‌تجويز مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 10 mg

موارد مصرف اين دارو در درمان حمله‌مداوم صرعي صرع ميوكلونوس و سايرانواع صرع بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: با اثر برگيرنده اختصاصي درغشاي سلول عصبي اثر مهاري گاماآمينوبوتيريك اسيد (GABA) را كه در تمام‌نواحي CNS باعث مهار پيش‌سيناپسي وپس سيناپسي مي‌گردد، تسهيل كرده ياافزايش مي‌دهد.
فارماكوكينتيك اين دارو از راه خوراكي وطي 1-2 ساعت به خوبي جذب مي‌شود. دركبد متابوليزه شده و از كليه دفع مي‌گردد.نيمه عمر دارو طولاني است
موارد منع مصرف در موارد تضعيف‌تنفسي و نارسايي حاد ريوي نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ در بيماري تنفسي نارسايي‌كبدي و كليوي و پورفيري با احتياطمصرف شود.
2 ـ احتمال بروز كمي فشار خون و آپنه درزمان مصرف اين دارو وجود دارد.
عوارض جانبي خواب‌آلودگي خستگي ضعف عضلاني اشكال در تمركز حواس افزايش جريان بزاق پرخاشگري (واكنش‌متناقض ، تحريك‌پذيري و تغييرات رواني از عوارض اين دارو است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان باداروهاي مضعف CNS، ضد دردهاي‌مخدر، بيهوش‌كننده‌هاي عمومي مهاركننده‌هاي مونوآمينو اكسيداز(MAO)، ضد افسردگي‌هاي سه حلقه‌اي وداروهاي پايين‌آورنده فشار خون كه باعث‌تضعيف CNSمي‌شوند (مانند كلونيدين ومتيل‌دوپا) و رزرپين ممكن است اثرمضعف CNS اين دارو را تشديد نمايد.آنتي‌اسيدها جذب كلونازپام را به تأخيرمي‌اندازند. مصرف همزمان با تري‌متافان‌قبل از عمل جراحي باعث تشديد اثرپايين‌آورنده فشار خون شده و خطرسقوط شديد فشار خون شوك و كلاپس‌قلبي ـ عروقي را در حين جراحي افزايش‌مي‌دهد. مصرف همزمان با كاربامازپين‌سبب افزايش متابوليسم و كاهش غلظت‌سرمي كلونازپام مي‌گردد. سايمتيدين‌متابوليسم كلونازپام را مهار كرده و سبب‌افزايش غلظت پلاسمايي آن مي‌شود.ايزونيازيد ممكن است از طريق مهار دفع‌كلونازپام غلظت پلاسمايي آن را افزايش‌دهد. ريفامپين ممكن است متابوليسم‌كلونازپام را افزايش دهد و منجر به كاهش‌غلظت سرمي آن مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ از قطع ناگهاني داروپرهيز شود.
2 ـ اين دارو با ايجاد خواب‌آلودگي برانجام كارهايي كه نياز به مهارت

دارند،ممکن است تأثیر گذارد.
مقدار مصرف
بزرگسالان در ابتدا 1 ميلي‌گرم (درسالمندان 0/5 ميلي‌گرم در شب بمدت 4شب مصرف مي‌شود كه طي 2-4 هفته به‌مقدار نگهدارنده روزانه 4-8 ميلي‌گرم درمقادير منقسم مي‌يابد.
كودكان در كودكان يك ساله و كمتر 0/25ميلي‌گرم (تا حد 1 ـ 0/5 ميلي‌گرم قابل‌افزايش است و در سنين 1-5 سال 0/25ميلي‌گرم (تا حد 1-3 ميلي‌گرم قابل افزايش‌است ، كودكان 5-12 سال 0/5 ميلي‌گرم (تاحد 3-6 ميلي‌گرم قابل افزايش است ،مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 1 mg

CLOZAPINE

موارد مصرف كلوزاپين براي درمان‌شيزوفرني در بيماراني كه به سايرداروهاي ضدسايكوز پاسخ نمي‌دهند يانسبت به آن داروها عدم تحمل دارند،مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اثر ضد سايكوز اين داروناشي از مسدود كردن گيرنده‌هاي‌دوپاميني در مسير دوپامينرژيك ـمزوليمبيك و مزوفرونتال در سيستم‌اعصاب مركزي مي‌باشد. اين دارو داراي‌اثر مسدد گيرنده‌هاي آلفا آدرنرژيك وموسكارييني نيز مي‌باشد.
فارماكوكينتيك كلوزاپين از راه خوراكي‌جذب ناقصي دارد و دچار متابوليسم گذراول كبدي مي‌شود. دارو در كبد متابوليزه‌و از طريق ادرار دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه نوتروپني و آگرانولوسيتوز ناشي‌از دارو، اختلالات مغز استخوان سايكوزالكلي و سمي سابقه كلاپس جريان خون يافلج ايلئوس اغما، يا تضعيف شديد سيستم‌اعصاب مركزي و وجود نارسايي شديدكبدي يا كليوي نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد زير با احتياطفراوان تجويز شود:
بيماري قلبي ـ عروقي بيماري عروق‌مغزي بيماري تنفسي پاركينسون صرع عفونت‌هاي حاد، نارسايي كبدي يا كليوي سابقه يرقان كم‌كاري تيروئيد، مياستني‌گراو، بزرگي پروستات گلوكوم با زاويه‌بسته و سالمندان (بخصوص در هواي‌بسيار گرم يا بسيار سرد).
2 ـ قبل از شروع درمان با اين دارو، بايد ازشمارش سلولهاي خوني و بخصوص‌لوكوسيت و از طبيعي بودن ميزان‌سلولهاي خوني اطمينان حاصل كرد.
3 ـ در طول درمان با اين دارو، مي‌بايست‌در 18 هفته اول درمان بصورت هفته‌اي‌يكبار و پس از 18 هفته حداقل هر 4 هفته‌يكبار شمارش سلولهاي خوني انجام شود.در صورت كاهش شديد گلبول‌هاي سفيدمصرف دارو بايد قطع شود.
4 ـ از مصرف همزمان داروهايي كه توليدلوكوسيت‌ها را تضعيف مي‌كنند مثل‌كوتريموكسازول و كاربامازپين باكلوزاپين اجتناب شود.
5 ـ از قطع ناگهاني مصرف اين داراجتناب شود تا از بروز علائم قطع مصرف‌و عود بيماري جلوگيري گردد.
عوارض جانبي تسكين رواني نوتروپني وآگرانولوسيتوز كشنده سردرد و گيجي افزايش ترشح بزاق مشكل در دفع ادرار،نعوذ دائم پريكارديت و ميوكارديت هذيان ندرت? تغييرات فشار خون تهوع واستفراغ افزايش قند

خون عوارض خارج‌هرمي كاهش يا افزايش دماي بدن رنگ‌پريدگي كابوس شبانه خشكي دهان احتقان بيني يبوست تاري ديد، آريتمي افزايش تعداد ضربان قلب اختلال درقاعدگي گالاكتوره ژينكوماستي افزايش‌وزن ناتواني جنسي كم‌خوني هموليتيك بثورات جلدي و يرقان از عوارض جانبي‌دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با داروهاي كاربامازپين كوتريموكسازول كلرامفنيكل سولفوناميدها و پني‌سيلامين خطرتضعيف شديد مغز استخوان و بروزآگرانولوسيتوز را افزايش مي‌دهد.
مصرف‌همزمان اين دارو با داروهاي هوشبر،داروهاي ضد درد شبه ترياك داروهاي‌ضد اضطراب و خواب‌آور موجب افزايش‌اثر سداتيو مي‌شود.
اريترومايسين وسايمتيدين متابوليسم اين دارو را مهار وموجب افزايش غلظت پلاسمايي آن‌مي‌شوند. مصرف همزمان كلوزاپين باداروهاي ضد افسردگي مهار كننده آنزيم‌مونوآمينواكسيداز، موجب افزايش اثرات‌اين داروها مي‌شود. اين دارو با اثر پايين‌آورنده قند خون سولفونيل اوره‌ها و اثرضد تشنجي داروهاي ضد صرع ضديت‌مي‌كند. فني‌توئين متابوليسم كلوزاپين راتسريع مي‌كند. مصرف همزمان اين دارو باترفنادين خطر بروز آريتمي بطني راافزايش مي‌دهد. اين دارو با ليتيوم و نيزمتيل‌دوپا خطر بروز عوارض خارج هرمي‌را بالا مي‌برد.
نكات قابل توصيه 1 ـ قطع مصرف داروبتدريج و طي حداقل 1-2 هفته انجام شود.در صورتي كه قطع يكباره مصرف داروضروري باشد، بيمار بايد تحت نظر باشد.
2 ـ به بيمار توصيه شود كه در صورت‌بروز هرگونه عفونت پزشك معالج خود رامطلع كند.
3 ـ در آغاز درمان بااين دارو، بدليل بروزكلاپس ناشي از افت فشار خون بيمار بايدتحت مراقبت دقيق پزشكي باشد.
مقدار مصرف در روز اول شروع درمان12/5 ميلي‌گرم يك يا دو بار در روز و روزدوم 25-50 ميلي‌گرم مصرف مي‌شود كه‌در صورت تحمل بيمار بتدريج در مقادير25-50 ميلي‌گرم و طي 14-21 روز تا300 mg/day در مقادير منقسم افزايش‌مي‌يابد (تا مقدار 200 mg/day را مي‌توان‌بصورت يكباره در موقع خواب مصرف‌نمود). در صورت لزوم مي‌توان با مقادير50-100 ميلي‌گرم يك يا دو بار در هفته مقدار مصرف را افزايش داد.
مقدارمصرف معمول ضد سايكوز اين دارو450-200 mg/day (حداكثر 900 mg/day)مي‌باشد. متعاقب؟ بايد مقدار دارو را به‌مقدار نگهدارنده 150-300 ميلي‌گرم‌كاهش داد.
در سالمندان 12/5 ميلي‌گرم يكباره در روزاول مصرف مي‌شود كه بعد مقدار دارو راتا حد 25 mg/day بايد تنظيم نمود. دربيماري قلبي و

نارسايي كبدي يا كليوي ياسابقه صرع 12/5 ميلي‌گرم در روز اول‌مصرف مي‌شود و سپس باهستگي مقدارمصرف افزايش مي‌يابد. در صورت بروزتشنج 24 ساعت مصرف دارو را قطع‌نموده و سپس دو باره با مقادير كم‌مي‌توان مصرف دارو را آغاز كرد.

اشكال دارويي

Tablet : 25 mg

CODEINE PHOSPHATE

موارد مصرف کدئين براي کنترل دردخفيف تا متوسط بکار مي‌رود.
مکانيسم اثر: اين دارو از يك طرف آستانه‌احساس درد را افزايش داده و از طرف‌ديگر موجب مي‌شود که درد براي بيمارناخوشايند و آزاردهنده نباشد. کدئين ازطريق اتصال به گيرنده‌هاي اختصاصي‌خودش در سيستم‌هاي اعصاب مرکزي ومحيطي اثرات خود را ايجاد مي‌کند.
فارماکوکينتيك از طريق خوراکي بخوبي‌جذب در کبد متابوليزه و از طريق کليه دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف در مواقعي که فشارداخل جمجمه افزايش يافته يا در حالات‌ضربه مغزي نارسائي شديد کليه يا حمله‌حاد آسم نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد زير مصرف اين داروبا احتياط کامل انجام شود: کمي فشار خون کم‌کاري غده تيروئيد، آسم کم‌بودن ذخيره‌تنفسي نارسايي کبدي يا نارسايي کليوي
2 ـ مصرف فرآورده‌هاي حاوي کدئين درکودکان زير يك سال توصيه نمي‌شود.
3 ـ مصرف مکرر اين دارو، ممکن است‌موجب وابستگي و تحمل به اثرات داروگردد.
عوارض جانبي تهوع و استفراغ (در ابتداي‌مصرف ، يبوست خواب‌آلودگي کاهش‌فشار خون و تضعيف تنفس با مصرف‌مقادير زياد، اشکال در ادرار کردن اسپاسم صفرا يا مثانه خشکي دهان تعريق سردرد، گرگرفتگي صورت سرگيجه کاهش ضربان قلب طپش قلب افت فشار خون وضعيتي افزايش فشارخون ريوي کاهش دماي بدن توهم حالت‌خماري تغيير خلق و خو، وابستگي اختلال در تفکر، تنگي مردمك چشم بثورات جلدي کهير و خارش از عوارض‌جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي اگر بطور هم زمان باساير داروهاي مضعف CNS مصرف‌شود، تضعيف CNS تشديد شده مي‌تواندموجب ايجاد ضعف تنفسي و کاهش فشارخون بشود. مصرف هم‌زمان با داروهاي‌شبه آتروپيني نيز موجب تشديد احتباس‌ادرار و يبوست شده ممکن است انسدادفلجي روده ايجاد نمايد.
نکات قابل توصيه اين دارو با ايجادخواب‌آلودگي ممکن است بر انجام اعمالي‌که نياز به مهارت و دقت دارند (مثل‌رانندگي تأثير گذارد.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار 30-60 ميلي‌گرم که درصورت لزوم هر 4 ساعت تکرار مي‌شود(تا حداکثر 240 mg/day مصرف مي‌شود).

کودکان 1-12 سال 3 mg/kg در مقاديرمنقسم مصرف مي‌شود.
اشکال دارويي
Coated Tablet : 30 mg

DIHYDROERGOTAMINE MESYLATE

موارد مصرف اين دارو در درمان‌سردردهاي عروقي مانند ميگرن درمان‌كمي فشار خون در حالت ايستاده ناشي ازعوامل مختلف مانند بي‌كفايتي اعصاب‌خودكار و بيحسي نخاعي استفاده مي‌شود.
مكانيسم اثر: دي‌هيدروارگوتامين مسدودكننده گيرنده آلفا آدرنرژيك ضدسروتونين و داراي اثر مستقيم روي‌عضلات صاف مي‌باشد. اثر مستقيم آن برروي عروق خوني باعث تنگ شدن عروق‌در مرحله گشادي عروق مي‌شود.
فارماكوكينتيك متابوليسم اين دارو احتمالاكبدي است و در عبور اول از كبد به مقدارزيادي متابوليزه مي‌شود. نيمه عمر آن3/9-1/3 ساعت است و طول اثر آن درتزريق عضلاني 3-4 ساعت است دفع آن‌كليوي بوده و كمتر از 10% آن بصورت‌تغيير نيافته و بقيه آن به‌صورت متابوليت‌دفع مي‌شود.
هشدارها: در صورت وجود بيماري‌شريان كرونر، بيماري كبدي زيادي شديدفشار خون بيماري انسدادي عروق‌محيطي كهير شديد بخصوص هنگامي كه‌با بيماري كبد همراه باشد يا عيب كار كليه‌با احتياط تجويز شود.
عوارض جانبي سرگيجه سردرد، تهوع يااستفراغ خارش پوست بيحسي رنگ‌پريدگي يا سردي دست و ضعف پاها ازعوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌آلكالوئيدهاي ارگوت با ساير تنگ‌كننده‌هاي عروقي از جمله موادي كه دربعضي از بيحس‌كننده‌هاي موضعي وجوددارند، باعث افزايش انقباض عروقي‌مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ احتمال بروزمسموميت با ارگوت و گانگرن با مصرف‌مقادير زياد دارو وجود دارد.
2 ـ براي دستيابي به نتيجه مطلوب بيمارباید با بروز اولين علامت حمله ميگرني‌دارو را مصرف نمايد و حداقل به مدت 2ساعت در يك اطاق آرام و تاريك استراحت‌نمايد.
3 ـ طي درمان با اين دارو از استعمال‌دخانيات خودداري شود.
4 ـ مصرف اين دارو در كودكان توصيه‌نمي‌شود.
مقدار مصرف
خوراكي در حملات ضعيف ميگرني 1-3ميلي‌گرم مصرف مي‌شود كه در صورت‌نياز هر نيم‌ساعت تكرار مي‌گردد تا به‌مقدار تام 10 ميلي‌گرم برسد.
براي كاهش‌شدت و تعداد دفعات حمله مقدار 1-2ميلي‌گرم سه بار در روز مصرف مي‌شود.
تزريقي در شروع حمله مقدار يك ميلي‌گرمو به دنبال آن هر 1 ساعت 1 ميلي‌گرم درصورت نياز تا حداكثر 3 ميلي‌گرم در هرحمله ميگرن يا 6

ميلي‌گرم در هفته تزريق‌عضلاني مي‌شود. از راه وريدي در شروع‌حمله مقدار 1 ميلي‌گرم و به دنبال آن هرساعت 1 ميلي‌گرم در صورت نياز، تاحداكثر 2 ميلي‌گرم در هر حمله ميگرن يا 6ميلي‌گرم در هفته تزريق مي‌شود.

اشكال دارويي

Tablet : 2.5 mg

Injection : 1 mg/ml

DIHYDROERGOTOXINE MESYLATE

موارد مصرف اين دارو به‌عنوان داروي‌كمكي در معالجه بيماران سالخورده مبتلابه‌زوال خفيف تا متوسط عقل بكار مي‌رود.
هشدارها: اين دارو در بيماران مبتلابه‌برادي كاردي شديد بايد بااحتياطمصرف شود.
عوارض جانبي اختلالات گوارشي برافروختگي بثورات جلدي احتقان بيني كرامپ شكمي و سرگيجه از عوارض‌جانبي دارو هستند.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي شروع اثر اين‌دارو معمولا 3ـ2 هفته وقت لازم است وگاهي براي بهبود علائم حداقل 3 ماه بايددارو مصرف شود.
2 ـ دارو بايد قبل از غذا مصرف شود.
مقدار مصرف مقدار 1/5 ميلي‌گرم سه باردر روز يا 4/5 ميلي‌گرم يك بار در روزمصرف شود.
اشكال دارويي
Tablet: 1.5 mg

DROPERIDOL

موارد مصرف دراپريدول براي ايجادآرامش و كنترل سريع وضعيت بيمار دراختلالات رواني نظير مانيا و نيز كنترل تهوع‌و استفراغ ناشي از شيمي درماني و به عنوان‌داروي پيش بيهوشي به تنهايي و يا همراه باداروهاي ديگر نظير فنتانيل و نيتروزاكسايدبراي ايجاد بيهوشي عمومي به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: دراپريدول اثر خود را عمدت?با انسداد گيرنده‌هاي دوپاميني در سيستم‌اعصاب مركزي ايجاد مي‌نمايد. اين داروگيرنده‌هاي الفا ـ آدرنرژيك را نيز مهارمي‌نمايد.
فارماكوكينتيك اثر دراپريدول 10 ـ 3 دقيقه‌بعد از تزريق عضلاني ظاهر مي‌گردد.سريع? در بدن توزيع شده و متابوليسم‌كبدي وسيعي دارد. نيمه عمر آن 6 ـ 3ساعت مي‌باشد.
موارد منع مصرف دراپريدول با سايرداروهاي تضعيف كننده سيستم اعصاب‌مركزي نبايد مصرف گردد، زيرا ممكن‌است منجر به ايجاد اغماء گردد. همچنين‌همراه با داروهاي تضعيف كننده مغزاستخوان و نيز در مبتلايان به‌فئوكرموسيتوم نبايد مصرف گردد.
هشدارها: دراپريدول در بيماري‌هاي قلبي ـعروقي يا عروق مغزي و نيز بيماري‌هاي‌تنفسي پاركينسون صرع و عفونت حاد ودر صدمات كبدي و كليوي بايد با احتياطفراوان به‌كار رود.
عوارض جانبي عوارض خارج هرمي وديسكينزي ديررس خواب آلودگي كابوس شبانه افسردگي بي‌ثباتي خلقي بي‌خوابي و اغتشاش شعور بوسيله اين‌دارو ممكن است ايجاد شود. عوارض‌خارج هرمي خصوص? واكنش‌هاي‌ديستونيك و آكاتزي شايع‌تر و بويژه درافراد دچار تيروئيد سمي بروز مي‌نمايد.
تداخل‌هاي دارويي خطر بروز آريتمي بطني‌همزمان با مصرف داروهاي آنتي هيستامين‌مانند ترفنادين افزايش مي‌يابد. داروهاي‌خواب آور و ضد هيجان اثر آرامبخش اين‌دارو را افزايش مي‌دهند. داروهايي نظيرمتوكلوپراميد و ليتيوم عوارض خارج هرمي‌دراپريدول را افزايش مي‌دهند.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي القاء بيهوشي در صورت مصرف وريدي ميزان نياز به‌داروهاي همراه با دراپريدول كمتر ازمعمول مي‌باشد.
مقدار مصرف حداكثر مقدار مصرف تا 10ميلي‌گرم مي‌باشد كه در صورت نياز هر 6 ـ 4ساعت تكرار مي‌گردد. در افراد مسن نصف‌بزرگسالان و در كودكان 1 ـ 0/5 ميلي‌گرم‌مصرف مي‌شود كه در صورت نياز هر 6 ـ

4ساعت قابل تكرار است در پيشگيري ازتهوع و استفراغ ناشي از شيمي درماني‌بيماريهاي سرطاني به ميزان 10 ـ 1ميلي‌گرم 30 دقيقه قبل از شروع درمان و درادامه با انفوزيون وريدي به ميزان 3 ـ 1ميلي‌گرم در ساعت يا 5 ـ 1 ميلي‌گرم‌به‌صورت تزريق داخل عضلاني يا وريدي‌هر 6 ـ 1 ساعت مصرف مي‌گردد. در كودكان
75 mcg / kg ـ 20 عضلاني يا وريدي تجويزمي‌شود.
اشكال دارويي
Injection : 25 mg / 10 ml
Injection: (Droperidol Compound) 15mg Droperidol + 0.5 mg Fentanyl (ascitrate) / 10 ml

ENFLURANE

موارد مصرف انفلوران بعنوان بيهوش‌كننده براي القاء و ادامه بيهوشي مصرف‌مي‌شود. انفلوران همچنين با مقاديرمصرف كم به عنوان ضد درد در اعمال‌جراحي زنان و زايمان و براي اعمال‌جراحي كه در آنها به بيهوشي كامل بيمارنياز نيست مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك حداقل غلظت آلوئولي (MAC) انفلوران هنگام مصرف با اكسيژن1/68% و هنگام مصرف با نيتروزاكسايدهفتاد درصد، 0/57% است ضريب توزيع‌خون به گاز آن 1/91 است تا حدود 2/4%مقدار مصرف آن متابوليزه مي‌شود. حدود80 درصد آن به‌صورت تغيير نيافته ازطريق ريه‌ها دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف درصورت وجودهيپرترمي بدخيم يا سابقه ابتلاء به آن و درافراد مستعد حملات صرعي نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ انفلوران با غلظت‌هاي بيهوش‌كننده ممكن است باعث شل شدن رحم شده‌و همچنين پاسخ رحم به داروهاي‌اكسي‌توسيك را كاهش دهد.
2 ـ سطوح عميق‌تر بيهوشي با انفلوران بخصوص در حضور تنفس بيش از حدممكن است باعث ايجاد فعاليت‌هاي تشنجي‌در الكتروآنسفالوگرام شود.
3 ـ اين دارو شديد? موجب تضعيف‌عملكرد قلب و دستگاه تنفس مي‌شود.
4 ـ تضعيف عضله قلب توسط اين داروممكن است موجب افت برون ده قلبي وكاهش فشارخون شرياني گردد.
5 ـ در افراد حساس به هوشبرهاي‌هالوژنه ممكن است سميت كبدي ايجادنمايد.
تداخل‌هاي دارويي انفلوران باآمينوگليكوزيدها، خون حاوي تركيبات‌ضد انعقاد سيترات (در صورت انتقال‌مقادير زياد خون ، عوامل مهار كننده‌عصبي ـ عضلاني كاتكل آمين‌ها (دوپامين اپي‌نفرين نوراپي‌نفرين ، پلي ميكسين‌ها ولوودوپا تداخل دارد. ايزونيازيد ممكن‌است باعث افزايش توليد متابوليت‌هاي‌فلورايد از انفلوران كه بالقوه نفروتوكسيك‌هستند، شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت مصرف‌انفلوران براي ادامه بيهوشي توصيه‌مي‌شود مقدار آن بتدريج افزايش يابد.
2 ـ در صورت استفاده از تنفس مكانيكي براي جلوگيري از خطر بروز تشنج و ياتحريك CNS از تنفس بيش از حد بايدخودداري شود.
3 ـ انفلوران به دليل طول اثر كوتاه خودهيچ‌گونه اثرات ضد دردي قابل توجهي بعداز جراحي ايجاد نمي‌كند. بنابراين برخلاف‌ساير بيهوش كننده‌ها ممكن است به‌مصرف يك داروي ضد درد بعد از پايان‌جراحي نياز باشد.

مقدار مصرف براي القاء بيهوشي درجراحي‌ها مقدار مصرف دارو بايد براي هربيمار جداگانه تعيين شود. به عنوان ادامه‌دهنده بيهوشي 3 ـ 0/5 درصد در مخلوطاكسيژن و نيتروزاكساید استنشاق‌مي‌شود. به عنوان داروي همراه در اعمال‌جراحي زنان ـ زايمان 1 ـ 0/5 درصد وبراي زايمان واژينال 1 ـ 0/25 درصداستنشاق مي‌شود. حداكثر مقدار مصرف‌در بزرگسالان براي القاء بيهوشي 4/5% وبه عنوان ادامه دهنده بيهوشي 3% در هوا،اكسيژن يا مخلوط اكسيژن و نيترواكسايداست مقدار مصرف دارو در كودكان بايدبراي هر بيمار به‌طور جداگانه تعيين شود.

اشكال دارويي

For Inhalation

ERGOTAMINE-C

موارد مصرف ترکیب ارگوتامین و کافئین‌براي درمان سردردهاي عروقي مانندحملات حاد میگرن و یا انواع میگرن که به‌سایر داروهاي ضد درد پاسخ نمي‌دهداستفاده مي‌گردد.
مکانیسم اثر: این فرآورده داراي اثرات‌مسدود کننده گیرنده آلفا آدرنرژیك ضدسروتونین و تحریك مستقیم عضلات‌صاف بوده و اثراتي بر CNS دارد. درسردردهاي عروقي با اثر مستقیم بر روي‌عروق جمجمه و تنگ کردن عروق طي‌مرحله گشاد شدن باعث کاهش سردردمي‌گردد.
فارماکوکینتیك جذب ارگوتامین آهسته وناکامل است اما کافئین جذب آن را تسهیل‌مي‌کند. متابولیسم آن احتمالا کبدي است ونیمه عمر آن در حدود 2 ساعت است دفع‌آن از صفرا است کافئین به خوبي وسهولت از مجراي گوارش جذب و در تمام‌قسمت‌هاي بدن انتشار مي‌یابد. متابولیسم‌آن کبدي است و راه دفع آن نیز کلیوي‌است
موارد منع مصرف در صورت وجودبیماري عروق کرونر، عیب کار کبد یا کلیه زیادي شدید فشارخون بیماري‌انسداد عروق محیطي و سندرم رینود،پرکاري تیروئید و پورفیري نباید مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت تکرار تجویزمقادیر بالاي دارو، ممکن است قانقاریا واغتشاش شعور دیده شود.
2 ـ تجویز مقادیر بیش از حد ممکن است‌موجب بروز فیبروز ریوي یا صفاقي شود.
عوارض جانبي بیحسي و گزگز انگشتان‌دست پا یا صورت گرفتگي عضلاني خارش پوست درد در ناحیه بازو، سردشدن یا رنگ پریدگي دستها یا پاها، اسهال سرگیجه تهوع یا استفراغ از عوارض‌جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارویي مصرف همزمان باسایر آلکالوئیدهاي ارگو یا داروهاي‌تنگ‌کننده عروق ممکن است باعث ایسکمي‌عروق محیطي و گانگرن شود. استعمال زیاددخانیات همراه با ارگوتامین ممکن است‌موجب بروز ایسکمي عروق محیطي گردد.به‌دلیل داشتن کافئین در این فرآورده‌مصرف همزمان با سایر داروهاي محرکCNS موجب تحریك بیش‌ازحد CNSمي‌گردد. مصرف همزمان لیتیم همراه باکافئین ممکن است دفع ادراري لیتیم راافزایش داده و اثر درماني آن را کاهش دهد.
نکات قابل توصیه 1 ـ مصرف دارو باشروع اولین علائم حمله میگرني بیشترین‌اثر را دارد.
2 ـ به بیمار توصیه مي‌شود پس از مصرف‌دارو بمدت 2 ـ 1 ساعت در اتاق تاریك‌استراحت نماید.

3 ـ از استعمال دخانيات خودداري شود.
4 ـ مصرف اين دارو در كودكان توصيه‌نمي‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان در شروع حمله يك تا دوقرص مصرف مي‌گردد و حداكثر مقدارمصرف در شبانه روز 4 قرص مي‌باشد.در صورت نياز به تكرار حداقل فاصله‌زماني مصرف 4 روز و حداكثر 8 قرص درهفته مي‌باشد.
اشكال دارويي
coated Tablet : Ergotamine tartrate 1 mg+ Caffeine 100mg

ETHER

موارد مصرف اتر به عنوان داروي بيهوش‌كننده مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك حداقل غلظت آلوئولي (MAC) اتر 1/92% است
موارد منع مصرف در بيماران مبتلا به‌ديابت عيب كار كليه افزايش فشار مايع‌مغزي ـ نخاعي و بيماري شديد كبد نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ مصرف اتر در شرايط گرم ومرطوب براي بيماران تب دار توصيه‌نمي‌شود. در اين موارد اتر ممكن است‌باعث ايجاد حركات تشنجي بخصوص دركودكان و بيماراني كه آتروپين دريافت‌كرده‌اند، شود.
2 ـ هوشيابي بعد از بيهوشي طولاني مدت‌با اتر آهسته بوده و استفراغ بعد ازبيهوشي شايع است
3 ـ اتر در اغلب موارد باعث تحريك‌سيستم تنفسي مي‌گردد.
عوارض جانبي تحريك مخاط تنفسي اسپاسم حنجره كاهش شديد فشار خون افزايش شديد دماي بدن و تشنج ازعوارض جانبي اتر است
تداخل‌هاي دارويي اتر با داروهاي شل‌كننده عضلات تداخل دارد.
نكات قابل توصيه مصرف آتروپين و ياساير داروهاي مشابه براي كاهش‌ترشحات بزاق و برونش توصيه مي‌شود.
مقدار مصرف به منظور حصول بيهوشي ابتدا با غلظتي معادل 20 ـ 10 درصد هواي‌دمي استفاده مي‌شود كه در صورت نياز،مي‌توان اين غلظت را افزايش داد. براي‌نگهداري بيهوشي سبك با غلظت 5 درصدو در مورد بيهوشي عميق ممكن است تاغلظت 10 درصد نيز مورد استفاده قرارگيرد.
اشكال دارويي
For Inhalation

ETOMIDATE

موارد مصرف اتوميديت يك داروي بيهوش‌كننده است كه براي القاء بيهوشي مصرف‌مي‌شود. اين دارو بخصوص در بيماران‌مبتلا به اختلالات قلبي ـ عروقي مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: اتوميديت يك خواب آوركوتاه اثر است كه احتمالا اثراتي مشابهGABA دارد.
فارماكوكينتيك اتوميديت سريع? توسطكبد متابوليزه و غير فعال مي‌گردد. نيمه‌عمر آن حدود 75 دقيقه است و شروع اثرآن طي يك دقيقه بعد از تزريق مي‌باشد.طول مدت اثر دارو وابسته به مقدارمصرف و معمولا 5 ـ 3 دقيقه است زمان‌هوشيابي آن نيز كمي سريعتر از تيوپنتال‌است
هشدارها: 1 ـ مصرف اتوميديت هنگام‌زايمان توصيه نمي‌شود.
2 ـ مصرف اتوميديت در اختلالات سيستم‌ايمني عفونت و موارد پيوند اعضا بايد بااحتياط فراوان صورت گيرد.
نكات قابل توصيه 1 ـ تزريق داخل عضلاني‌دارو مي‌تواند موجب بروز درد در ناحيه‌تزريق شود كه با پيش درماني با يك ضددرد مخدر و يا استفاده از وريدهاي بزرگ‌مي‌توان موجب كاهش اين عارضه شد.
2 ـ مصرف توام اتوميديت با داروهاي‌بلوك كننده عصبي ـ عضلاني معمولا تاثيرقابل توجهي بر روي مقدار مصرف اين‌داروها هنگام لوله گذاري داخل تراشه‌اي‌نمي‌گذارد.
مقدار مصرف مقدار مصرف دارو
بايد براي هر بيمار جداگانه تعيين
شود. به عنوان يك راهنماي كلي دربزرگسالان و كودكان 10 سال به بالا مقدارمصرف به عنوان بيهوش كننده عمومي0/6 mg/kg ـ 0/2 است كه به‌صورت تزريق‌آهسته داخل وريدي تجويز مي‌شود. دربيماران با ريسك خطر بالا با ميزان0/1mg/kg/min تا حصول بيهوشي (حدود3 دقيقه ، تجويز مي‌گردد. مصرف اين دارودر كودكان زير 10 سال توصيه نمي‌شود.
اشكال دارويي
Injection : 20 mg / 10 ml

FENTANYL

موارد مصرف فنتانيل يك ضد درد مخدراست كه به عنوان داروي ضد درد هنگام‌عمل جراحي افزايش بيهوشي و تضعيف‌تنفس در هنگام تنفس كمكي و دردهاي‌مزمن سرطاني مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: ضد دردهاي مخدر با اتصال‌به گيرنده‌هاي خاصي در CNS باعث تغييردر دريافت و پاسخ به تحريكات دردمي‌شوند. آزاد شدن واسطه‌هاي عصبي ازاعصاب آوران حساس به تحريكات‌دردناك احتمالا با اين داروها كاهش يافته‌يا مهار مي‌شود.
فارماكوكينتيك فنتانيل براحتي از سدخوني ـ مغزي عبور مي‌كند. تجمع فنتانيل‌در بافت‌هاي چربي ممكن است باعث‌طولاني شدن طول اثر دارو شود.متابوليسم دارو كبدي است فنتانيل نيمه‌عمر سه مرحله‌اي دارد و نيمه عمر دفعي‌آن 3/6 ساعت است زمان شروع اثر داروحدود 15 ـ 7 دقيقه بعد از تزريق عضلاني و2 ـ 1 دقيقه بعد از تزريق وريدي است و طي30 ـ 20 دقيقه بعد از تزريق عضلاني و 5 ـ 3دقيقه بعد از تزريق وريدي به حداكثر اثرخود مي‌رسد. دفع دارو عمدت? كبدي است
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود عيب كاركبد بايد با احتياط فراوان تجويز شود.
2 ـ داروهاي ضد درد مخدر باعث تشديدضعف تنفسي مي‌شوند.
عوارض جانبي برادي كاردي كاهش‌فشارخون و ضعف تنفسي طي و بعد ازعمل جراحي از عوارض شايع و مهم‌فنتانيل هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌فنتانيل با بنزوديازپين‌ها، داروهاي‌تضعيف كننده CNS و داروهاي مهار كننده‌آنزيم‌هاي كبدي باعث تشديد عوارض‌جانبي دارو مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ هنگام تجويز داروبايد امكانات لازم براي كنترل علائم‌مسموميت احتمالي با دارو از جمله‌آنتاگونيست‌هاي مواد مخدر در دسترس‌باشد.
2 ـ تزريق وريدي دارو بهتر است‌به‌صورت آهسته و طي حداقل 2 ـ1 دقيقه‌صورت گيرد.
3 ـ اگر چه مصرف همزمان بنزوديازپين‌هاممكن است باعث بهبود بيهوشي گردد،احتمال افزايش ضعف تنفسي و يا كاهش‌فشار خون بايد در نظر گرفته شود.
4 ـ مصرف متناوب دارو ممكن است باعث‌ايجاد تحمل به اثرات دارو وابستگي واعتياد شود.
مقدار مصرف

بزرگسالان در صورت تنفس خود به‌خودي به ميزان 200 ـ 50 ميكروگرم درداخل ورید تزريق مي‌شود و سپس درصورت نياز 50 ميكروگرم تجويزمي‌گردد. در تنفس كمكي به ميزان
3/5 ـ 0/3 ميلي گرم تجويز كه در صورت‌نياز 200 ـ 100 ميكروگرم اضافه مي‌شود.
به‌عنوان داروي قبل از بيهوشي 1/4mcg/kgـ 0/7 نيم تا يك ساعت قبل از جراحي تزريق‌عضلاني مي‌شود. بعد از عمل جراحي نيزهمين مقدار با فاصله زماني 2 ـ 1 ساعت (درصورت نياز) تزريق مي‌شود.
كودكان در كودكان در صورت تنفس خودبه خودي به ميزان 5 mcg/kg ـ 3 تزريق‌وريدي مي‌شود كه در صورت نياز به ميزان1mcg/kg اضافه مي‌شود. در صورت تنفس‌كمكي به ميزان 15 ميكروگرم تجويز كه درصورت نياز 3mcg/kg ـ 1 به آن افزوده‌مي‌گردد.
اشكال دارويي
:Ascitrate
Injection : 0.5 mg/ 10ml

FLUMAZENIL

موارد مصرف فلومازنيل به منظور رفع‌اثرات سداتيو بنزوديازپين‌ها در مواردايجاد بيهوشي مراقبت‌هاي ويژه وكاربردهاي تشخيصي به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو آنتاگونيست رقابتي‌گيرنده بنزوديازپين مي‌باشد و با اثرمضعف CNS بنزوديازپين‌ها تداخل‌مي‌كند.
فارماكوكينتيك اين دارو با تجويز داخل‌وريدي سريع? عمل مي‌كند. به دليل‌كليرانس سريع كبدي داراي نيمه عمركوتاه حدود 1/3 ـ 0/7 ساعت مي‌باشد.
موارد منع مصرف در بيماران صرعي كه‌به مدت طولاني تحت درمان بابنزوديازپين‌ها بوده‌اند، نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد وابستگي‌به بنزوديازپين‌ها، نارسايي كبدي آسيب‌شديد مغزي سالمندان و كودكان بايد بااحتياط فراوان مصرف شود.
2 ـ قبل از تجويز اين دارو، از برطرف شدن‌بلوك عصب ـ عضله (ناشي از مصرف‌داروهاي شل كننده عضلات اسكلتي بايداطمينان حاصل شود.
3 ـ در بيماران مضطرب يا بعد ازجراحي‌هاي بزرگ از تزريق سريع اين‌دارو بايد اجتناب شود.
عوارض جانبي تهوع استفراغ برافروختگي صورت تحريك پذيري اضطراب و ترس افزايش موقتي‌فشارخون و ضربان قلب و ندرت? تشنج ازعوارض جانبي دارو هستند.
نكات قابل توصيه چون اين دارو كوتاه
اثر مي‌باشد و از طرفي اثرات‌بنزوديازپين‌ها حداقل براي 24 ساعت‌ادامه مي‌يابد، ممكن است تجويز مكرر اين‌دارو لازم باشد.
مقدار مصرف ابتدا 200 ميكروگرم در
طي 15 ثانيه تزريق وريدي مي‌شود و درصورت نياز 60 ثانيه بعد 100 ميكروگرم‌تزريق مي‌شود. مقدار مصرف معمول اين‌دارو 600 ـ 300 ميكروگرم مي‌باشد.حداكثر مقدار مصرف 1 ميلي‌گرم
(2 ميلي‌گرم در موارد مراقبت‌هاي ويژه است در صورتي كه بعد از تزريق اين‌دارو، خواب آلودگي مجدد? بروز كند، براساس ميزان بيداري بيمار، بين 400 ـ 100ميكروگرم در ساعت انفوزيون وريدي‌مي‌گردد.
اشكال دارويي
Injection : 0.5 mg/5 ml

موارد مصرف فلوپن تيگزول دراسكيزوفرني و حالات رواني ديگرخصوص? همراه با بي‌ثباتي خلقي وكناره‌گيري (به استثناء مانيا يا افزايش‌فعاليت رواني ـ حركتي و نيز در افسردگي‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو اثر درماني خود راعمدت? با انسداد گيرنده‌هاي دوپاميني درسيستم اعصاب مركزي ايجاد مي‌نمايد.همچنين گيرنده‌هاي آلفا ـ آدرنرژيكي وموسكاريني تحت تاثير اين دارو تا حدودي‌مهار مي‌گردند.
فارماكوكينتيك حداكثر غلظت پلاسمايي
آن با تزريق عضلاني شكل دكانوات پس از10 ـ 3 روز ايجاد مي‌گردد. اين دارو به‌طوروسيعي در كبد متابوليزه و به آهستگي ازراه ادرار دفع مي‌گردد.
موارد منع مصرف در حالاتي مانند گيجي‌دوران پيري بيماران تحريك‌پذير و بيش‌از حد فعال و پورفيري و نيز همراه با سايرداروهاي تضعيف كننده مغز استخوان و ياسيستم اعصاب مركزي نيز در بيماري‌فئوكروموسيتوم نبايد مصرف گردد.
هشدارها: 1 ـ فلوپن تيگزول را در مبتلايان‌به بيماري‌هاي قلبي ـ عروقي بيماري‌عروق مغزي پاركينسون ريوي صرعي‌يا دچار عفونت حاد بايد با احتياط فراوان‌مصرف نمود.
2 ـ در بيماران دچار صدمات كليوي وكبدي بايد با احتياط به‌كار رود. درصدمات شديد كبدي نبايد مصرف شود.
3 ـ در بيماران با سابقه زردي لكوپني كم‌كاري غده تيروئيد، مياستني گراو، بزرگي‌توده پروستات و گلوكوم با زاويه بسته خصوص? در افراد مسن بايد با احتياطمصرف شود.
عوارض جانبي آرامش بيش از حد و خواب‌آلودگي بي‌ثباتي خلقي كابوس‌هاي شبانه بي‌خوابي تحريك سرخوشي ممكن است‌بروز نمايد. در مصارف طولاني مدت‌ديسكينزي ديررس ممكن است ايجادگردد. آثار ضد موسكاريني نظير يبوست خشكي دهان احتقان بيني احتباس ادرار وتاري ديد نيز بندرت بروز مي‌نمايد.
تداخل‌هاي دارويي اين دارو ممكن است
اثر آنتي كولينرژيك داروهايي نظيرآتروپين و ضد افسردگيهاي سه حلقه‌اي اثر كاهنده فشارخون هوشبرها و بعضي‌داروهاي ضد فشار خون نظير گوانتيدين واحتمالا كلونيدين را افزايش دهد. مصرف‌آن همراه با داروهاي ضد آريتمي و نيزترفنادين و بتابلوكرها خطر ايجاد آريتمي‌بطني را افزايش دهد. همچنين ممكن است‌اثر داروهاي ضد صرع را كاهش دهد.

نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف اين داروبراي درمان افسردگيهاي شديد و حالات‌هيجان يا فعاليت زياد نظير مانيا توصيه‌نمي‌شود.
2 ـ اين دارو ممكن است در ابتداي درمان‌سبب ايجاد خواب آلودگي گردد، لذاراانندگي يا كار با ابزارهاي دقيق را ممكن‌است تحت تاثير قرار دهد.
3 ـ از قطع مصرف ناگهاني دارو پرهيزشود.
مقدار مصرف در درمان جنون فلوپن‌تيگزول ابتدا به ميزان 9 ـ 3 ميلي‌گرم دوباردر روز تجويز گرديده و برحسب‌پاسخدهي ميزان مصرف آن حداكثر تا18mg/day افزايش داده مي‌شود. در افرادمسن (يا ضعيف ابتدا دارو به ميزان نصف‌يا يك چهارم افراد بالغ مصرف مي‌شود.مصرف اين دارو در كودكان توصيه‌نمي‌شود. در درمان افسردگي ابتدا به‌ميزان 1 ميلي گرم (در سالمندان 0/5 ميلي‌گرم در هنگام صبح مصرف مي‌شود. كه‌بعد از يك هفته به ميزان 2 ميلي گرم (درسالمندان 1 ميلي گرم و در صورت نياز تاحداكثر 3 ميلي گرم (در سالمندان 2 ميلي‌گرم در روز افزايش مي‌يابد. مقادير بيش‌از 2 ميلي گرم (در سالمندان 1 ميلي گرم بايستي در دو نوبت منقسم مصرف شود.
مقدار مصرف دوم بايستي تا قبل از 4 بعداز ظهر در نظر گرفته شود.
اشكال دارويي
Injection : 20 mg / ml

FLUPHENAZINE

موارد مصرف فلوفنازين در درمان‌اسكيزوفرني و حالات رواني ديگر، مانيا ونيز درمان كمكي كوتاه مدت هيجان شديد،تحريكات رواني ـ حركتي اضطراب ورفتارهاي ناگهاني شديد به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: فلوفنازين گيرنده‌هاي‌دوپاميني را مهار نموده و اثر درماني ود را با مهار اين گيرنده‌ها در سيستم‌مزوليمبيك و مزوكورتيكال اعمال‌مي‌نمايد. همچنين سبب مهار گيرنده‌هاي‌آلفاآدرنرژيك و موسكاريني مي‌گردد.
فارماكوكينتيك از راه خوراكي خوب جذب‌شده و در كبد متابوليزه مي‌گردد. اشكال‌تاخيري با تزريق عضلاني آهسته جذب‌شده و تا مدت طولاني (6 هفته ممكن است‌اثر آن باقي بماند. دفع آن عمدت? كليوي و تاحدودي از طريق صفرا است
موارد منع مصرف در حالاتي مانند گيجي‌دوران پيري بيماران تحريك‌پذير و بيش‌از حد فعال و پورفيري و نيز همراه با
ساير داروهاي تضعيف كننده مغزاستخوان و يا سيستم اعصاب مركزي بيماري فئوكروموسيتوم و نيز در صورت‌افسردگي نبايد مصرف گردد.
هشدارها: 1 ـ فلوفنازين در بيماران دچارپاركينسون يا اختلالات قلبي ـ عروقي ريوي صرع و عفونت حاد بايد با احتياطفراوان مصرف شود.
2 ـ در صدمات كليوي و كبدي بايد بااحتياط مصرف گردد.
3 ـ در افراد با سابقه يرقان لكوپني كم‌كاري تيروئيد، مياستني گراو، بزرگي‌توده پروستات و گلوكوم با زاويه بسته‌خصوص? در افراد مسن بايد با احتياطمصرف شود.
عوارض جانبي فلوفنازين ممكن است سبب‌كابوس‌هاي شبانه بي‌خوابي و افسردگي‌يا بي‌ثباتي خلقي گردد. آثار ضدموسكاريني مثل خشكي دهان يبوست احتباس ادرار، تاري ديد و نيز كاهش‌فشارخون وضعيتي با تجويز اين دارو درمقايسه با كلرپرومازين بميزان كمتري‌ايجاد مي‌گردد. تاكي كاردي آريتمي وتغيير در ECG ممكن است بروز نمايد.علائم خارج هرمي خصوص? واكنش‌هاي‌ديستونيك و آكاتزي با فلوفنازين شايعترمي‌باشد.
تداخل‌هاي دارويي همراه با هوشبرهاي‌عمومي اثر كاهنده فشار خون آن تشديدمي‌گردد. مصرف فلوفنازين همراه‌داروهاي ضد آريتمي و نيز ترفنادين وبتابلوكرها خطر بروز آريتمي بطني راافزايش مي‌دهد. مصرف فلوفنازين همراه‌با ضد افسردگيهاي سه حلقه‌اي و نيزداروهاي آنتي كولينرژيك سبب افزايش‌اثرات ضد موسكاريني آنها مي‌گردد. اين‌دارو ممكن است با كاهش آستانه تشنج اثرداروهاي ضد صرع را كاهش دهد.

نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو ايجاد خواب‌آلودگي مي‌كند. لذا انجام فعاليتهاي دقيق‌مانند رانندگي و كار با ماشين‌آلات ياوسايلي را كه نياز به دقت و هوشياري‌دارد، تحت تاثير قرار مي‌دهد.
2 ـ از قطع ناگهاني مصرف دارو بايدخودداري شود.
3 ـ مصرف اين دارو در كودكان توصيه‌نمي‌شود.
مقدار مصرف در اسكيزوفرني حالات‌رواني ديگر يا مانيا، ابتدا به ميزان 10 mg/day ـ 2/5 در 3 ـ 2 مقدار منقسم‌به‌كار رفته و برحسب پاسخ دهي بيمار تا 20 mg/day مصرف مي‌شود. مقاديربيشتر از 20 mg/day (در افراد مسن 10ميلي‌گرم فقط با احتياط كامل مصرف‌مي‌شود. فلوفنازين به‌عنوان داروي كمكي‌و كوتاه مدت در درمان هيجان شديد،تحريكات رواني ـ حركتي اضطراب واختلالات رفتاري ناگهاني ابتدا به ميزان 1ميلي‌گرم 2 بار در روز و برحسب نيازبيمار تا 2 ميلي‌گرم 2 بار در روز به‌كارمي‌رود.
اشكال دارويي
Coated Tablet : 1 mg, 2.5 mg
Injection (As Decanoate) : 25 mg / ml

موارد مصرف اين دارو در درمان كوتاه‌مدت بي‌خوابي به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: با اثر برگيرنده‌هاي‌اختصاصي در غشاي سلول عصبي اثرمهاري گاما آمينوبوتيريك اسيد (GABA) راتسهيل كرده يا افزايش مي‌دهد.
فارماكوكينتيك از طريق خوراكي به سرعت‌جذب و توسط كبد متابوليزه مي‌شود.متابوليت آن و مقدار كمي از داروي تغييرنيافته از طريق كليه دفع مي‌گردد. نيمه عمرآن 70 ـ 20 ساعت است متابوليت آن فعال‌است كه نيمه عمر آن 100 ـ 47 ساعت‌مي‌باشد.
موارد منع مصرف در صورت وجودضعف تنفسي نارسايي حاد ريوي نارسايي حاد كبد، مياستني گراو، حالات‌ترس وسواس افسردگي و يا جنون مزمن‌نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در بيماريهاي تنفسي ضعف‌عضلاني سابقه مصرف نابجاي دارو يااختلال شخصيتي بايد با احتياط فراوان‌مصرف شود.
2 ـ در اختلال كار كبدي و كليوي سالمندان‌و افراد ضعيف مقدار مصرف دارو بايد كم‌شود.
3 ـ در پورفيري دارو با احتياط مصرف‌شود.
4 ـ از مصرف طولاني مدت و سپس قطع‌ناگهاني مصرف خودداري شود.
عوارض جانبي خواب آلودگي گيجي درروز بعد، منگي عدم تعادل (بخصوص درافراد پير)، فراموشي و وابستگي به دارو ازعوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان داروبا داروهاي مضعف CNS مانند ضددردهاي مخدر، بيهوش كننده‌هاي عمومي مهار كننده‌هاي مونوآمينواكسيداز، ضدافسردگي‌هاي سه حلقه‌اي و داروهاي‌پايين آورنده فشار خون كه باعث تضعيفCNS مي‌شوند (مانند كلونيدين و متيل‌دوپا) و رزرپين ممكن است موجب تشديداثر مضعف CNS آن شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ اگر بعد از چند هفته‌اثر درماني دارو كاهش يافت به پزشك‌مراجعه شود.
2 ـ حداكثر اثر بخشي دارو ممكن است‌حتي طي دو يا سه شب بعد از شروع درمان‌نيز حاصل نگردد.
3 ـ اگر دارو بايد به مدت طولاني مصرف‌شود، قبل از قطع مصرف دارو با پزشك‌مشورت شود.
4 ـ در هنگام اين دارو از انجام دادن‌كارهايي كه نياز به دقت و مهارت دارند،پرهيز شود.
مقدار مصرف 30 ـ 15 ميلي‌گرم در موقع‌خواب (در افراد مسن يا ناتوان

15ميلي‌گرم مصرف مي‌شود. مصرف اين‌دارو در كودكان توصيه نمي‌شود.
اشكال دارويي
Capsule : 15 mg

موارد مصرف هالوپريدول در درمان‌اسكيزوفرني و حالات رواني ديگر، مانيا،درمان كوتاه مدت و كمكي تحريكات رواني- حركتي تحريك پذيري و برآشفتگي و نيزدرمان كوتاه مدت و كمكي اضطراب شديد،بهبود تيك‌هاي حركتي و علائم سندرمtourette و حركات كره‌اي مربوط به آن‌به‌كار مي‌رود. همچنين در درمان سكسكه‌مقاوم مصرف مي‌گردد.
مكانيسم اثر: هالوپريدول اثر درماني خودرا عمدت? با انسداد گيرنده‌هاي دوپاميني‌اعمال مي‌نمايد. گيرنده‌هاي آلفا -آدرنرژيك و موسكاريني نيز توسطهالوپريدول تا حدودي مسدود مي‌شوند.
فارماكوكينتيك هالوپريدول از راه خوراكي‌تا حدود 60 درصد جذب مي‌گردد.متابوليسم كبدي وسيعي داشته و حداكثرغلظت خوني آن 6 ـ 2 ساعت پس از مصرف‌خوراكي ايجاد مي‌گردد. نيمه عمر اين دارو37 ـ 12 ساعت بوده به ميزان زيادي از راه‌كليه و مقداري نيز از راه صفرا دفع‌مي‌گردد.
موارد منع مصرف در حالاتي مانند گيجي‌دوران پيري بيماران تحريك‌پذير و بيش‌از حد فعال و پورفيري و نيز همراه با سايرداروهاي تضعيف كننده مغز استخوان و ياسيستم اعصاب مركزي در بيماري‌فئوكروموسيتوم و نيز در بيماري‌عقده‌هاي قاعده‌اي مغز نبايد تجويز گردد.
هشدارها: 1 ـ در بيماريهاي قلبي ـ عروقي پاركينسون صرع اختلالات تنفسي وعفونت حاد بايد با احتياط فراوان مصرف‌گردد.
2 ـ در صدمات كليوي و كبدي بايد بااحتياط فراوان تجويز شود.
3 ـ بيماران مبتلا به تيروئيد سمي و نيزكودكان به واكنش‌هاي ديستونيك وآكاتزي ناشي از مصرف هالوپريدول‌حساستر مي‌باشند. در كودكان زير 3 سال‌مصرف آن توصيه نمي‌شود.
عوارض جانبي آرامش بيش از حد و خواب‌آلودگي بي‌ثباتي خلقي كابوس‌هاي شبانه بي‌خوابي تحريك سرخوشي ممكن است‌بروز نمايد. در مصارف طولاني مدت‌ديسكينزي ديررس ممكن است ايجادگردد. آثار ضد موسكاريني نظير يبوست خشكي دهان احتقان بيني احتباس ادرار وتاري ديد نيز بندرت بروز مي‌نمايد.
عوارض خارج هرمي خصوص?واكنش‌هاي ديستونيك و آكاتزي بخصوص در تيروئيد سمي شايع‌ترمي‌باشند. عوارضي از قبيل خستگي ضعف گاهگاهي بروز مي‌نمايد.
تداخل‌هاي دارويي داروهاي هوشبر اثركاهنده فشار خون هالوپريدول را افزايش‌مي‌دهند. ريفامپيسين و كاربامازپين‌متابوليسم كبدي هالوپريدول را

افزايش‌داده سبب كاهش غلظت پلاسمايي آن‌مي‌گردند. داروهاي ضد افسردگي سبب‌افزايش اثر ضد موسكاريني هالوپريدول‌مي‌گردند. فلوكستين غلظت پلاسمايي‌هالوپريدول را افزايش مي‌دهد.هالوپريدول احتمالا با كاهش آستانه تشنج با اثر داروهاي ضد صرع مقابله مي‌نمايد.داروهاي نظير متيل دوپا و ليتيم سبب‌افزايش عوارض خارج هرمي هالوپريدول‌مي‌گردند.
نكات قابل توصيه اثر ساير داروهاي‌تضعيف كننده CNS مانند داروهاي‌آرامبخش خواب آور و ضد دردهاي قوي‌بوسيله اين دارو افزايش مي‌يابد.
مقدار مصرف
خوراكي در درمان اسكيزوفرني و سايرحالات رواني مانيا، درمان كوتاه مدت وكمكي تحريكات رواني حركتي ورفتارهاي پيچيده خطرناك در ابتدا به‌ميزان 3 ـ 1/5 ميلي‌گرم 3 ـ 2 بار در روز ويا 5 ـ 3 ميلي گرم 3 ـ 2 بار در روز براي‌بيماران مقاوم يا حالات شديد بيماري‌تجويز مي‌شود. در اسكيزوفرني مقاوم‌ممكن است روزانه تا 100 ميلي گرم بندرت تا 120 ميلي گرم مورد نياز باشد.برحسب پاسخ بيمار بايستي حداقل ميزان‌دارو را به‌عنوان مقدار مصرف نگهدارنده حدود 10 ـ 5 ميلي گرم در روز)، تجويزنمود. در سالمندان يا افراد ضعيف در ابتدا،معادل نصف مقدار مصرف بالغين تجويزمي‌گردد.
در كودكان ابتدا 50 mcg/kg/day ـ 25(در 2 مقدار منقسم حداكثر تا 10 ميلي گرم‌تجويز مي‌گردد. در افراد جوان يا بالغ‌حداكثر 30mg/day (در موارد استثنايي 60ميلي گرم ، مصرف مي‌شود.
در سكسكه مقاوم به ميزان 1/5ميلي‌گرم 3 بار در روز تجويز مي‌شود كه‌بر حسب پاسخدهي بيمار مقدار مصرف رامي‌توان تنظيم نمود. در كودكان مصرف‌دارو توصيه نمي‌شود.
تزريقي
بطريق تزريق داخل عضلاني به‌ميزان 10 ـ 2 ميلي‌گرم تجويز مي‌شود.مقادير بعدي هر 8 ـ 4 ساعت و برحسب‌پاسخدهي بيمار (تا هر يك ساعت درصورت ضرورت و حداكثر تا 60ميلي‌گرم تجويز مي‌شود. افرادي كه به‌شدت دچار اختلال روحي و رواني شده‌باشند ممكن است در ابتداي درمان تا 30ميلي گرم دارو نياز داشته باشند. مصرف‌دارو در كودكان توصيه نمي‌شود.
براي كنترل تهوع و استفراغ به ميزان
2 ـ 0/5 ميلي‌گرم تجويز مي‌گردد.
اشكال دارويي
Oral Solution (As lactate): 2 mg / ml

Injection : (As lactate) 5 mg / ml, (Asdecanoate) 50 mg / ml
Scored Tablet : 2 mg , 5 mg

HALOTHANE

موارد مصرف هالوتان به عنوان بيهوش‌كننده براي القاء و ادامه بيهوشي مصرف‌مي‌شود. هالوتان همچنين با مقاديرمصرف كم همراه با ساير بيهوش كننده‌هادر جراحي سزارين مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك حداقل غلظت آلوئولي (MAC) هالوتان هنگام مصرف با اكسيژن0/75% و هنگام مصرف با نيتروزاكسايدهفتاد درصد 0/29% است ضريب توزيع‌خون به گاز آن 2/3 است تا حدود 20%مقدار مصرف آن متابوليزه مي‌شود. بين80 ـ 60 درصد آن به‌صورت تغيير نيافته ازطريق ريه‌ها دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف هالوتان نبايد درصورت وجود هيپرترمي بدخيم يرقان باعلت نامشخص و سابقه ابتلاء به اين‌بيماري‌ها متعاقب مصرف قبلي دارومصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود عيب كاركبد، يرقان يا آسيب حاد ناشي از مصرف‌قبلي هالوتان تجويز هالوتان بايد بااحتياط فراوان صورت گيرد.
2 ـ مصرف هالوتان در زايمان واژينال‌توصيه نمي‌شود، مگر آنكه به شل شدن‌رحم نياز باشد.
3 ـ هالوتان ضربان قلب و نبض وترشحات بزاق و دستگاه تنفس را كاهش‌مي‌دهد.
4 ـ هالوتان به ميزان زيادي عضله قلب رابه اثرات داروهاي سمپاتوميمتيك بخصوص كاتكل آمين‌ها، حساس مي‌كند.اين امر باعث افزايش خطر بروزآريتمي‌هاي بطني شديد مي‌گردد. داروهاي‌سمپاتوميمتيك بايد با احتياط فراوان ومقدار مصرف كم در بيماراني كه هالوتان‌دريافت كرده‌اند، مصرف شوند.
5 ـ بيماران مبتلا به فئوكروموسيتوم ممكن‌است بيشتر در معرض خطر آريتمي ناشي‌از مصرف هالوتان باشند.
عوارض جانبي هالوتان ممكن است باعث‌سميت كبدي به‌صورت يرقان خفيف‌تانكروز كبدي شود. داروهاي بيهوش‌كننده همچنين ممكن است باعث اختلال درمهارتهاي رواني ـ حركتي شوند. هذيان وتوهم بعد از بيهوشي از عوارض نسبت?شايع هالوتان است هيپوكسمي كاهش‌فشارخون و آريتمي گذرا نيز ممكن است‌بروز نمايد.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌هالوتان با آمينوگليكوزيدها، و عوامل مهاركننده عصبي ـ عضلاني موجب تشديد شل‌شدن عضلات مي‌گردد. تجويز توأم باتئوفيلين تركيبات تقويت كننده سيستم‌دوپاميني مثل لوودوپا و كاتكل آمين‌ها(دوپامين اپي‌نفرين نوراپي نفرين ،موجب بروز، آريتمي

مي‌گردد مصرف‌توام فني توئين با هالوتان ممكن است باعث‌افزايش سميت كبدي ناشي از هالوتان‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ قبل از تجويز دارو، ازعدم مصرف قبلي دارو يا بروز عوارض‌نسبت به آن در بيمار بايد اطمينان حاصل‌شود.
2 ـ تكرار تجويز دارو در فاصله زماني‌كمتر از 3 ماه صحيح نمي‌باشد.
مقدار مصرف
بزرگسالان به منظور القاء بيهوشي مقدارمصرف بايد براي هر فرد جداگانه تعيين‌شود. براي القاء بيهوشي بتدريج به ميزان4 ـ 2 درصد همراه با اكسيژن يانيتروزاكساید استفاده مي‌شود و به ميزان1/5 ـ 0/5 درصد براي نگهداري بيهوشي‌مصرف مي‌شود.
كودكان براي القاء بيهوشي به ميزان
2 ـ 1/5 درصد استفاده مي‌شود.
اشكال دارويي
For Inhalation : 250 ml / Bottle

IBUPROFEN

موارد مصرف ايبوپروفن در تسكين درد والتهاب روماتيسمي انواع آرتريت (شامل‌آرتريت جوانان و ديگر اختلالات عضلاني‌ـ اسكلتي به‌كار مي‌رود. همچنين دردردهاي ملايم تا متوسط نظير قاعدگي‌دردناك دردهاي و بعد از عمل جراحي تب‌و درد در كودكان مصرف مي‌گردد.
مكانيسم اثر: ايبوپروفن اثرات ضد التهاب ضد درد و ضد تب خود را احتمالا از طريق‌مهار ساخت پروستاگلاندين‌ها اعمال‌مي‌نمايد.
فارماكوكينتيك ايبوپروفن پس از مصرف‌خوراكي سريع? جذب شده و حداكثر غلظت‌سرمي آن بعد از 2 ـ 1 ساعت ايجادمي‌گردد. 99 درصد دارو به پروتئين‌هاي‌پلاسما متصل گشته و در كبد متابوليزه‌مي‌گردد. نيمه عمر آن 2 ـ 1/8 ساعت بوده‌و از راه ادرار دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف ايبوپروفن در بيماران‌داراي سابقه حساسيت به ASA يا ديگرداروهاي NSAID و نيز در بيماراني كه‌سابقه حمله آسم آنژيوادم كهير يا رينيت‌ناشي از NSAIDs وجود دارد، نبايدمصرف گردد.
هشدارها: 1 ـ در بيماران دچار اختلالات‌كليوي كبدي يا قلبي با احتياط و با حداقل‌ميزان ممكن به‌كار رود. در ضمن عملكردكليه بايد مرتب? كنترل گردد.
2 ـ ايبوپروفن در بيماران دچار زخم معده‌فعال نبايد به‌كار رود و بهتر است دربيماران دچار زخم گوارشي يا سابقه آن از مصرف اين دارو پرهيز نموده و درصورت بروز صدمات معدي ـ روده‌اي‌مصرف آن قطع گردد.
3 ـ اين دارو در افراد سالمند با احتياطتجويز شود.
عوارض جانبي ناراحتي دستگاه گوارش‌نظير تهوع اسهال و گاهگاهي خونريزي وزخم ممكن است ايجاد گردد. عوارض ديگرشامل واكنش‌هاي آلرژيك به‌ويژه‌آنژيوادم برونكو اسپاسم و بثورات‌جلدي همچنين سردرد، سرگيجه گيجي اختلالات شنوايي نظير وزوز گوش و دفع‌خون در ادرار مي‌باشد.
تداخل‌هاي دارويي مصرف ايبوپروفن
به همراه مهار كننده‌هاي آنزيم تبديل
كننده آنژيوتانسين (ACE)، سبب معكوس‌نمودن اثر ضد فشار خون آنها گرديده ونيز خطر نارسايي كليوي و افزايش
پتاسيم خون احتمالا افزايش مي‌يابد.ايبوپروفن همراه با داروهاي ضد ميكروبي‌از دسته كينولون‌ها خطر بروز تشنج راافزايش مي‌دهند. اثر داروهاي پايين
آورنده قند خون سولفونيل اوره احتمالابوسيله اين دارو افزايش مي‌يابد.

مصرف‌همزمان با سيكلوسپورين خطر سميت‌كليوي را افزايش مي‌دهد. دفع ليتيوم واحتمالا متوتركسات بوسيله ايبوپروفن‌كاهش يافته و سميت آنها افزايش
مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در بيماران با سابقه‌زخم در دستگاه گوارش بايد با احتياطمصرف گردد.
2 ـ در صورت بروز هر گونه اختلال دربينايي بايد با پزشك مشورت شود، زيرااحتمال بروز تنبلي چشم (آمبليوپاتي وجود دارد.
3 ـ در بيماران دچار اختلالات قلبي كاهش‌فشارخون خيز يا اختلالات انعقادي و نيزتحت درمان با وارفارين بايد با احتياطبه‌كار رود.
4 ـ مصرف اين دارو در كودكان زير سن 7سال توصيه نمي‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان ابتدا به ميزان g/day 1/8 ـ 1/2(در 4 ـ 3 مقدار منقسم و ترجيح? بعد از غذامصرف مي‌گردد. در صورت نياز حداكثرتا g/day 2/4 به‌كار مي‌رود. مقدار مصرف‌نگهدارنده دارو g/day 1/2 ـ 0/6 است
كودكان در كودكان 20mg/kg/day به‌صورت منقسم و در آرتريت جوانان تا40mg/day مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Coated Tablet : 200 mg, 400 mg
Oral Suspension : 100 mg / 5 ml

INDOMETHACIN

موارد مصرف ايندومتاسين براي كنترل‌درد و التهاب متوسط تا شديد دربيماريهاي روماتيسمي و اختلالات حادعصبي ـ عضلاني ديگر به‌كار مي‌رود.همچنين در درمان نقرس حاد، قاعدگي‌دردناك و براي بستن مجراي شرياني درنوزاد مصرف مي‌گردد.
مكانيسم اثر: ايندومتاسين يك داروي ضدالتهابي قوي است كه با مهار ساخت‌پروستاگلاندين‌ها اثر خود را اعمال‌مي‌نمايد. اين دارو همچنين تحرك و انتقال‌پلي مرفونوكلئرها به ناحيه ملتهب را مهارمي‌كند.
فارماكوكينتيك ايندومتاسين بعد ازمصرف خوراكي بخوبي و سريع جذب‌مي‌گردد. مصرف دارو همراه با غذا زمان‌جذب دارو را افزايش مي‌دهد. در مايعات‌بدن و از جمله CSF وارد مي‌شود. دارومتابوليسم كبدي وسيع داشته و عمدت؟ ازطريق صفرا دفع مي‌گردد. نيمه عمر داروبه‌طور متوسط 4/5 ساعت است
موارد منع مصرف در بيماران با سابقه‌حساسيت به ASA يا ديگر داروهاي ضدالهتاب غير استروئيدي (NSAIDs)، دربيماران با زخم معده فعال و فرم شياف آن‌در بيماران دچار هموروئيد يا التهاب‌راست روده و مقعد نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ ايندومتاسين در افراد مسن حالات آلرژيك صرع پاركينسون واختلالات رواني بايد با احتياط مصرف‌شود.
2 ـ در مصرف طولاني مدت انجام معاينات‌چشم و خون توصيه مي‌گردد.
3 ـ در بيماران مبتلا به اختلالات كليوي قلبي كبدي و نيز گوارشي با احتياط مصرف‌گردد و در صورت بروز ضايعه يا زخم دردستگاه گوارش مصرف دارو قطع شود.
عوارض جانبي اختلالات دستگاه گوارش‌شايع است تهوع و اسهال و گاهگاهي‌خونريزي و زخم گوارشي ممكن است‌بروز نمايد. سردرد، گيجي احساس سبكي‌سر و بندرت خواب آلودگي اغتشاش يابيخوابي تشنج اختلالات رواني افسردگي و سنكوپ اختلالات خوني به‌ويژه كاهش پلاكت‌ها)، افزايش‌فشارخون و نيز افزايش قند خون تاري‌ديد، رسوب در قرنيه و نوروپاتي محيطي‌ممكن است بروز نمايد. مصرف دارو از راه‌مقعد ممكن است موجب تحريك ناحيه شده‌و خونريزي گهگاه ايجاد نمايد.
تداخل‌هاي دارويي ايندومتاسين با اثركاهنده فشارخون داروهاي مهاركننده‌آنزيم تبديل كننده آنژيوتانسين (ACE)،مقابله نموده و خطر بروز نارسايي
كليوي و هيپركالمي را افزايش مي‌دهد.مصرف همزمان با داروهاي ضد

ميكروبي‌از دسته كينولون‌ها، خطر بروز تشنج راافزايش مي‌دهد. اثر داروهاي سولفونيل‌اوره احتمالا توسط اين دارو افزايش‌مي‌يابد. ايندومتاسين دفع متوتركسات واحتمالا ليتيوم را كاهش مي‌دهد.
مصرف‌ايندومتاسين به همراه سيكلوسپورين
و يا داروهاي مدر خطر سميت كليوي راافزايش مي‌دهد. ايندومتاسين با اثرداروهاي مدر مقابله نموده خطر بالارفتن‌پتاسيم خون را در صورت مصرف‌همزمان با داروهاي مدر نگهدارنده
پتاسيم افزايش داده و همراه با تريامترن‌گاهگاهي سبب كاهش عملكرد كليه‌مي‌گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف اين دارو فقطدر كودكاني توصيه مي‌شود كه به‌داروهاي با سميت كمتر جواب نداده يا آنهارا تحمل ننمايند.
2 ـ در افراد مسن خطر بروز عوارض‌جانبي مربوط به CNS به‌ويژه اغتشاش‌شعور بيشتر است
3 ـ مصرف اين دارو در كودكان توصيه‌نمي‌شود.
مقدار مصرف ايندومتاسين از راه
خوراكي در بيماري‌هاي روماتيسمي
200mg/day ـ 50 در مقادير منقسم همراه
با غذا مصرف مي‌گردد. در نقرس حاد250mg/day ـ 150 در مقادير منقسم
و در قاعدگي دردناك تا 75mg/day به‌كارمي‌رود. شياف ايندومتاسين بميزان
100 ميلي‌گرم شبها و در صورت نيازهنگام صبح نيز استعمال مي‌گردد.
درمان‌تركيبي از فرم خوراكي و استعمالي باحداكثر تا ميزان mg/day 200 ـ 150 انجام‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Capsule : 25 mg
Tablet SR : 75 mg
Suppository : 50 mg, 100 mg

ISOFLURANE

موارد مصرف ايزوفلوران به عنوان‌بيهوش كننده براي القاء و ادامه بيهوشي‌مصرف مي‌شود. ايزوفلوران همچنين بامقادير مصرف كم به عنوان ضد درد دراعمال جراحي زنان و زايمان و براي اعمال‌جراحي كه در آنها به بيهوشي كامل بيمارنياز نيست مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك حداقل غلظت آلوئولي MAC) ايزوفلوران هنگام مصرف بااكسيژن 1/15% و هنگام مصرف بانيتروزاكساید هفتاد درصد 0/5% است ضريب توزيع خون به گاز آن 1/43 است تا حدود 0/17% مقدار مصرف آن‌متابوليزه مي‌شود. حدود 95% آن‌به‌صورت تغيير نيافته از طريق ريه‌ها دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت وجودهيپرترمي بدخيم و يا سابقه ابتلاء به آن‌نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ ايزوفلوران با غلظت‌هاي‌بيهوش كننده ممكن است باعث شل شدن‌رحم شود.
2 ـ ايزوفلوران ضربان قلب و نبض رابويژه در بيماران جوان‌تر افزايش مي‌دهد.
عوارض جانبي تضعيف پيشرونده تنفس افت فشارخون و شل شدن عضله صاف‌رحم از عوارض مهم دارو مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با آمينوگليكوزيدها، و عوامل مهاركننده عصبي ـ عضلاني موجب تشديد شل‌شدن عضلات مي‌گردد تجويز توأم باتركيبات تقويت كننده سيستم دوپاميني‌مثل لوودوپا و كاتكل آمين‌ها (دوپامين اپي‌نفرين نوراپي نفرين ، موجب بروز،آريتمي مي‌گردد. مصرف توام فني توئين باايزوفلوران ممكن است باعث افزايش‌سميت كبدي ناشي از دارو شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ ايزوفلوران عملكردقلب را در بزرگسالان تضعيف نمي‌كند،ولي فشار خون را به دليل انبساط عروق‌محيطي كاهش مي‌دهد.
2 ـ در صورت مصرف ايزوفلوران براي‌ادامه بيهوشي توصيه مي‌شود غلظت آن‌به كندي افزايش يابد.
مقدار مصرف براي القاء بيهوشي بتدريج‌از 3 ـ 0/5 درصد به همراه اكسيژن و يامخلوط اكسيژن و نيتروز اكساید و به‌عنوان ادامه دهنده بيهوشي 3/5 ـ 1 درصددر مخلوط گازهاي اكسيژن ونيتروزاكساید تجويز مي‌شود. در صورت‌استفاده از گاز اكسيژن به تنهايي ممكن‌است به ميزان اضافه 1 ـ 0/5 درصد نيازباشد. در اعمال جراحي سزارين 0/75 ـ0/5 درصد در مخلوط اكسيژن و نيتروزاكساید استفاده مي‌شود.

اشكال دارويي
(For Inhalation (100 ml

KETAMINE

موارد مصرف كتامين به عنوان يك بيهوش‌كننده عمومي براي اعمال جراحي ياتشخيص كوتاه مدت كه به شل شدن‌عضلات اسكلتي نياز ندارند، مصرف‌مي‌شود. كتامين همچنين به عنوان داروي‌كمكي همراه با ساير داروهاي بيهوش‌كننده مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: كتامين احتمالا با مهارپيام‌هاي عصبي آوران دريافت درد وكاهش فعاليت نخاع اثرات خود را اعمال‌مي‌كند.
فارماكوكينتيك كتامين به سرعت در تمام‌بافت‌هاي بدن از جمله مغز توزيع مي‌شود.متابوليسم آن كبدي است و نيمه عمر دفعي‌آن 3 ـ 2 ساعت است شروع اثر آن بعد ازتزريق وريدي 30 ـ 15 ثانيه و بعد از تزريق‌عضلاني 4 ـ 3 دقيقه است مدت اثر داروبعد از تزريق وريدي حدود 10 ـ 5 دقيقه وبعد از تزريق عضلاني حدود 25 ـ 12 دقيقه‌است زمان هوشيابي از دارو سريع است ودفع دارو به‌طور عمده كليوي است
موارد منع مصرف مگر در موارد بسيارخاص كتامين در صورت وجود بيماري‌شديد قلبي ـ عروقي افزايش شديد فشارخون انفاركتوس اخير ميوكارد، حمله‌قلبي ضربه مغزي خونريزي يا توده‌داخل جمجمه‌اي و يا هر حالتي كه به‌افزايش قابل توجه فشار خون منجر شود،نبايد مصرف شود.
هشدارها: كتامين در صورت وجود آسيب‌چشم افزايش فشار مايع مغزي ـ نخاعي افزايش فشار داخل چشمي اختلالات‌رواني مانند اسكيزوفرني و يا تيروئيدسمي بايد با احتياط فراوان تجويز شود.
عوارض جانبي افزايش فشارخون تاكي‌كاردي حركات عضلاني تونيك و كلونيك‌و لرزش از عوارض جانبي شايع كتامين‌هستند.
نكات قابل توصيه 1 ـ از آنجايي كه تجويزكتامين ممكن است باعث ايجاد تهوع واستفراغ شود، معده بيمار در هنگام تجويزدارو بايد خالي باشد.
2 ـ بدليل افزايش ترشح بزاق و مخاط،تجويز آتروپين و يا اسكوپولامين قبل ازبيهوشي توصيه مي‌شود.
3 ـ براي جلوگيري از ايجاد آپنه ضعف‌تنفسي و يا افزايش فشار خون تزريق‌وريدي كتامين بايد آهسته و طي مدت يك‌دقيقه انجام گيرد.
4 ـ مصرف مكرر كتامين ممكن است باعث‌ايجاد مقاومت به اثرات دارو در بيمارگردد.
مقدار مصرف به منظور القاء بيهوشي‌عمومي در بزرگسالان يا كودكان 2 mg/kg ـ 1 به‌صورت وريدي يا
10mg/kg ـ 5 به‌صورت عضلاني تجويزمي‌گردد. از طريق انفوزيون آهسته داخل وريدي در جراحي‌هاي طولاني

مدت و القاء بيهوشي كلا به ميزان
0/01 ـ 0/05mg/kg/minهنگهدارندهمقدار مصرف و 0/5 ـ 2mg/kg
13 تا و يديزريقوريدياز راه تزريق mg/kg 4/5 تا حداكثرمقدار مصرف است
mg/kg به‌صورت تزريق‌عضلاني است
اشكال دارويي
Injection (As HCL) : 500 mg / 10 ml

LEVODOPA

موارد مصرف لوودوپا در درمان بيماري‌پاركينسون (اما نه براي درمان علائم خارج‌هرمي ناشي از داروها) مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: لوودوپا، پيش ساز دوپامين‌است و عمدت? با افزايش دوپامين دراستریاتوم عمل مي‌كند. كندي حركات برادي كينزي و سختي عضلات را بيشتراز رعشه بهبود مي‌بخشد.
فارماكوكينتيك لوودوپا از روده كوچك‌سريع? جذب مي‌شود، اما جذب آن بستگي‌به سرعت تخليه معده و pH محتويات آن‌دارد. 2 ساعت بعد از مصرف خوراكي دارو به حداكثر غلظت پلاسمايي خودمي‌رسد. حدود دو سوم دارو در كبدمتابوليزه و از طريق ادرار دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف در گلوكوم با زاويه‌بسته نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو نبايد در پاركينسون‌ناشي از مصرف دارو استفاده شود.
2 ـ در موارد زير لوودوپا بايد با احتياطفراوان تجويز شود:
بيماريهاي ريوي اولسرپپتيك بيماري‌قلبي ـ عروقي ديابت نرمي استخوان گلوكوم با زاويه باز، ملانوماي پوست وبيماري رواني
3 ـ در درمان طولاني مدت بايدسيستم‌هاي كبدي كليوي قلب و عروق خون ساز و روان بيمار تحت مراقبت ونظارت باشند.
4 ـ در بيماراني كه با درمان بتدريج بهبودنسبي پيدا كرده‌اند، نبايد مصرف داروبه‌طور ناگهاني قطع شود.
5 ـ مهمترين عوارض جانبي محدودكننده‌مقدار مصرف لوودوپا، حركات غير ارادي‌و اختلالات رواني هستند.
عوارض جانبي بي‌اشتهايي تهوع واستفراغ بي خوابي سراسيمگي كاهش‌فشارخون وضعيتي (ندرت? كاهش‌فشارخون پايدار)، گيجي طپش قلب آريتمي قرمز رنگ شدن ادرار و سايرمايعات بدن ندرت? افزايش حساسيت حركات غير ارادي و غير طبيعي هيپومانياو سايكوز كه ممكن است باعث محدودشدن مقدار مصرف شوند، افسردگي خواب آلودگي سردرد، برافروختگي تعريق خونريزي دستگاه گوارش ونروپاتي محيطي از عوارض جانبي داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف توام لوودوپابا هوشبرها مثل هالوتان با خطر آريتمي‌همراه است مصرف توام لوودوپا باداروهاي ضد افسردگي مهار كننده آنزيم‌مونوآمينواكسيداز منجر به زيادي‌فشارخون مي‌گردد، به همين دليل تا حداقل2 هفته پس از قطع مصرف داروهاي ضدافسردگي از مصرف لوودوپا خودداري‌شود. مصرف همزمان لوودوپا با ويتامينB6

موجب كاهش اثرات لوودوپا خواهدشد.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو در بيماران‌سالمند و بيماراني كه بمدت طولاني سابقه‌بيماري پاركينسون دارند، ارزش اندكي‌دارد، چون اين افراد نمي‌توانند مقادير زياددارو را تحمل كنند. همچنين در بيماراني كه‌علاوه بر بيماري پاركينسون بيماري‌مغزي ديگري نيز دارند، لوودوپا ارزش‌كمي دارد، چون اين افراد به عوارض‌جانبي اين دارو حساسيت بيشتري دارند.همچنين در پاركينسون ناشي ازبيماري‌هاي دژنراتيو مغزي نيز معمولا به‌لوودوپا پاسخ ايجاد نمي‌شود.
2 ـ درمان با لوودوپا بايد با مقادير كم‌شروع و به‌صورت تدريجي مقادير دارو راافزايش داد (با فواصل 2 تا 3 روز). مقدارنهايي معمولابر اساس افزايش تحرك‌بيمار از يك طرف و عوارض جانبي محدودكننده داروي مصرفي از طرف ديگر تعيين‌مي‌شود. فواصل بين مقادير مصرف مهم‌است و بايد بر اساس نياز هر بيمار به‌طورجداگانه تعيين شود.
3 ـ تهوع و استفراغ ندرت? باعث محدوديت‌در مقدار داروي دريافتي مي‌شوند.مصرف دارو بعد از غذا تحمل آن را براي‌دستگاه گوارش بالا مي‌برد.
4 ـ قطع مصرف دارو بتدريج صورت‌گيرد.
مقدار مصرف در ابتدا 500 mg/day ـ 125به صورت منقسم بعد از غذا، تجويزمي‌شود كه بر اساس پاسخ بيمار افزايش
مي‌يابد.
اشكال دارويي
Tablet : 500 mg

موارد مصرف اين دارو در كنترل بيماري‌پاركينسون (اما نه براي درمان علائم خارج‌هرمي ناشي از داروها) مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: لوودوپا، پيش ساز دوپامين‌است و عمدت? با تأمين دوپامين كاهش يافته‌استرياتوم عمل مي‌كند. كاربي دوپا مهاركننده خارج مغزي دوپا دكربوكسيلاز بوده‌و تبديل محيطي لوودوپا به دوپامين رامهار مي‌كند، اما برخلاف لوودوپا از سدخوني ـ مغزي عبور نمي‌كند. بنابراين درصورتي كه همراه با لوودوپا تجويز شود،غلظت مغزي مناسبي از دوپامين فراهم‌مي‌گردد و در عين حال بدليل كاهش‌تشكيل دوپامين در محيط، عوارض جانبي‌محيطي مثل تهوع استفراغ و اثرات قلبي ـعروقي آن كاهش مي‌يابد.
فارماكوكينتيك اين دارو سريع? از دستگاه‌گوارش جذب مي‌شود، اما جذب آن بستگي‌به سرعت تخليه معده و pH محتويات آن‌دارد. غذا، ظهور لوودوپا در پلاسما را به‌تأخير مي‌اندازد. حدود دو سوم دارو دركبد متابوليزه و از طريق ادرار دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت وجودگلوكوم با زاويه بسته نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو نبايد در پاركينسون‌ناشي از مصرف داروها استفاده شود.
2 ـ در صورت وجود بيماريهاي ريوي اولسرپپتيك بيماري قلبي ـ عروقي ديابت نرمي استخوان گلوكوم با زاويه باز،ملانوماي پوست يا بيماري رواني بايد بااحتياط فراوان تجويز شود.
3 ـ در درمان طولاني مدت بايدسيستم‌هاي كبدي كليوي قلب و عروق خون ساز و روان بيمار تحت مراقبت ونظارت باشند.
4 ـ در بيماراني كه بهبود نسبي پيداكرده‌اند، نبايد مصرف دارو به‌طور ناگهاني‌قطع شود.
عوارض جانبي بي‌اشتهايي تهوع واستفراغ بي‌خوابي سراسيمگي كاهش‌فشار خون وضعيتي گيجي طپش قلب آريتمي قرمز رنگ شدن ادرار و سايرمايعات بدن حركات غير ارادي و غيرطبيعي هيپومانيا و سايكوز كه ممكن است‌باعث محدود شدن مقدار مصرف شوند،افسردگي خواب آلودگي سردرد،برافروختگي تعريق خونريزي دستگاه‌گوارش و نروپاتي محيطي از عوارض‌جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف توام اين داروبا هوشبرهاي استنشاقي مانند هالوتان باخطر آريتمي همراه است مصرف توام اين‌دارو با داروهاي ضد افسردگي (مهاركننده آنزيم مونوآمينواكسيداز) منجر به‌افزايش شديد

فشار خون مي‌گردد. به همين‌دليل تا حداقل 2 هفته پس از قطع مصرف‌داروهاي ضد افسردگي از مصرف اين‌دارو بايد خودداري شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو در بيماران‌سالخورده و بيماراني كه به مدت طولاني‌سابقه بيماري پاركينسون دارند، ارزش‌اندكي دارد. چون اين افراد نمي‌توانندمقادير زياد دارو را كه بر بيماري آنها غلبه‌كند، تحمل كنند. همچنين در پاركينسون‌ناشي از بيماري‌هاي دژنراتيو مغزي نيزمعمولا به اين دارو پاسخ ايجاد نمي‌شود.
2 ـ درمان با اين دارو را بايد با مقادير كم‌شروع نمود و به‌صورت تدريجي مقاديردارو را افزايش داد (با فواصل 2 تا 3 روز).مقدار مصرف نهايي معمولا بر اساس‌افزايش تحرك بيمار از يك طرف وعوارض جانبي محدود كننده داروي‌مصرفي از طرف ديگر تعيين مي‌شود.
3 ـ تهوع و استفراغ ندرت? باعث محدوديت‌در مقدار داروي دريافتي مي‌شوند.مصرف دارو بعد از غذا تحمل آن را بهترمي‌كند.
مقدار مصرف در ابتدا به ميزان 100ميلي‌گرم 3 بار در روز (همراه با 10ميلي‌گرم كار بي‌دوپا) تجويز مي‌شود. كه‌مي‌توان به ميزان 100mg/day ـ 50 افزايش‌داد. و يا آنكه يك روز در ميان بر اساس‌پاسخ بيمار تا حداكثر 800mg/day درمقادير منقسم تجويز گردد.
اشكال دارويي
Scored Tablet : Levodopa 100 mg +Carbidopa 10 mg
Scored Tablet (Forte) : Levodopa 250 mg+ Carbidopa 25 mg

LIDOCAINE

موارد مصرف به‌عنوان بي حس كننده‌موضعي در اختلالات پوستي خفيف نظيرآفتاب سوختگي بريدگيهاي جزئي سوختگيها و خراشيدگيها و گزش حشرات‌به‌كار مي‌رود. فرآورده‌هاي ليدوكائين‌همراه با اپي نفرين براي ايجاد بي حسي‌موضعي در غشاهاي مخاطي قابل‌دسترس مانند مري و دهان به‌كار برده‌مي‌شوند. اين دارو همچنين براي كاهش‌درد و التهاب در ناحيه مري و كاهش‌رفلكسهاي مري نيز به‌كار برده مي‌شود.ليدوكائين به‌صورت تزريقي در اطراف‌سخت شامه و يا زير نخاع تجويز مي‌شود.همچنين اين دارو براي ايجاد بيحسي‌موضعي يا منطقه‌اي ايجاد اثر ضد دردبمنظور انسداد حركتي به درجات مختلف‌قبل از اعمال جراحي دندانپزشكي وزايمان به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: بيحس كننده‌هاي موضعي باتثبيت برگشت‌پذير غشاي سلولهاي‌عصبي در نتيجه كاهش نفوذپذيري اين‌غشاء به يون سديم شروع و هدايت امواج‌عصبي را متوقف مي‌كند. در صورت جذب‌مقادير زياد، ليدوكائين ابتدا مي‌تواند اثرتحريكي و سپس اثر تضعيفي بر روي CNSداشته باشد.
فارماكوكينتيك ملح يونيزه اين داروبراحتي از پوست سالم جذب نمي‌شود، امااز محل ضربه خورده و يا خراشيده قادربه جذب مي‌باشد. متابوليسم ليدوكائين دركبد و تا حد كمي نيز در كليه انجام مي‌گيرد.شروع اثر ليدوكائين 5 ـ 2 دقيقه و طول‌مدت اثر آن در مصارف جلدي تقريب? 45دقيقه و در مخاط 60 ـ 30 دقيقه است دفع‌ليدوكائين عمدت? از كليه و به‌صورت‌متابوليت مي‌باشد.
موارد منع مصرف در صورت وجود بلوك‌كامل قلبي خونريزي شديد، كاهش شديدفشار خون و شوك نبايد از اين دارو براي‌انسداد زير عنكبوتيه‌اي استفاده گردد. اين‌دارو همچنين در صورت وجود عفونت درموضعي كه براي تزريق كمري در نظرگرفته شده اين دارو براي ايجاد انسدادزير عنكبوتيه‌اي نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود حساسيت‌به ساير تركيبات بي‌حس كننده آميدي‌احتمال وجود حساسيت به اين دارو نيزوجود دارد.
2 ـ در حالاتي نظير صرع نارسايي تنفسي نارسايي كبد و يا پورفيريا با احتياطمصرف گردد.
3 ـ در ناراحتي‌هاي قلبي ـ عروقي به‌ويژه‌انسداد قلبي و يا شوك و يا عفونت در محل‌تزريق با احتياط مصرف گردد.
4 ـ فرآورده‌هاي حاوي نورآدرنالين دربيماران قلبي از جمله مبتلايان به

آريتمي ويا پركاري تيروئيد، بايد با احتياط مصرف‌گردند.
عوارض جانبي عوارض جانبي به‌طور كلي‌ناشي از مقدار زياد مصرف غلظت زيادپلاسمايي ناشي از ورود ناخواسته دارو به‌رگ كاهش تحمل بيمار، ناسازگاري فرديا حساسيت مفرط مي‌باشد. واكنش‌هاي‌سيستميك ممكن است به سرعت يا باتأخير و تا 30 دقيقه پس از تجويز داروبروز كند. عوارض سيستميك شامل‌گيجي تضعيف تنفسي تشنج افت‌فشارخون و برادي‌كاردي مي‌باشد.عوارض با شيوع كم در مصرف موضعي‌عبارتند از سوزش گزش ورم ياحساسيت پوست به لمس خارش و كهير.
تداخل‌هاي دارويي داروهاي مضعف CNS،از جمله داروهايي كه معمولا قبل از بيهوشي‌مصرف مي‌شوند و نيز سولفات منيزيم‌تزريقي ممكن است موجب بروز اثرات‌تضعيفي اضافي CNS شوند. داروهاي‌مسدودكننده بتاآدرنرژيك از طريق كاهش‌جريان خون كبدي سرعت متابوليسم‌ليدوكائين را كاهش داده و خطر مسموميت‌با آن را بالا مي‌برند. سايمتيدين متابوليسم‌اين دارو را بتأخير مي‌اندازد و در نتيجه‌احتمال خطر مسموميت افزايش مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت حساسيت‌به ساير بيحس كننده‌ها اين دارو بايد بااحتياط و زير نظر پزشك تجويز گردد.
2 ـ به دليل طولاني بودن زمان بيحسي بايددقت گردد كه اعضاي بيحس شده مجروح‌نگردند.
3 ـ از مصرف ليدوكائين موضعي درنواحي وسيعي از پوست و يا مخاطبخصوص اگر آسيب ديده باشند، بايدخودداري شود.
4 ـ بايد احتياط گردد كه فرآورده‌هاي‌موضعي وارد چشم نگردند.
مقدار مصرف
بزرگسالان در انفيلتراسيون براي‌بيحسي از طريق تزريقي بر حسب وزن‌بيمار و نوع عمل جراحي حداكثر 200 ميلي‌گرم (در مورد محلول‌هاي حاوي آدرنالين‌حداكثر 500 ميلي گرم تجويز مي‌شود. دربيحسي وريدي منطقه‌اي مقدار 300 ـ 50ميلي‌گرم و براي بيحسي جلدي مقدار 300 ـ 5 ميلي‌گرم مصرف مي‌شود. براي‌بيحسي اعصاب محيطي در دندانپزشكي‌مقدار 100 ـ 20 ميلي‌گرم از محلول 2درصد، در بيحسي بين دنده‌اي مقدار 30ميلي‌گرم از محلول يك درصد، در بيحسي‌اطراف گردن رحم مقدار 100 ميلي‌گرم ازمحلول يك درصد در هر طرف مصرف‌مي‌شود. حداكثر مقدار مصرف دربزرگسالان در بيحسي منطقه‌اي وريدي تا4mg/kg و در دندانپزشكي تا 6/6mg/kg يا300 ميلي‌گرم در هر بار مراجعه به‌دندانپزشكي و در ساير موارد تا 4/5mg/kgيا 300 ميلي‌گرم در هر بار مصرف‌مي‌باشد. در مامايي براي بيحسي قسمت‌تحتاني نخاع و زايمان طبيعي از طريق‌مهبل مقدار 50 ميلي‌گرم از

ليدوكائين و درعمل سزارين و يا زايمان‌هايي كه به‌دستكاري داخل رحم نياز دارد، مقدار 75ميلي‌گرم استفاده مي‌شود. براي بيحسي‌در جراحي شكم مقدار 100 ـ 75 ميلي‌گرم‌مصرف مي‌شود.
شكل اسپري ليدوكائين بسته به نياز ووسعت محل استفاده مي‌گردد. حداكثرمقدار مصرف براي يك فرد 70 كيلوگرمي20 اسپري مي‌باشد.
پماد اين دارو به مقدار لازم در موضع‌ماليده مي‌شود. در مورد ژل كه براي‌بيحسي پيشابراه به‌كار مي‌رود، در زنان
5 ـ 3 ميلي ليتر و در مردان 10 ـ 5 ميلي ليترو در زمان سوندگذاري و ياسيستوسكوپي 30 ميلي ليتر در دو مقدارمنقسم به‌كار مي‌رود.
كودكان در كودكان در انفيلتراسيون‌موضعي تا 4/5mg/kg از محلول 0/5 ـ 0/25درصد و براي بيحسي منطقه‌اي وريدي تا3mg/kg از محلولهاي فوق استفاده‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Carpool : %2
Injection : (Lidocaine HCI 20 mg +Epinephrine 12.5 mcg)/ml
Injection : Lidocaine %5 and Dextrose%7.5
Injection : (Lidocaine HCI 10 mg +Epinephrine 5 mcg)/ml
Topical Ointment: 5%
Topical Aerosol : 10 mg/dose
Gel: 2%

LITHIUM CARBONATE

موارد مصرف از ليتيوم در درمان وپيشگيري مانيا، بيماري مانيك ـ دپرسيو،افسردگي عود كننده و رفتار تهاجمي‌استفاده مي‌شود.
مكانيسم اثر: مكانيسم اثر ليتيوم دقيق?مشخص نيست اما به دليل شباهت يون‌ليتيوم به يون سديم جايگزين سديم شده‌و در ايجاد پتانسيل عمل در سلولهاي‌عصبي اختلال ايجاد مي‌كند، بر روي‌عملكرد واسطه‌هاي شيميايي عصبي مثل‌نوراپي نفرين سروتونين دوپامين واستيل كولين و گيرنده‌هاي آنها تأثيرمي‌گذارد و با كاهش توليد پيام رسان‌ثانويه اينوزيتول‌تري فسفات ايجاد پاسخ‌سلولي را تضعيف مي‌كند.
فارماكوكينتيك كربنات ليتيوم از طريق‌خوراكي به‌طور كامل جذب مي‌شود و بعداز 30 دقيقه به حداكثر غلظت پلاسمايي‌مي‌رسد. 95 درصد دارو بدون تغيير ازطريق كليه دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف در نارسايي كليه بيماري قلبي و بيماري‌هاي كه در آنهاسديم بدن متعادل نيست (مثل بيماري‌آديسون نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ به دليل احتمال بروز تغييرات‌بافتي و عملكردي كليه متعاقب مصرف‌دراز مدت ليتيوم خواهد شد، به همين دليل‌درمان با اين دارو بيش از 5 ـ 3 سال‌توصيه نمي‌شود.
2 ـ از آنجايي كه نمك‌هاي ليتيوم داراي‌ضريب درماني بسيار باريكي هستند، فقطدر صورتي مي‌توان آنها را تجويز نمود كه‌بتوان غلظت پلاسمايي دارو را به تناوب‌اندازه گرفت افزايش غلظت پلاسمايي‌ليتيوم بالاتر از حد درماني ممكن است‌كشنده باشد.
3 ـ در صورت بروز علائم مسموميت باليتيوم (لرزش عدم تعادل نيستاگموس نارسايي كليوي و تشنج بايد درمان راقطع و در صورت لزوم مسموميت زدايي‌انجام داد.
4 ـ وقتي كه غلظت پلاسمايي ليتيوم به حدسمي مي‌رسد، معمولا 1 يا 2 روز طول‌مي‌كشد تا علائم شديد مسموميت بروزكند.
5 ـ در صورت تخليه سديم بدن مسموميت‌با ليتيوم تشديد مي‌شود. به همين دليل ازمصرف داروهاي مدر بخصوص تيازيدهاهمزمان با اين دارو بايد اجتناب
شود.
6 ـ در موارد مياستني گراو، جراحي واستفاده همزمان از داروهاي مدر بايد بااحتياط فراوان مصرف شود.
عوارض جانبي اختلال گوارشي لرزش پرنوشي و پر ادراري افزايش وزن و خيزاز عوارض جانبي دارو هستند. تاري ديد،بدتر شدن اختلال گوارشي

(بي‌اشتهايي استفراغ اسهال ، ضعف عضلاني افزايش‌اختلال CNS (خواب آلودگي خفيف كسالت سرگيجه و عدم تعادل عدم‌هماهنگي هيپررفلكسي تشنج سايكوز،سنكوپ كم ادراري نارسايي گردش‌خون اغماء و معمولا مرگ از علائم‌مسموميت با ليتيوم هستند.
تداخل‌هاي دارويي داروهاي مهار كننده‌آنزيم مبدل آنژيوتانسين (ACE)، داروهاي‌ضد التهاب غير استروييدي مدرهاي موثربر قوس هنله و تيازيدها با كاهش دفع‌ليتيوم غلظت پلاسمايي آن را افزايش‌مي‌دهند. لذا احتمال مسموميت وجودخواهد داشت سديم بي كربنات استازولاميد و تئوفيلين دفع ليتيوم راافزايش و موجب كاهش غلظت پلاسمايي‌آن مي‌شوند. گزارش شده كه مصرف‌همزمان ليتيوم با مترونيدازول واسپكتينومايسين موجب بروز مسموميت‌با ليتيوم شده است مصرف همزمان‌ليتيوم با فني توئين كاربامازپين وراپاميل ديلتيازم و متيل دوپا ممكن است‌موجب سميت عصبي شود. مصرف‌همزمان ليتيوم با داروهاي ضد سايكوزبخصوص هالوپريدول و نيز بامتوكلوپراميد موجب افزايش خطر بروزعوارض خارج هرمي و احتمالا سميت‌عصبي مي‌گردد. در صورت مصرف‌همزمان با ليتيوم اثر شل كننده‌هاي‌عضلاني افزايش مي‌يابد. ليتيوم با اثرات‌نئوستيگمين و پيريدوستيگمين تداخل‌مي‌كند.
نكات قابل توصيه 1 ـ مقدار مصرف ليتيوم‌را بايد به گونه‌اي تنظيم نمود كه غلظت‌پلاسمايي در محدوده 1 mmol/liter ـ 0/4قرار بگيرد.
2 ـ جهت درمان نگهدارنده و در سالمندان مقدار مصرف ليتيوم بايد به گونه‌اي
تنظيم شود كه غلظت پلاسمايي در حد
1 mmol/liter ـ 0/4 بدست آيد.
3 ـ غلظت پلاسمايي مطلوب در هر فرد بايدبه‌طور جداگانه تعيين شود.
4 ـ در مسموميت خفيف با ليتيوم قطع‌دارو و تجويز مقادير زياد آب و نمك براي‌رفع مسموميت كفايت مي‌كند.
5 ـ وقتي رژيم دارويي ليتيوم تثبيت شد،معمولا هر 3 ماه يكبار غلظت پلاسمايي آن‌بايد اندازه‌گيري شود.
6 ـ در طول دوره درمان عملكرد تيروئيدبايد تحت نظر باشد.
7 ـ در طول دوره درمان بيمار بايد آب وسديم به اندازه كافي مصرف كند.
8 ـ در صورت بروز استفراغ اسهال عفونت و تعريق شديد ممكن است لازم‌باشد مصرف ليتيوم را قطع نمود يا مقدارمصرف را كاهش داد.
9 ـ در صورت امكان از قطع ناگهاني داروپرهيز شود.
10 ـ فرآورده‌هاي مختلف ليتيوم از نظرفراهمي زيستي با يكديگر تفاوت دارند و درصورت تغيير فرآورده مورد استفاده‌بيمار، بايد احتياطات لازم انجام شود.

11 ـ مصرف اين دارو در كودكان توصيه‌نمي‌شود.
مقدار مصرف مقدار مصرف را بايد به‌گونه‌اي تنظيم نمود كه در روز چهارم ياهفتم درمان 12 ساعت پس از زمان‌مصرف دارو، غلظت پلاسمايي ليتيوم درمحدوده 1 mmol/liter ـ 0/4 بدست آيد.همچنين تنظيم مقدار ليتيوم بايد بصورتي‌باشد كه هر هفته و در مرحله بعد هر 4 هفته‌و نهايت؟ هر 3 ماه محدوده غلظت پلاسمايي‌در حد فوق باشد. در ابتدا مقدار مصرف‌دارو به‌صورت منقسم در روز داده‌مي‌شود، اما بعد از تثبيت غلظت پلاسمايي ترجيح؟ بايد دارو يكبار در روز مصرف‌شود. به منظور درمان و پيشگيري ابتدا0/4ـ1/2g/day به‌صورت يكي و يا در 2مقدار منقسم تجويز مي‌شود. در سالمندان‌و بيماران با وزن كمتر از 50 كيلوگرم‌روزانه 400 ميلي گرم توصيه مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet : 300 mg
Tablet SR: 400 mg

LORAZEPAM

موارد مصرف اين دارو به‌طور كوتاه مدت‌در درمان اضطراب و بي خوابي حملات‌صرعي مداوم و به‌عنوان داروي ضداضطراب قبل از جراحي به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: با اثر برگيرنده‌هاي‌اختصاصي در غشاي سلول عصبي اثرمهاري گاماآمينوبوتيريك اسيد (GABA) راكه در تمام نواحي CNS باعث مهار پيش‌سيناپسي و پس سيناپسي مي‌گردد،تسهيل كرده يا افزايش مي‌دهد.
فارماكوكينتيك از طريق خوراكي به خوبي‌جذب مي‌شود. متابوليسم آن از طريق كبدو دفع آن از طريق كليه مي‌باشد. اين داروبه‌ميزان بالايي به پروتئين‌هاي پلاسمايي‌اتصال مي‌يابد. نيمه عمر پلاسمايي آن
20 ـ 10 ساعت است
موارد منع مصرف در موارد تضعيف‌تنفسي نارسايي حاد ريوي نارسايي حادكبد ترس يا وسواس جنون مزمن افسردگي و اضطراب همراه آن نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در بيماري‌هاي تنفسي ضعف عضلاني بيماران با سابقه مصرف‌نابجاي دارو يا افراد با اختلال شخصيتي‌بايد با احتياط فراوان مصرف شود.
2 ـ در افراد مسن مبتلايان به نارسايي‌كبدي و كليوي مقدار مصرف دارو بايدكاهش داده شود.
3 ـ از مصرف طولاني مدت اين داروخودداري شود.
4 ـ براي جلوگيري از بروز عوارض قطع‌مصرف مقدار دارو را بايد بتدريج كاهش‌داد.
عوارض جانبي خواب آلودگي گيجي درروز بعد، آتاكسي (بخصوص در افرادسالخورده ، فراموشي و وابستگي ازعوارض جانبي شايع اين دارو است
تداخل‌هاي دارويي در صورت مصرف‌همزمان با داروهاي مضعف CNS، ضددردهاي مخدر، بيهوش كننده‌هاي عمومي مهار كننده‌هاي مونوآمينواكسيداز، ضدافسردگي‌هاي سه حلقه‌اي و داروهاي‌پايين آورنده فشار خون كه باعث تضعيفCNS مي‌شوند (مانند كلونيدين و متيل‌دوپا) و رزرپين ممكن است اثر مضعفCNS لورازپام تقويت شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو وابستگي‌ايجاد مي‌كند و نبايد بيش از مقدار توصيه‌شده مصرف شود.
2 ـ اگر بعد از چند هفته اثر درماني داروكاهش يافت به پزشك مراجعه

شود.
3 ـ در صورت بروز خواب آلودگي سرگيجه منگي و از دست دادن مهارت درانجام كار، بخصوص در افراد مسن دارو بااحتياط مصرف شود.
4 ـ مصرف اين دارو در كودكان توصيه‌نمي‌شود.
مقدار مصرف
خوراكي در درمان اضطراب 4 ـ 1ميلي‌گرم در مقادير منقسم مصرف‌مي‌شود. در درمان بي خوابي همراه بااضطراب 2 ـ 1 ميلي‌گرم در موقع خواب‌مصرف مي‌شود. مقدار دارو در افراد مسن‌و ناتوان نصف مقادير مصرفي افراد بالغ‌است
تزريقي از طريق داخل عضلاني يا تزريق‌آهسته داخل وريدي (در وريدهاي بزرگ و در حملات حاد پانيك به ميزان
30mcg/kg ـ 25 تجويز مي‌شود كه درصورت هر 6 ساعت تكرار مي‌شود.
اشكال دارويي
Scored Tablet : 1 mg, 2 mg
Injection : 2mg/ml

MAGNESIUM SULFATE

موارد مصرف اين دارو براي برطرف‌كردن كمبود منيزيم آريتمي بعد از مواردمشكوك به سكته قلبي و جلوگيري از تشنج‌ناشي از اكلامپسي مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: مكانيسم اثر منيزيم كاملاشناخته شده نيست اما بر پمپ Na+/K+ATPase، كانالهاي سديمي پتاسيمي و كلسيمي تأثير مي‌گذارد.همچنين موجب كاهش آزاد شدن استيل‌كولين در محل اتصال عصب ـ عضله‌مي‌گردد.
فارماكوكينتيك از راه وريدي اثر داروبلافاصله شروع و حدود 30 دقيقه ادامه‌مي‌يابد. اين دارو از طريق كليه‌ها دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت وجود بلوك‌قلبي نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در نارسايي كبدي ويا كليوي بايد با احتياط فراوان تجويز شود.
2 ـ در طول مدت تجويز اين دارو، غلظت‌منيزيم و ساير الكتروليت‌هاي خوني مرتب?كنترل شود.
3 ـ تزريق داخل عضلاني اين دارو دردناك‌است
عوارض جانبي زيادي منيزيم خون تهوع استفراغ تشنگي برافروختگي پوست كاهش فشارخون آريتمي اغماء، تضعيف‌تنفسي خواب آلودگي توهم فقدان‌رفلكس تاندوني و ضعف عضلاني ازعوارض جانبي اين دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي اين دارو به علت رقابت‌با يون كلسيم اثر داروهاي غير دپلاريزان‌شل كننده عضلات را افزايش مي‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در طول مصرف اين‌دارو در اكلامپسي ECG، فشارخون وعلائم افزايش غلظت پلاسمايي بايد كنترل‌شود و در صورت بروز نشانه‌هاي‌مسموميت با منيزيم (عدم رفلكس زانو،ضعف تهوع احساس داغ شدن برافروختگي خواب آلودگي تاري ديد ولرزش صدا) تزريق گلوكونات كلسيم‌توصيه مي‌شود.
مقدار مصرف در درمان كمبود منيزيم‌حداكثر 160 ميلي مول يون منيزيم و تا 5روز ممكن است تجويز شود. منيزيم‌سولفات در آغاز يا به‌صورت تزريق‌عضلاني و يا انفوزيون وريدي تجويزمي‌گردد. مقدار مصرف نگهدارنده 20 ـ 10ميلي مول يون منيزيم در روز است درآريتمي‌ها همراه با كاهش پتاسيم و ياآريتمي از نوع torsades de points مقدار
8 ميلي مول يون منيزيم طي 15 ـ 10 دقيقه‌تزريق وريدي مي‌شود كه در صورت لزوم‌مي‌توان اين مقدار مصرف را يكبار ديگرتكرار كرد. بعد از سكته قلبي ابتدا 8 ميلي‌مول يون منيزيم طي 20 دقيقه تزريق‌وريدي

مي‌شود و سپس 72 ـ 65 ميلي موليون منيزيم طي 24 ساعت انفوزيون‌مي‌شود. براي جلوگيري از تشنجات‌اكلامپسي در ابتدا چهار گرم سولفات‌منيزيم طي 20 دقيقه تزريق وريدي‌مي‌شود. سپس انفوزيون وريدي يك گرم‌در ساعت سولفات منيزيم ادامه مي‌يابد. درصورت بروز تشنج مجدد مي‌توان 4 ـ 2گرم سولفات منيزيم را تزريق وريدي كرد.

اشكال دارويي

, Injection : (As sulphate 7 H2O) 10%

50% , 20%

MEFENAMIC ACID

موارد مصرف اين دارو در دردهاي ملايم تامتوسط آرتريت روماتوئيد (شامل آرتريت‌جوانان ، استئوآرتريت و حالات مشابه قاعدگي دردناك و منوراژي در كوتاه مدت كمتر از 7 روز) به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: مفناميك اسيد احتمالا ساخت‌پروستاگلاندين‌ها را مهار مي‌كند.
فارماكوكينتيك بعد از مصرف خوراكي به‌آهستگي جذب و حداكثر غلظت سرمي آن
3 ـ 2 ساعت پس از مصرف ايجاد مي‌گردد.توسط كبد غير فعال شده و نيمه عمر آن‌حدود 3 ساعت است و از راه ادرار و مدفوع‌دفع مي‌گردد.
موارد منع مصرف در موارد حساسيت بهASA و ساير NSAID، همراه بابرونكواسپاسم رينيت آلرژيك و كهير،بدليل احتمال وجود حساسيت متقابل درحالات زخم يا التهاب مزمن نواحي فوقاني‌يا تحتاني دستگاه گوارش پورفيري و درسابقه بيماري كليوي نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در بيماران با سابقه‌بيماريهاي كليوي كبدي يا آسم با احتياطفراوان به‌كار رود.
2 ـ در صورت بروز اسهال مصرف داروبايد قطع گردد.
3 ـ در مصرف طولاني مدت آزمايش خون‌لازم بوده و احتمال بروز پورفيري وجوددارد.
عوارض جانبي خواب آلودگي و عوارض‌گوارشي شامل تهوع اسهال (قطع مصرف‌دارو لازم است ، ناراحتي شكمي خونريزي و زخم گاهگاهي بروز مي‌نمايدكه با مصرف دارو همراه با غذا به
حداقل مي‌رسد. عوارض ديگر شامل‌واكنش‌هاي حساسيتي خصوص? آنژيوادم برونكواسپاسم و بثورات جلدي همچنين‌سر درد، سرگيجه گيجي اختلالات‌شنوايي نظير وزوز گوش و نيز دفع خون‌در ادرار مي‌باشند. كم خوني هموليتيك كم‌خوني آپلاستيك و تشنج با مقادير بالاممكن است بروز نمايد.
تداخل‌هاي دارويي اثر ضد فشار خون‌مهاركننده‌هاي آنزيم تبديل كننده‌آنژيوتانسين بوسيله مفناميك اسيد كاهش‌يافته خطر نارسايي كليوي و نيز افزايش‌پتاسيم خون احتمالا افزايش مي‌يابد. خطربروز تشنج با داروهاي ضد ميكروبي‌كينولون‌ها بوسيله اين دارو افزايش‌مي‌يابد. كورتيكواستروئيدها خطر بروزعوارض گوارشي از جمله خونريزي رابوسيله اين دارو افزايش مي‌دهند. سميت‌كليوي سيكلوسپورين بوسيله مفناميك‌اسيد افزايش مي‌يابد. دفع ليتيوم و احتمالامتوتركسات بوسيله اين دارو كاهش يافته احتمال بروز سميت بوسيله اين داروها به‌همراه يكديگر

وجود دارد.
نکات قابل توصیه 1 ـ مصرف دارو ممکن‌است منجر به کاهش فعالیت پلاکت‌هاگردیده و مصرف آن در بیماران دچاراختلالات انعقادي یا تحت درمان باداروهاي ضد انعقاد از جمله وارفارین بایدبا احتیاط باشد.
3 ـ در صورت بروز اسهال مصرف داروباید قطع گردد.
4 ـ در بیماران مبتلا به آلرژي و افراد مسن‌مبتلا به اختلالات قلبي یا فشارخون و خیزبا احتیاط مصرف گردد.
مقدار مصرف
بزرگسالان به میزان 500 میلي‌گرم 3 باردر روز، ترجیح? بعد از غذا مصرف‌مي‌گردد.
کودکان در کودکان بالاي سن شش‌ماهگي به میزان 25 mg/kg روزانه درمقادیر منقسم مصرف مي‌شود. به جز دربیماري آرتریت نوجوانان بیشتر از 7 روزنباید مصرف شود.
اشکال دارویي
Film coated tablet / Capsule: 250 mg

موارد مصرف مپي واكائين به‌عنوان بيحس‌كننده موضعي تزريقي براي ايجاد بيحسي‌موضعي يا منطقه‌اي بمنظور انسدادحركتي به درجات مختلف قبل از اعمال‌جراحي دندانپزشكي و زايمان به‌كارمي‌رود.
مكانيسم اثر: بيحس كننده‌هاي موضعي باتثبيت برگشت‌پذير غشاي سلولهاي‌عصبي و در نتيجه كاهش نفوذ پذيري اين‌غشاء به يون سديم شروع و هدايت امواج‌عصبي را متوقف مي‌كنند. اين عمل باعث‌مهار مرحله دپولاريزاسيون غشاء سلول‌عصبي مي‌گردد و در نتيجه از انتشاريتانسيل عمل و هدايت بعدي تكانه‌هاي‌عصبي جلوگيري مي‌كند.
موارد منع مصرف 1 ـ در صورت وجودبلوك كامل قلبي خونريزي شديد، افت‌شديد فشارخون و شوك و وجود عفونت‌در محل تزريق نبايد استفاده گردد.
2 ـ در صورت وجود سپتي سمي و افزايش‌احتمال تحريك CNS نبايد براي ايجادانسداد زير عنكبوتيه‌اي استفاده
گردد.
هشدارها: 1 ـ در كودكان و سالمندان امكان‌بروز مسموميت عمومي با اين دارو بيشتراست
2 ـ در عيب كار قلبي ـ عروقي سابقه‌حساسيت دارويي و وجود التهاب در محل‌تزريق بايد با احتياط فراوان استفاده گردد.
عوارض جانبي عوارض جانبي به‌طور كلي‌بمقدار مصرف محل تزريق و غلظت‌پلاسمايي آن بستگي دارد. اختلال بينايي تشنج سرگيجه همهمه يا زنگ زدن گوش لرزش يا رعشه اضطراب هيجان عصبانيت تهوع و استفراغ و سفتي گردن‌در مواقعي كه تزريق در نخاع انجام گيرد،از عوارض جانبي اين دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي اين دارو با داروهاي‌ضد مياستني داروهاي مضعف CNS،داروهاي گندزدا حاوي فلزات سنگين گوانتيدين مهار كننده‌هاي مونوآمين‌اكسيداز و داروهاي مسدد عصبي ـعضلاني تداخل دارد.
نكات قابل توصيه 1 ـ دارو را در صورت‌لزوم مي‌توان با كلرور سديم ايزوتونيك‌رقيق نمود.
2 ـ اين فرآورده قابل اتو كلاو كردن است
مقدار مصرف براي انسداد عصبي بازويي گردني و بين دنده‌اي و ناحيه تناسلي 40 ـ 5ميلي ليتر از محلول يك درصد، براي انسدادخارج سخت شامه‌اي و كمري 30 ـ 15 ميلي‌ليتر از محلول 1/5 درصد، براي‌انفيلتراسيون موضعي غير از دندانپزشكي40 ميلي ليتر از محلول 0/5

درصد و براي‌بيحسي جهت كاهش درد 5 ـ 1 ميلي ليتر ازمحلول يك درصد استفاده مي‌گردد. حداكثرمقدار مصرف 7 mg/kg يا 400 ميلي‌گرم درهر عمل جراحي است مقدار مصرف تا حد6 mg/kg ـ 5 در كودكان مجاز مي‌باشد.

اشكال دارويي

% Injection (As HCL) : 2

METHADONE HCl

موارد مصرف متادون براي كنترل دردشديد و درمان كمكي قطع وابستگي به‌اپيوئيدها به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو با اتصال به‌گيرنده‌هاي اپيوئيدي هم ادراك درد و هم‌واكنش بيمار به درد را تغيير مي‌دهد، يعني‌علاوه بر افزايش آستانه احساس درد،موجب مي‌شود كه دردي كه توسط بيماراحساس مي‌شود يك درد ناخوشايندوآزار دهنده نباشد.
فارماكوكينتيك از راه تزريقي و خوراكي‌جذب خوبي دارد. در كبد متابوليزه‌مي‌گردد. و به‌طور عمده از طريق كليه‌ها ومقدار كمي از آن نيز از طريق صفرا دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف از مصرف اين دارو، درمواقعي كه فشار داخل جمجمه افزايش‌يافته و يا در موارد ضربه مغزي نارسايي‌شديد كليه و حمله حاد آسم بايد خودداري‌شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد زير بايد با احتياطفراوان مصرف شود:
كمي فشارخون كم كاري غده تيروئيد،آسم كم بودن ذخيره تنفسي نارسايي‌كبدي يا نارسايي كليوي
2 ـ خود اين دارو باعث وابستگي مي‌شود وبايد به‌صورت تدريجي قطع شود.
عوارض جانبي تهوع و استفراغ (بخصوص‌در شروع مصرف ، يبوست خواب‌آلودگي كمي فشارخون و تضعيف تنفس‌با مصرف مقادير زياد، اشكال در ادرارکردن اسپاسم صفرا يا مثانه خشكي‌دهان تعريق سردرد، گر گرفتگي صورت سرگيجه كاهش ضربان قلب طپش قلب افت فشارخون وضعيتي افزايش‌فشارخون ريوي كاهش دماي بدن توهم حالت خماري تغيير خلق و خو، وابستگي اختلال در تفكر، تنگي مردمك چشم بثورات جلدي كهير و خارش از عوارض‌جانبي اين دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي فني توئين و ريفامپين متابوليسم متادون را تسريع كرده و اثرات‌آن را كاهش مي‌دهند. اگر به‌طور هم زمان‌با ساير داروهاي مضعف CNS مصرف‌شود، تضعيف CNS تشديد شده مي‌تواندموجب ايجاد ضعف تنفسي و كاهش‌فشارخون شود. مصرف هم زمان باداروهاي شبه آتروپيني نيز موجب تشديداحتباس ادرار و يبوست شده و ممكن است‌انسداد فلجي روده ايجاد نمايد.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو نسبت به‌مرفين اثر تسكين بخش كمتر و طول اثربيشتري دارد.
2 ـ در مصرف طولاني مدت نبايد بيش از دوبار در روز تجويز شود، چون

خطر تجمع‌دارو و مسموميت وجود خواهد داشت
مقدار مصرف از راه خوراكي يا تزريق زيرجلدي يا داخل عضلاني 10 ـ 5 ميلي‌گرم هر8 ـ 6 ساعت تجويز مي‌گردد، كه متناسب باپاسخ مشاهده شده تنظيم مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet : 5 mg
Injection : 5 mg / ml

MIDAZOLAM

موارد مصرف ميدازولام براي ايجادتسكين و فراموشي قبل از عمل جراحي و يادر موقع القاء بيهوشي و همچنين به همراه‌داروهاي بيحس كننده موضعي تجويزمي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو با اثر بر گيرنده‌هاي‌خاص موجب افزايش اثر مهاري گابا وكاهش تحريك پذيري سلول‌هاي عصبي‌مي‌شود.
فارماكوكينتيك فراهمي زيستي اين دارو ازراه خوراكي 50% است اين دارو در كبدمتابوليزه و از طريق ادرار دفع مي‌شود.نيمه عمر آن حدود 2 ساعت است
موارد منع مصرف در صورت وجودضعف تنفسي نارسايي حاد ريوي يانارسايي شدي كليوي نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد زير اين دارو بااحتياط مصرف شود: بيماري تنفسي ضعف عضلاني سابقه اعتياد به دارو واختلال شديد شخصيتي
2 ـ در صورت وجود نارسايي كبدي وكليوي مقدار مصرف دارو بايد كاهش يابد.
3 ـ در صورت وجود كاهش حجم خون اسپاسم عروق يا كاهش دماي بدن و يا درصورت مصرف توام داروهاي ضد درداوپيوئيدي مقدار مصرف اين دارو بايدكاهش يابد.
عوارض جانبي خواب آلودگي و احساس‌سبكي سر در روز بعد از مصرف دارو،توهم و عدم تعادل فراموشي سردرد،سرگيجه وابستگي كاهش فشار خون اختلالات گوارشي بثورات جلدي اختلال‌بينايي تغيير ميل جنسي درد در ناحيه‌تزريق و ترومبوفلبيت از عوارض جانبي‌دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با داروهاي هوشبر، ضد جنون ضددردهاي اپيوئيدي داروهاي ضدافسردگي آنتي هيستامين‌ها، داروهاي‌ضد زيادي فشارخون مسدد گيرنده آلفاآدرنرژيك و با كلوفن باعث افزايش اثرات‌تسكيني دارو مي‌شود. اين دارو سرعت‌متابوليسم كلونازپام را افزايش داده وموجب كاهش اثر آن مي‌گردد. مصرف‌همزمان اين دارو با داروهاي ضد زيادي‌فشارخون موجب افزايش اثر كاهنده‌فشارخون مي‌گردد. سايمتيدين اريترومايسين ديلتيازم و وراپاميل‌متابوليسم اين دارو را مهار و با افزايش‌غلظت پلاسمايي ميدازولام اثر سداتيو آن‌را افزايش مي‌دهند. اين دارو اثر درماني‌لوودوپا را كاهش مي‌دهد.
مقدار مصرف براي ايجاد تسكين از طريق‌تزريق وريدي مقدار 2 ميلي‌گرم سالخوردگان 1/5 ـ 1 ميلي‌گرم طي 30ثانيه تجويز مي‌شود. و در صورت كافي‌نبودن ميزان تسكين بعد از 2 دقيقه به‌ميزان 1 ـ 0/5 ميلي گرم تكرار

مي‌شود نيازاين مقدار تكرار مي‌شود. محدوده معمولي‌مقدار مصرف 7/5 ـ 2/5 ميلي‌گرم 70mcg/kg) و در سالخوردگان 2ـ1ميلي‌گرم مي‌باشد. به‌عنوان داروي پيش‌بيهوشي 100 mcg/kg ـ 70 كه 60 ـ 30دقيقه قبل از جراحي تزريق عضلاني‌مي‌شود. مقدار مصرف معمول 5 ميلي گرم در سالمندان 2/5 ميلي گرم مي‌باشد.براي القاء بيهوشي از راه تزريق آهسته‌وريدي مقدار 300 mcg/kg ـ 200(سالخوردگان 200 mcg/kg ـ 100) و دركودكان بالاي سن 7 سال به ميزان150mcg/kg تجويز مي‌شود. براي ايجادتسكين در بيماراني كه تحت مراقبت شديدهستند از راه انفوزيون وريدي ابتدا300 mcg/kg ـ 30 طي 5 دقيقه و سپس200 mcg/kg/h ـ 30 تجويز مي‌شود.

اشكال دارويي

Injection: 5 mg/ml

MORPHINE SULFATE

موارد مصرف مرفين براي تسكين دردهاي‌متوسط تا شديد خصوص? دردهاي‌احشايي تسكين دردهاي شديد بيماران‌نزديك به مرگ ادم حاد ريوي و به‌عنوان‌ضد درد در موقع عمل جراحي (داروي‌پيش بيهوشي به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو با اتصال به‌گيرنده‌هاي اختصاصي در سيستم‌اعصاب مركزي و محيطي اثرات‌فارماكولوژيك خود را ايجاد مي‌كند. اين‌دارو قادر است هم ادراك درد و هم واكنش‌بيمار به درد را تغيير دهد، يعني علاوه برافزايش آستانه احساس درد، موجب‌مي‌شود كه دردي كه توسط بيمار احساس‌مي‌شود يك درد ناخوشايند و مخرب‌نباشد.
فارماكوكينتيك اين دارو از راه خوراكي‌بخوبي جذب مي‌شود اما متابوليسم گذراول كبدي آن زياد بوده و براي رسيدن به‌اثر درماني نسبت به راههاي غير خوراكي مقدار بيشتري از مرفين نياز خواهد بود.اين دارو در اكثر بافت‌ها تجمع مي‌يابد،ضمن? در كبد با گلوكورونيك اسيدكونژوگه شده و سپس از طريق كليه‌ها دفع‌مي‌شود. مقدار كمي از دارو نيز بدون تغييراز كليه‌ها دفع مي‌گردد.
موارد منع مصرف در مواقعي كه فشارداخل جمجمه افزايش يافته و يا در حالات‌ضربه مغزي نارسايي شديد كليه حمله‌حاد آسم تضعيف حاد تنفسي فلج ايلئوس دردهاي حاد شكمي و فئوكروموسيتوم‌نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد زير مصرف اين‌دارو با احتياط كامل انجام شود: كمي‌فشارخون كم كاري غده تيروئيد، اسم كم‌بودن ذخيره تنفسي نارسايي كبدي نارسايي كليوي بزرگي پروستات اختلالات تشنجي سالمندان و بيماران‌ناتوان در مواردي كه كنترل درد ضروري‌باشد مثلا در بيماران نزديك به مرگ رعايت احتياطهاي فوق ضرورتي ندارد.
2 ـ مصرف مكرر اين دارو، باعث ايجادوابستگي و تحمل به اثرات دارو مي‌گردد،اما اين مسئله در بيماران نزديك به مرگ‌مانع از مصرف اين دارو نمي‌شود.
عوارض جانبي تهوع و استفراغ (بخصوص‌در شروع مصرف يبوست خواب‌آلودگي كاهش فشارخون و تضعيف‌تنفس در مقادير مصرف زياد، مشكل درادرار كردن اسپاسم صفرا يا مثانه خشكي دهان تعريق سردرد،برافروختگي صورت سرگيجه كاهش‌ضربان قلب تپش قلب افت فشارخون‌وضعيتي كاهش دماي بدن توهم حالت‌خماري تغيير خلق و خو، وابستگي اختلال در تفكر، تنگي مردمك چشم بثورات جلدي كهير و خارش از عوارض‌جانبي دارو هستند.

تداخل‌هاي دارويي اگر به‌طور هم‌زمان باساير داروهاي مضعف CNS مصرف‌شود، تضعيف CNS تشديد شده مي‌تواندموجب ايجاد ضعف تنفسي و كاهش‌فشارخون بشود. مصرف هم زمان باداروهاي شبه آتروپيني نيز موجب
تشديد احتباس ادرار و يبوست شده وممكن است انسداد فلجي روده ايجاد نمايد.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو با ايجادخواب آلودگي ممكن است بر انجام اعمالي‌كه نياز به مهارت و دقت دارند (مثل‌رانندگي تاثير گذارد.
مقدار مصرف
بزرگسالان براي كنترل دردهاي حاد،
15 ـ 10 ميلي‌گرم از راه زير جلدي ياعضلاني كه در صورت لزوم هر 4 ساعت‌تكرار مي‌شود مصرف مي‌گردد. در سكته‌قلبي 10 ميلي‌گرم تزريق آهسته وريدي‌مي‌شود كه در صورت لزوم 10 ـ 5ميلي‌گرم ديگر تجويز مي‌شود. درسالمندان مقدار مصرف به نصف كاهش‌داده مي‌شود. در ادم حاد ريوي مقدار 10 ـ5 ميلي‌گرم تزريق آهسته وريدي مي‌شود.در دردهاي مزمن مقدار 20 ـ 5 ميلي‌گرم هر4 ساعت يكبار از طريق خوراكي تزريق‌زير جلدي يا عضلاني مصرف مي‌شود كه‌در صورت نياز مقدار مصرف قابل افزايش‌است
كودكان براي كنترل دردهاي حاد دركودكان تا سن يك ماه به ميزان150mcg/kg، كودكان 12 ـ 1 ماهه به
ميزان 200mcg/kg، يك تا 5 ساله به
ميزان 5 ـ 2/5 ميلي‌گرم و 12 ـ 6 ساله
به ميزان 10 ـ 5 ميلي‌گرم تجويز
مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection : 10 mg/ml
Tablet : 10 mg

NALOXONE HCl

موارد مصرف نالوكسان براي برطرف‌كردن تضعيف تنفسي ناشي از داروهاي‌شبه ترياك مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو مسدد گيرنده mاوپيوئيدي مي‌باشد و از اين طريق مانع‌اثراتي از داروهاي شبه ترياك كه از طريق‌تحريك اين گيرنده اعمال مي‌شود از جمله‌تضعيف مركز تنفس در سيستم اعصاب‌مركزي مي‌شود.
فارماكوكينتيك طول مدت اثر اين دارو بعداز تزريق 2 ـ 1 ساعت مي‌باشد. در كبدمتابوليزه و متابوليت‌هاي آن از ادرار دفع‌مي‌شوند.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در افراد مبتلا به‌بيماري قلبي ـ عروقي يا مصرف داروهاي‌سمي براي قلب و يا افراد داراي وابستگي‌فيزيكي به داروهاي شبه ترياك بايد بااحتياط مصرف شود.
2 ـ تجويز اين دارو در بيماران وابسته به‌داروهاي شبه ترياك موجب بروزعلايم‌قطع مصرف مي‌گردد.
عوارض جانبي تهوع و استفراغ افزايش‌ضربان قلب و فيبريلاسيون از عوارض‌جانبي اين دارو مي‌باشند.
نكات قابل توصيه از آنجايي كه اين دارودارای طول اثر كوتاهي مي‌باشد، در موقع‌تجويز بعد از جراحي مقدار دارو در هربيمار بايد به‌طور جداگانه تنظيم شود تاضمن حفظ اثر ضد دردي كافي داروي‌شبه ترياك ضعف تنفسي نيز برطرف‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان 3 mcg/kg ـ 1/5 تزريق وريدي‌مي‌شود و در صورت كافي نبودن پاسخ‌هر دو دقيقه 100 ميكروگرم بر مقدار قبلي‌افزوده مي‌شود تا پاسخ كافي ايجاد شود.بعد از 2 ـ 1 ساعت مقادير مورد نياز بعدي‌را مي‌توان از طريق تزريق داخل عضلاني‌تجويز نمود.
كودكان از راه تزريق وريدي 10 mcg/kgتجويز مي‌شود و در صورت عدم پاسخ‌كافي تا 100 mcg/kg تجويز مي‌شود. درصورتي كه تزريق وريدي امكانپذيرنباشد، مقدار مصرف را مي‌توان به‌صورت‌منقسم داخل عضلاني يا زيرجلدي تزريق‌نمود. در نوزادان از راه تزريق وريدي داخل عضلاني يا زير جلدي 10 mcg/kg كه‌مي‌توان هر 3 ـ 2 دقيقه اين مقدار را تكرارنمود يا تزريق داخل عضلاني 200ميكروگرم به‌صورت مقدار واحد در موقع‌تولد نوزاد تجويز مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection : 0.4 mg/ml

NAPROXEN

موارد مصرف ناپروکسن در درمان‌آرتریت روماتوئید، درد و التهاب نقرس‌حاد، سایر اختلالات عضلاني اسكلتي وديسمنوره مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: ناپروكسن يك داروي ضددرد و ضد التهاب غير استروئيدي است كه‌با مهار توليد پروستاگلاندين‌ها، از اثرات‌آنها جلوگيري مي‌كند.
فارماكوكينتيك اين دارو بخوبي از دستگاه‌گوارش جذب مي‌شود. نيمه عمر پلاسمايي‌آن حدود 15 ـ 12 ساعت است و به‌طورعمده از طريق ادرار دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت وجود زخم‌فعال گوارشي نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ ناپروكسن ممكن است باعث‌بروز خونريزي گوارشي شود.
2 ـ اين دارو ممكن است باعث تشديد حملات‌آسمي در بيماران مبتلا به آسم شود.
3 ـ در بيماران مبتلا به عيب كار كليه يا كبدبا احتياط مصرف شود.
4 ـ مصرف ناپروكسن در كودكان زير 16سال مگر در درمان آرتريت نوجوانان توصيه نمي‌شود.
عوارض جانبي اختلالات گوارشي شامل‌تهوع استفراغ و دردهاي شكمي وخونريزي گوارشي بثورات جلدي كهير وآنژيوادم از عوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌ناپروكسن با داروهاي ضد انعقاد ممكن‌است باعث تشديد اثرات اين داروها شود.مصرف همزمان ناپروكسن با ليتيوم ممكن‌است باعث كاهش دفع ليتيوم شود.
اثرات‌داروهاي مهار كننده گيرنده بتا مانندپروپرانولول در صورت مصرف همزمان‌با ناپروكسن ممكن است افزايش يابد.
مقدار مصرف
بزرگسالان در درمان آرتريت روماتوئيد،1000 mg/day ـ 500 در دو مقدار منقسم ويا 1gr/day يكبار در روز مصرف مي‌شود.در اختلالات حاد عضلاني ـ اسكلتي وايسمنوره در ابتدا 500mg/day و سپس‌بسته به نياز هر 8 ـ 6 ساعت به ميزان 250ميلي گرم اضافه مي‌شود حداكثر مقدارمصرف پس از اولين روز به ميزان1/25g/day مي‌باشد. در نقرس حاد مقدارمصرف اوليه 750 ميلي‌گرم و مقدارمصرف نگهدارنده 250 ميلي‌گرم هر 8ساعت تا رفع حمله است
كودكان در درمان آرتريت نوجوانان دركودكان بالاي 5 سال mg/kg/day 10 در دومقدار منقسم مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي

Tablet : 250 mg
Entric coated tablet: 500 mg

NITROUS OXIDE

موارد مصرف نيتروزاكساید به‌عنوان‌بيهوش كننده براي القاء و ادامه بيهوشي‌مصرف مي‌شود. اين دارو همچنين بامقادير مصرف كم به‌عنوان ضد درد دراعمال جراحي زنان و زايمان و براي اعمال‌جراحي كه در آنها به بيهوشي كامل بيمارنياز نيست مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك حداقل غلظت آلوئولي (MAC) هنگام مصرف با اكسيژن بيشتر از100% و ضريب توزيع خون به گاز آن0/47 است نيتروزاكساید در بدن‌متابوليزه نشده به طور كامل به‌صورت‌تغيير نيافته از طريق ريه‌ها دفع مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ نيتروزاكساید، يك بيهوش‌كننده ضعيف است و بايد همراه ساير‌داروهاي بيهوش كننده مصرف شود. دراين حالت مقدار مصرف ساير داروهاي‌بيهوش كننده نيز كاهش مي‌يابد.
2 ـ در صورت وجود آمبولي‌هاي هوا درهر يك از اعضاء بدن انسداد گوارشي و ياپنوموتوراكس نيتروزاكساید بايد بااحتياط فراوان مصرف شود. در اين مواردنيتروزاكساید ممكن است باعث افزايش‌فشار در اين حفره‌ها شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ نيتروزاكساید بايدهمراه حداقل 30% اكسيژن مصرف شود تاخطر بروز كاهش اكسيژن خون كاهش يابد.
2 ـ نيتروزاكساید ممكن است به‌داخل Cuffلوله داخل تراشه‌اي نفوذ كند. براي‌جلوگيري از اين حالت تخليه دوره‌اي لوله‌داخل تراشه‌اي توصيه مي‌شود.
3 ـ در صورتي كه نيتروزاكساید براي‌مدت طولاني مصرف شده باشد، بعد ازقطع مصرف دارو براي جلوگيري از كاهش‌اكسيژن ناشي از ديفوزيون دارو، بايداكسيژن خالص تجويز شود.
مقدار مصرف براي القاء بيهوشي 70%همراه با 30% اكسيژن و به‌عنوان ادامه‌دهنده بيهوشي 70 ـ 30 درصد همراه بااكسيژن استنشاق مي‌شود.
در اعمال‌جراحي زنان ـ زايمان و براي اعمالي كه درآنها به بيهوشي كامل بيمار نياز نيست
50 ـ 25 درصد استنشاق مي‌شود.
اشكال دارويي
For Inhalation

OXAZEPAM

موارد مصرف اين دارو در كوتاه مدت براي‌درمان اضطراب به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: با اثر برگيرنده‌هاي‌اختصاصي در غشاي سلول عصبي اثرمهاري گاما آمينوبوتيريك اسيد
(GABA) را كه در تمام نواحي CNS باعث‌مهار پيش سيناپسي مي‌گردد، تسهيل كرده‌يا افزايش مي‌دهد.
فارماكوكينتيك از طريق خوراكي به خوبي‌جذب مي‌شود. اتصال آن به پروتئين‌هاي‌پلاسمايي بالا است متابوليسم آن كبدي ودفع آن از طريق كليه مي‌باشد. نيمه عمرپلاسمايي آن 15 ـ 5 ساعت است
موارد منع مصرف در موارد تضعيف‌تنفسي نارسايي حاد ريوي حالات ترس سايكوز مزمن افسردگي و اضطراب‌همراه آن نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در بيماري‌هاي تنفسي ضعف عضلاني بيماران با سابقه مصرف‌نابجاي دارو يا افراد با اختلال شخصيتي بااحتياط مصرف شود.
2 ـ در افراد مسن نارسايي كبدي و كليوي‌مقدار دارو بايد كاهش داده شود.
3 ـ از مصرف طولاني مدت خودداري گردد.
4 ـ براي جلوگيري از بروز عوارض قطع مصرف دارو را بايد بتدريج قطع كرد.
عوارض جانبي خواب آلودگي روز بعد ازمصرف گيجي و عدم تعادل (بخصوص درافراد مسن ، فراموشي وابستگي تحريك‌پذيري غير عادي و در برخي موارد سردرد،سرگيجه افت فشارخون افزايش ترشحات‌بزاق كرامپ و درد ناحيه شكم بثورات‌جلدي اختلال بينايي تغيير در ميل جنسي احتباس ادرار، اختلالات خوني و يرقان ازعوارض جانبي اين دارو است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان باداروهاي مضعف CNS، ضد دردهاي‌مخدر، بيهوش كننده‌هاي عمومي مهاركننده‌هاي مونوآمينواكسيداز، ضدافسردگي‌هاي سه حلقه‌اي و داروهاي‌پايين آورنده فشارخون كه باعث تضعيفCNS مي‌شوند (مانند كلونيدين و متيل‌دوپا) و رزرپين ممكن است اثر مضعف CNSاين داروها را تشديد نمايد.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو وابستگي‌ايجاد مي‌كند و نبايد بيش از مقدار توصيه‌شده مصرف شود.
2 ـ اگر بعد از چند هفته اثر درماني داروكاهش يابد به پزشك مراجعه شود.
3 ـ در صورت بروز خواب آلودگي سرگيجه منگي از دست دادن مهارت درانجام كار بخصوص در افراد مسن دارو بااحتياط مصرف شود.
4 ـ مصرف اين دارو در كودكان توصيه‌نمي‌شود.

مقدار مصرف در درمان اضطراب 30 ـ 15ميلي‌گرم سه تا چهار بار در روز مصرف‌مي‌شود. در افراد مسن و ناتوان 20 ـ 10ميلي‌گرم سه تا چهار بار در روز مصرف‌مي‌شود. در درمان بي‌خوابي همراه بااضطراب 25 ـ 15 ميلي‌گرم (حداكثر 50ميلي‌گرم در موقع خواب مصرف مي‌شود.

اشكال دارويي

Tablet : 10 mg

PENTAZOCINE

موارد مصرف پنتازوسين براي كنترل‌دردهاي متوسط تا شديد تجويز مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو هم آگونيست و هم‌آنتاگونيست گيرنده‌هاي اپيوئيدي است اين دارو علاوه بر افزايش آستانه احساس‌درد باعث مي‌شود كه دردي كه توسطبيمار حس مي‌شود يك درد ناخوشايند وآزار دهنده نباشد.
فارماكوكينتيك اين دارو از طريق خوراكي‌و تزريقي بخوبي جذب مي‌شود. درمصرف خوراكي داراي متابوليسم عبوراول كبدي است اين دارو در كبد متابوليزه‌و از طريق كليه‌ها دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف 1 ـ در حالاتي كه فشارداخل جمجمه افزايش يافته يا در مواردضربه مغزي نبايد مصرف شود.
2 ـ در بيماران وابسته به ساير اپيوئيدها،بيماران داراي زيادي فشارخون ريوي ياشرياني و بيماران داراي نارسايي قلبي پورفيري و بعد از وقوع سكته قلبي نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود كمي‌فشارخون كم كاري غده تيروئيد، آسم كم‌بودن ذخيره تنفسي نارسايي كبدي ونارسايي كليوي مصرف دارو بايد بااحتياط فراوان صورت گيرد.
2 ـ مصرف اين دارو در افراد وابسته به‌ساير اپيوئيدها بايد با احتياط صورت‌بگيرد، چون موجب بروز علايم >قطع‌مصرف مي‌شود.
عوارض جانبي تهوع و استفراغ (بخصوص‌در شروع مصرف ، يبوست خواب‌آلودگي كاهش فشارخون و تضعيف‌تنفس با مصرف مقادير زياد، مشكل درادرار كردن اسپاسم صفرا يا مثانه خشكي دهان تعريق سردرد، گرگرفتگي‌صورت سرگيجه كاهش ضربان قلب طپش قلب افت فشارخون وضعيتي افزايش فشارخون ريوي كاهش دماي‌بدن توهم حالت خماري تغيير خلق و خو،وابستگي به دارو، اختلال در تفكر، تنگي‌مردمك چشم بثورات جلدي كهير وخارش از عوارض دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌پنتازوسين با ساير داروهاي مضعف‌باعث تشديد تضعيف CNS مي‌شود وايجاد ضعف تنفسي و كاهش فشار خون‌مي‌كند در مصرف همزمان با داروهاي‌شبه آتروپيني موجب احتباس ادراريبوست شديد و در مواردي انسداد فلجي‌روده مي‌گردد.
نكات قابل توصيه اين دارو ممكن است باايجاد خواب آلودگي بر انجام اعمالي كه‌نياز به مهارت و دقت دارند (مثل رانندگي تاثير گذارد.
مقدار مصرف
بزرگسالان از راه خوراكي 150 ـ 50ميلي‌گرم هر 4 ساعت ترجيح? بعد از

غذامصرف مي‌شود. مقدار مصرف خوراكي‌در كودكان 12 ـ 6 سال 25 ميلي‌گرم است
از طريق تزريق زير جلدي يا داخل‌عضلاني به ميزان 100 ـ 25 ميلي گرم‌تجويز كه هر 4 ساعت يكبار تجويزمي‌شود. از طريق تزريق آهسته داخل‌وريدي 50 ـ 25 ميلي گرم كه هر 4 ساعت‌تكرار مي‌شود. براي ايجاد بي‌دردي درهنگام زايمان به ميزان 100 ـ 50 ميلي گرم‌كه در صورت نياز هر 3 ـ 1 ساعت تكرارمي‌شود. حداكثر ميزان مصرف 400 ميلي‌گرم در 24 ساعت مي‌باشد.
كودكان از راه خوراكي 2mg/kg ـ 0/5 و ازطريق داخل عضلاني با زير جلدي نيز2mg/kg ـ 0/5 تجويز مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet : 50 mg
Injection : 30 mg / ml

PERPHENAZINE

موارد مصرف پرفنازين در اسكيزوفرني وحالات رواني مانيا و درمان كمكي كوتاه‌مدت اضطراب شديد، تحريكات رواني‌حركتي هيجان و تحريكات رفتاري شديدو ناگهاني استفراغ و تهوع شديد به‌كارمي‌رود.
مكانيسم اثر: پرفنازين با مهار گيرنده‌هاي‌بعد سيناپسي دوپاميني در مسيرمزوليمبيك اثر درماني خود را ايجادمي‌نمايد. مهار گيرنده‌هاي دوپاميني درمسير نيگرواستریاتال و توبرواينفنديبولاربه ترتيب با ايجاد اثرات خارج هرمي وافزايش ترشح پرولاكتين در ارتباط است همچنين گيرنده‌هاي موسكاريني و نيز آلفاـ آدرنرژيك تا حدودي بوسيله اين دارومهار مي‌گردند.
فارماكوكينتيك پرفنازين پس از مصرف‌خوراكي سريع ولي ناكامل جذب گرديده‌تحت تاثير متابوليسم عبور اول كبدي قرارگرفته و غير فعال مي‌گردد. متابوليت‌ها ومقدار ناچيز داروي تغيير نيافته عمدت? ازراه ادرار و مقداري نيز از طريق صفرا دفع‌مي‌گردند.
موارد منع مصرف همراه با ساير داروهاي‌تضعيف كننده سيستم اعصاب مركزي همراه با ساير داروهاي تضعيف كننده مغزاستخوان در بيماري فئوكروموسيتوم دربيماران مسن دچار آشفتگي و بي‌قراري‌نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ پرفنازين در افراد دچاربيماري‌هاي قلبي ـ عروقي عروق مغزي پاركينسون اختلالات تنفسي صرع وعفونت حاد، صدمات كليوي و كبدي بايد بااحتياط مصرف شود.
2 ـ در بيماراني با سابقه يرقان لوكوپني مياستني گراو، كم كاري تيروئيد،هيپرتروفي پروستات و گلوكوم با زاويه‌بسته خصوص? در افراد مسن با احتياطمصرف گردد.
عوارض جانبي آثار خارج هرمي خصوص?ديستوني به‌ويژه با مقادير مصرف زيادشايع‌تر بوده و در مصرف طولاني مدت‌ديسكينزي ديررس ممكن است بروز نمايد.خواب آلودگي سستي كابوس شبانه بي‌خوابي بي‌ثباتي افسردگي خشكي‌دهان يبوست احتباس ادرار، تاري ديد واحتقان بيني از عوارض شايع دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف آن همراه باداروهاي ضد آريتمي و نيز داروهاي ضدهيستامين نظير ترفنادين و آستميزول يامسدد گيرنده بتا مانند سوتالول خطربروز آريتمي بطني را افزايش مي‌دهد.داروهاي ضد افسردگي خصوص? انواع‌سه حلقه‌اي سبب افزايش غلظت خوني ونيز اثرات ضد موسكاريني اين دارومي‌گردند. پرفنازين ممكن است باعث‌كاهش آستانه

تشنج شده و با اثر داروهاي‌ضد صرع مقابله نمايد. مصرف اين داروهمراه با داروهايي مانند متوكلوپراميد وليتيوم خطر بروز عوارض خارج هرمي راافزايش مي‌دهد. پرفنازين با اثر داروهاي‌ضد پاركينسون مانند بروموكريپتين ولوودوپا مقابله مي‌نمايد.
نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف اين دارو دركودكان زير سن 14 سال توصيه نمي‌شود.
2 ـ اين دارو ممكن است ايجاد خواب‌آلودگي نموده و موجب اختلال در انجام‌كارهايي شود كه نياز به دقت و هشياري‌دارند.
مقدار مصرف پرفنازين در حالاتي نظيراسكيزوفرني يا ساير اختلالات رواني مانياو درمان كمكي كوتاه مدت اضطراب شديد،اغتشاشات رواني ـ حركتي هيجان ورفتارهاي خطرناك ابتدا به ميزان 4 ميلي‌گرم 3 بار در روز تجويز و برحسب پاسخ‌دهي ميزان مصرف حداكثر تا 24 ميلي‌گرم‌روزانه تنظيم مي‌گردد. در افراد مسن‌نصف تا يك چهارم افراد بزرگسال به‌كارمي‌رود.
اشكال دارويي
Coted Tablet: 2 mg, 4 mg, 8 mg
Injection : 5 mg / ml

PETHIDINE HCl

موارد مصرف پتيدين در كنترل دردهاي‌متوسط تا شديد، تسكين درد در موقع‌زايمان و عمل جراحي به‌عنوان داروي‌پيش بيهوشي و به منظور افزايش اثرداروهاي هوشبر استفاده مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو با اتصال به‌گيرنده‌هاي اوپيوئيدي در سيستم اعصاب‌مركزي و محيطي اثرات فارماكولوژيك‌خود را اعمال مي‌كند. اثر ضد دردي اين‌دارو از دو راه اعمال مي‌شود: تغيير ادراك‌درد و واكنش بيمار به درد، به عبارت ديگرعلاوه بر افزايش آستانه احساس درد،موجب مي‌شود كه درد احساس شده‌توسط بيمار يك حس ناخوشايند و آزاردهنده نباشد.
فارماكوكينتيك دارو در كبد متابوليزه‌مي‌شود كه نورمپريدين متابوليت فعال وسمي آن است دفع دارو از طريق كليه‌هابوده و نيمه عمر آن حدود 3 ساعت است
موارد منع مصرف از مصرف اين دارو درمواقعي كه فشار داخل جمجمه افزايش‌يافته و يا در حالات ضربه مغزي در حمله‌حاد آسم نارسايي حاد كليوي بايدخودداري شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود كمي فشارخون كم كاري غده تيروئيد، كم بودن‌ذخيره تنفسي نارسايي كبدي و نارسايي‌كليوي بايد با احتياط فراوان مصرف شود.
2 ـ پتيدين براي كنترل دردهاي شديدمداوم مناسب نيست
3 ـ با مصرف مقادير زياد اين دارو ممكن‌است تشنج رخ دهد.
4 ـ مصرف مكرر اين دارو باعث ايجادوابستگي و تحمل به اثرات دارو مي‌گردد.
عوارض جانبي تهوع و استفراغ (بخصوص‌در شروع مصرف ، يبوست خواب‌آلودگي كمي فشارخون و تضعيف مركزتنفس با مقادير مصرف زياد، مشكل درادرار كردن خشكي دهان تعريق سردرد،گرگرفتگي صورت سرگيجه كاهش‌ضربان قلب طپش قلب افت فشار خون‌وضعيتي افزايش فشارخون ريوي كاهش‌دماي بدن توهم حالت خماري تغيير خلق‌و خو، وابستگي تنگي مردمك چشم بثورات جلدي كهير و خارش و تشنج بامقادير مصرف خيلي زياد از عوارض‌جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با داروهاي ضد افسردگي مهاركننده‌مونوآمينو اكسيداز ممكن است موجب‌تحريك يا تضعيف سيستم اعصاب مركزي‌شود. سايمتيدين متابوليسم اين دارو رامهار مي‌كند. اگر به‌طور همزمان با ساير داروهاي مضعف CNS مصرف شود،باعث تشديد

تضعيف CNS شده و مي‌تواندموجب ايجاد ضعف تنفسي و كاهش‌فشارخون بشود. مصرف همزمان باداروهاي شبه آتروپين نيز موجب تشديداحتباس ادرار و يبوست شده و ممكن است‌انسداد فلجي روده ايجاد نمايد.
نكات قابل توصيه اين دارو با ايجاد خواب‌آلودگي ممكن است بر انجام اعمالي كه‌نياز به مهارت و دقت دارند (مثل رانندگي تاثير گذارد.
مقدار مصرف از راه زير جلدي يا داخل‌عضلاني 100 ـ 25 ميلي‌گرم تجويزمي‌گردد كه بعد از 4 ساعت تكرار مي‌شود.از راه تزريق آهسته وريدي 50 ـ 25ميلي‌گرم كه بعد از 4 ساعت تكرار مي‌شود.به‌عنوان ضد درد در موقع زايمان از راه‌زير جلدي يا داخل عضلاني به ميزان
100 ـ 50 ميلي‌گرم تجويز كه در صورت‌لزوم 3 ـ 1 ساعت بعد تكرار مي‌شود،حداكثر مقدار مصرف 400 ميلي‌گرم در 24ساعت مي‌باشد.
در كودكان مقدار 2 mg/kg ـ 0/5 به‌صورت‌تزريق عضلاني مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection : 50 mg/ ml

PIROXICAM

موارد مصرف پيروكسيكام در درد والتهاب بيماري‌هاي روماتيسمي و ديگراختلالات عضلاني ـ اسكلتي و نقرس حادمصرف مي‌گردد.
مكانيسم اثر: اين دارو با مهار آنزيم‌سيكلواكسيژناز از ساخت‌پروستاگلاندين‌ها به مدت طولاني‌جلوگيري نموده و مهاجرت سلولها به‌ناحيه ملتهب را نيز تحت تاثير قرار مي‌دهد.
فارماكوكينتيك بعد از مصرف خوراكي به‌سرعت جذب گرديده 99 درصد آن به‌پروتئين‌هاي پلاسما اتصال مي‌يابد.متابوليسم كبدي دارو وسيع بوده و از راه‌ادرار و مدفوع با نيمه عمر متوسط 50ساعت دفع مي‌گردد.
موارد منع مصرف در موارد پوليپ بيني آنژيوادم و اسپاسم برونش ناشي ازحساسيت به ASA يا ديگر NSAIDs نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در اختلالات كبدي كليوي وقلبي با احتياط و حداقل لازم مصرف گرددو عملكرد كليه نيز مرتب؟ كنترل گردد.
2 ـ در بيماران دچار زخم معده فعال ازمصرف دارو خودداري نموده و درصورت بروز آسيبهاي معدي ـ روده‌اي‌مصرف دارو قطع گردد.
3 ـ در بيماران دچار پورفيري با احتياطتجويز گردد.
عوارض جانبي عوارض گوارشي شامل‌تهوع اسهال زخم و خونريزي واكنش‌هاي آلرژيك نظير انژيوادم برونكواسپاسم و بثورات جلدي همچنين‌سردرد، گيجي و سرگيجه از عوارض‌جانبي دارو هستند. تزريق عضلاني دارودردناك بوده و ممكن است منجر به ايجادصدمات بافتي گردد.
تداخل‌هاي دارويي مصرف پيروكسيكام‌به همراه داروهاي مهاركننده آنزيم ACE،سبب مقابله با اثر ضد فشار خون آنهاگرديده و خطر بروز نارسايي كليوي وافزايش پتاسيم خون را افزايش مي‌دهد.داروهاي ضد ميكروبي كينولون‌ها، خطربروز تشنج را به وسيله اين دارو افزايش‌مي‌دهند. اثر داروهاي پايين آورنده قندخون (سولفونيل اوره ممكن است به‌وسيله اين دارو افزايش يابد. مصرف‌همزمان اين دارو با سيكلوسپورين خطرسميت كليوي را افزايش مي‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در سابقه زخم‌دستگاه گوارش با احتياط مصرف گردد.
2 ـ در بيماران با سابقه زيادي فشارخون كاهش ذخيره قلبي خيز، اختلالات انعقادي‌يا تحت درمان با وارفارين با احتياطمصرف شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان در بيماري‌هاي روماتوئيدي‌از راه خوراكي ابتداء 20 mg/day و با مقدارنگهدارنده 30mg/day ـ 10 ميلي‌گرم‌به‌صورت يكجا يا منقسم

به‌كار مي‌رود. دردرمان اوليه شرايط حاد بيماري با همان‌مقداري كه در تجويز خوراكي ذكر شده‌به‌صورت تزريق داخل عضلاني عميق‌مصرف مي‌شود. در اختلالات عضلاني ـاسكلتي حاد 40 mg/day به‌صورت يكجا يامنقسم به مدت 2 روز و سپس 20 mg/dayبراي 14 ـ 7 روز به‌كار مي‌رود. در نقرس‌حاد ابتداء 40 ميلي‌گرم و سپس 40mg/dayبه‌صورت يكجا يا در مقادير منقسم به مدت6 ـ 4 روز به‌كار مي‌رود.
كودكان در ارتريت جوانان و از راه‌خوراكي در كودكان بالاتر از 6 سال و باوزن كمتر از 15 كيلوگرم 5 ميلي‌گرم
25 ـ 16 كيلوگرم 10 ميلي‌گرم 45 ـ 26كيلوگرم 15 ميلي‌گرم و بيش از 46 كيلوگرمبه ميزان 20 ميلي گرم روزانه مصرف‌مي‌گردد.
اشكال دارويي
Capsule : 10 mg
Topical Gel : 0.5% w/w
Injection ; 20 mg/ml

موارد مصرف اين دارو به‌عنوان بيحس‌كننده موضعي يا منطقه‌ايي تزريقي به‌منظور ايجاد بيحسي و انسداد عصبي‌به‌كار مي‌رود، اين دارو در دندانپزشكي نيزمصرف دارد.
مكانيسم اثر: بي‌حس كننده‌هاي موضعي باتثبيت برگشت‌پذير غشاي سلولهاي‌عصبي و در نتيجه كاهش نفوذپذيري اين‌غشاء به يون سديم شروع و هدايت‌تكانه‌هاي عصبي را متوقف مي‌كنند. اين‌عمل باعث مهار مرحله دپولاريزاسيون‌غشاء سلول عصبي مي‌گردد و در نتيجه ازانتشار پتانسيل عمل و هدايت بعدي‌تكانه‌هاي عصبي جلوگيري مي‌كند. فلي‌پرسين (F) يك ماده تنگ كننده عروق بوده‌باعث دوام اثر بي حسي پريلوكائين‌مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در صورت‌ابتلاي بيمار به متهموگلوبينمي مادرزادي‌يا اكتسابي كم خوني بلوك كامل قلبي خونريزي شديد، افت شديد فشارخون شوك و وجود عفونت در محل تزريق نبايداستفاده گردد.
هشدارها: 1 ـ در كودكان و سالمندان امكان‌بروز مسموميت سيستميك با اين داروهابيشتر است
2 ـ در عيب كار قلبي ـ عروقي سابقه‌حساسيت دارويي و وجود التهاب در محل‌تزريق با احتياط استفاده گردد.
عوارض جانبي عوارض جانبي به‌طور كلي‌به مقدار مصرف محل تزريق و ميزان‌غلظت پلاسمايي آن بستگي دارد. گيجي ضعف تنفسي تشنج كاهش فشارخون وبرادي كاردي از عوارض جانبي اين داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با داروهاي ضد آريتمي و مسددهاي‌گيرنده بتاآدرنرژيك موجب افزايش خطرتضعيف عضله قلب مي‌گردد. سايمتيدين‌موجب مهار متابوليسم دارو و افزايش‌سميت آن مي‌شود. اين دارو به دليل داشتن‌فلي پرسين ممكن است با داروهاي‌بيهوشي كننده استنشاقي از دسته‌هيدروكربن‌ها، فنوتيازين‌ها و ضدافسردگي‌هاي سه حلقه‌اي و مشتقات‌ارگونيز تداخل داشته باشد.
نكات قابل توصيه اين فرآورده قابل اتوكلاو كردن است
مقدار مصرف براي ايجاد بي‌حسي ازطريق انفيلتراسيون و يا انسداد عصبي دردندانپزشكي مقدار مصرف بر اساس محل‌تزريق و پاسخ بيمار تنظيم مي‌شود.حداكثر مقدار مصرف در بزرگسالان 600ميلي‌گرم است در كودكان مقدار مصرف‌بر اساس وزن تعيين مي‌گردد.
اشكال دارويي
Carpool : Prilocaine 30 mg +Felypressin 0.03 I.U. (0.54 mcg)/ml

موارد مصرف پرومتازين براي درمان‌علامتي حساسيت‌هايي چون تب يونجه كهير، درمان فوري واكنش‌هاي‌آنافيلاكسي درمان تهوع سرگيجه اختلالات لابيرنت بيماري مسافرت وداروي پيش بيهوشي مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: تصور مي‌شود كه اين داروبه‌طور غير مستقيم باعث كاهش تحريك‌سيستم مشبك تنه مغزي مي‌گردد. همچنين‌از طريق رقابت با هيستامين براي اتصال‌به گيرنده H 1 در سلول هدف ازواكنش‌هايي كه تنها با واسطه هيستامين‌بروز مي‌كند، جلوگيري مي‌نمايد ولي درصورت بروز آنها را از بين نمي‌برد. اين‌دارو احتمالا با مهار گيرنده‌هاي شيميايي‌در بصل‌النخاع (CTZ) اثر ضد استفراغ وضد سرگيجه خود را اعمال مي‌كند.
فارماكوكينتيك پرومتازين به خوبي از راه‌خوراكي و از محل تزريق جذب مي‌شود.متابوليسم آن كبدي است شروع اثر اين‌دارو از راه خوراكي يا تزريق عضلاني‌تقريب? 20 دقيقه و از راه وريدي حدود 5 ـ 3دقيقه بعد از مصرف مي‌باشد. طول مدت‌اثر تسكين بخشي آن حدود 8 ـ 2 ساعت وطول مدت اثر ضد هيستامين آن 12 ـ 6ساعت است اين دارو به آهستگي از راه‌كليه و مدفوع و عمدت? به‌صورت‌متابوليت‌هاي غير فعال دفع مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ احتمال بروز سرگيجه تسكين اغتشاش شعور و كمي فشار خون‌در بيماران مسن وجود دارد.همچنين‌علايم اكستراپيراميدال بخصوص‌پاركينسون اختلال در نشستن خوابيدن‌و دراز كشيدن و ديسكينزي مداوم نيز دربيماران مسن بيشتر است بخصوص اگرمقادير مصرف زياد باشند يا از شكل‌تزريقي دارو استفاده شود.
2 ـ در آسم حاد، بزرگي پروستات يا زمينه‌ابتلاي به احتباس ادرار، اغماء، زمينه‌ابتلاي گلوكوم با زاويه بسته و يرقان بايدبا احتياط مصرف شود.
عوارض جانبي خواب آلودگي هيجان عصبانيت بي قراري از دست دادن مهارت‌در انجام كار يا بي ثباتي حركات پرشي‌عضلات سر و صورت رعشه و تكان دادن‌دست‌ها، تاري ديد، كاهش هوشياري‌به‌ويژه در كودكان خشكي دهان كمي‌فشارخون و حساسيت به نور از عوارض‌جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌پرومتازين با داروهاي مضعف CNS،داروهاي مهار كننده مونوآمينواكسيدازوضد افسردگي‌هاي سه حلقه‌اي ممكن است‌موجب تشديد آثار مضعف CNS اين‌داروها با پرومتازين گردد.
مصرف‌همزمان با داروهايي كه باعث ايجادواكنش‌هاي اكستراپيراميدال مي‌شوندممكن است شدت و دفعات بروزواكنش‌هاي اكستراپيراميدال را افزايش‌دهد. مصرف همزمان لوودوپا باپرومتازين ممكن است اثرات

لوودوپا را به‌علت مسدود شدن گيرنده‌هاي دوپامين درمغز مهار كند. آثار برگيرنده آلفا آدرنرژيك‌اپي نفرين در صورت مصرف همزمان باپرومتازين ممكن است مهار شود. مصرف‌همزمان بروموكريپتين با پرومتازين‌ممكن است موجب افزايش غلظت سرمي‌پرولاكتين شود و با اثر بروموكريپتين‌تداخل كند. مصرف همزمان پرومتازين باداروهاي ضد تيروئيد ممكن است خطربروز آگرانولوسيتوز را افزايش دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي به حداقل‌رسانيدن تحريك گوارشي شكل خوراكي‌اين دارو همراه با غذا، آب يا شير مصرف‌شود.
2 ـ در صورت مصرف دارو براي‌پيشگيري از بيماري مسافرت بايد حداقل30 دقيقه يا ترجيح؟ 2 ـ 1 ساعت قبل ازمسافرت مصرف شود.
3 ـ احتمال بروز خشكي دهان با مصرف‌اين دارو وجود دارد.
4 ـ درمان با پرومتازين بايد 2 ـ 1 هفته قبل‌از زايمان قطع شود تا از بروز يرقان وعلايم اكستراپيراميدال در نوزاد جلوگيري‌شود.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان 25 ميلي‌گرم در موقع خواب ودر صورت نياز تا 25 ميلي‌گرم 2 بار درروز و يا 20 ـ 10 ميلي گرم 3 ـ 2 بار در روزمصرف مي‌شود.
كودكان در كودكان 5 ـ 2 ساله 15 ـ 5ميلي‌گرم در روز و در 2 ـ 1 مقدار منقسم ودر كودكان 10 ـ 5 ساله 25 ـ 10 ميلي‌گرم درروز و در 2ـ1 مقدار منقسم مصرف مي‌شود.
تزريقي
بزرگسالان 50 ـ 25 ميلي‌گرم و حداكثر تا100 ميلي‌گرم از طريق تزريق عميق داخل‌عضلاني تزريق مي‌شود. در مواردا‌ورژانسي 50 ـ 25 ميلي‌گرم و حداكثر 100ميلي‌گرم تزريق آهسته وريدي مي‌شود.
كودكان در كودكان 10 ـ 5 ساله
12/5 ـ 6/25 ميلي‌گرم تزريق عضلاني‌عميق مي‌شود.
اشكال دارويي
As HCL; coated Tablet : 25 mg
Syrup (60 ml) : 113 mg/100 ml
Injection (1,2 ml): 25 mg/ 1 ml

PROPOFOL

موارد مصرف پروپوفول يك داروي‌بيهوش كننده است كه به منظور القاء وادامه بيهوشي مصرف مي‌شود. اين داروهمچنين براي ايجاد تسكين در حين‌مراقبت‌هاي ويژه و يا اعمال جراحي وتشخيصي بكار مي‌رود.
فارماكوكينتيك پروپوفول به سرعت دربدن توزيع شده و وارد CNS نيز مي‌شود.خروج سريع آن نيز از CNS دليل طول اثركوتاه آن است به سرعت در كبد متابوليزه‌مي‌گردد. نيمه عمر دفع آن حدود 12 ـ 3ساعت است شروع اثر آن آرام ولي سريع‌است و طي 40 ثانيه بعد از تزريق بيمارهوشياري خود را از دست مي‌دهد. طول‌اثر آن حدود 5 ـ 3 دقيقه است زمان‌هوشيابي بعد از قطع مصرف دارو نيزسريع بوده و اغلب بيماران طي 8 دقيقه‌بيدار مي‌شوند.
موارد منع مصرف در صورت سابقه‌حساسيت به دارو نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ مصرف پروپوفول هنگام‌زايمان توصيه نمي‌شود.
2 ـ مصرف پروپوفول در اختلالات قلبي ـعروقي اختلالات متابوليسم چربي افزايش فشار داخل جمجمه‌اي و اختلالات‌عروق مغزي بايد با احتياط فراوان صورت‌گيرد.
3 ـ احتمال بروز تشنج آنافيلاكسي وتأخير در بازگشت از بيهوشي وجود دارد.
4 ـ به دليل احتمال بروز تشنج به‌صورت‌تأخيري تا يك روز بعد از عمل نيز بايدمراقبت از بيمار بعمل آيد.
عوارض جانبي آپنه برادي كاردي و كاهش‌فشارخون و درد در ناحيه تزريق درصورت تزريق وريدي از عوارض جانبي‌شايع پروپوفول هستند.
نكات قابل توصيه 1 ـ تجويز پروپوفول‌فقط بايد توسط متخصصين بيهوشي و درمحلي كه به امكانات اورژانس دسترسي‌دارند صورت گيرد.
2 ـ تزريق پروپوفول بايد به‌صورت داخل‌وريدي باشد و تزريق داخل شرياني آن‌توصيه نمي‌شود.
3 ـ به منظور جلوگيري از بروز عفونت‌ناشي از آلودگي باكتريايي در هنگام‌كشيدن دارو در سرنگ بايستي كاملاشرايط استريل ايجاد نمود.
مقدار مصرف
بزرگسالان براي القاء بيهوشي از طريق‌تزريق وريدي به ميزان 2/5mg/kg ـ 1/5(در افراد كمتر از 55 سال سن و با سرعت40 ـ 20 ميلي‌گرم در هر 10 ثانيه (در افرادبالاي سن 55 سال محدوده مصرف‌پايين‌تر است تجويز مي‌شود. براي تداوم‌بيهوشي از طريق انفوزيون داخل وريدي‌به ميزان 12mg/kg/h ـ 4 يا تزريق داخل‌وريدي به

ميزان 50 ـ 25 ميلي گرم تجويزمي‌شود كه بسته به نياز بيمار قابل تكرارمي‌باشد. براي ايجاد تسكين در حين‌مراقبت‌هاي ويژه (همراه با تنفس كمكي ، ازطريق انفوزيون داخل وريدي به ميزان
4mg/kg/h ـ 0/3 و تا مدت 3 روز تجويزمي‌شود. براي ايجاد تسكين در اعمال‌تشخيصي يا جراحي در ابتدا از طريق‌تزريق داخل وريدي مقدار 1mg/kg ـ 0/5در مدت زماني بيش از 5 ـ 1 دقيقه تجويزمي‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده از طريق‌انفوزيون داخل وريدي 4/5mg/kg/h ـ 1/5(در صورت نياز به افزايش سريع عمق‌تسكين به ميزان 20 ـ 10 ميلي گرم افزايش مي‌يابد) مي‌باشد. در افراد بالاتر ازسن 55 سال ممكن است به مقادير كمترنياز باشد.
كودكان براي القاء بيهوشي در سنين‌بالاي 3 سال به ميزان 2/5mg/kg كه بسته‌به ضرورت تنظيم مي‌شود بر اثر حفظ وتداوم بيهوش در سنين بالاي 3 سال به‌ميزان 15mg/kg/h ـ 9 تجويز مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection : 10 mg/ml

SELEGILINE

موارد مصرف اين دارو به تنهايي (درمراحل اوليه بيماري و به صورت كمكي‌همراه لوودوپا جهت درمان بيماري‌پاركينسون يا علايم آن به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو با مهار آنزيم‌مونوآمينواكسيداز (MAO-B) آنزيم‌مسؤول تجزيه دوپامين مانع تجزيه‌دوپامين مي‌شود.
فارماكوكينتيك اين دارو داراي متابوليسم‌گذر اول كبدي شديدي مي‌باشد و به همين‌دليل پس از مصرف خوراكي فراهمي‌زيستي دارو كم است در كبد متابوليزه‌مي‌شود و متابوليت فعال آن از طريق ادراردفع مي‌شود. به مقدار زيادي به‌پروتئين‌هاي پلاسما متصل مي‌شود. ونيمه عمر دارو و متابوليت فعال آن 2 ـ 1ساعت مي‌باشد.
موارد منع مصرف در صورت وجود علائم‌خارج هرمي ناشي از مصرف داروها نبايدتجويز شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت مصرف همزمان‌اين دارو با لوودوپا، ممكن است عوارض‌جانبي لوودوپا افزايش يابد.
2 ـ در صورت وجود زخم‌هاي گوارشي افزايش فشارخون كنترل نشده آريتمي آنژين و جنون با احتياط مصرف شود.
عوارض جانبي كاهش فشارخون تهوع واستفراغ گيجي يا سايكوز، سرآسيمگي‌خشكي دهان اختلال خواب اختلال‌آنزيم‌هاي كبدي مشكل در دفع ادرار وواكنشهاي پوستي از عوارض جانبي داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با پتيدين موجب افزايش دماي بدن وسميت سيستم اعصاب مركزي مي‌گردد.در صورت مصرف همزمان اين دارو بافلوكستين افزايش فشارخون و تحريك‌سيستم اعصاب مركزي رخ مي‌دهد. تجويزتوأم با مهار كننده‌هاي منوآمين اكسيدازموجب افت فشارخون مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت مصرف‌همزمان اين دارو با لوودوپا، مقدارمصرف لوودوپا 50 ـ 20% بايد كاهش
يابد.
2 ـ به منظور اجتناب از اغتشاش شعور وسرآسيمگي ناشي از دارو در سالمندان درمان بايد با مصرف مقادير كم شروع‌شود.
مقدار مصرف مقدار 10 ميلي‌گرم‌به‌صورت مقدار واحد صبح‌ها يا دو مقدارمنقسم در صبح و ظهر مصرف مي‌شود.در سالمندان بهتر است با مقدار2/5mg/day، درمان را شروع نمود.

اشكال دارويي
Tablet : 5 mg

SUFENTANIL

موارد مصرف سوفنتانيل يك ضد دردمخدر است كه به‌عنوان داروي همراه وهمچنين براي القاي بيهوشي مصرف‌مي‌شود. اين دارو هم چنين با تجويز داخل‌نخاعي و درون سخت شامه براي ايجادبيدردي پس از عمل جراحي بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: ضد دردهاي مخدر با اتصال‌به گيرنده‌هاي خاصي در CNS باعث تغييردر دريافت و پاسخ به تحريكات دردمي‌شوند. آزاد شدن نوروترانسميترها ازاعصاب آوران حساس به تحريكات‌دردناك احتمالا در اثر اين داروها نقش‌دارند.
فارماكوكينتيك سوفنتانيل براحتي از سدخوني ـ مغزي عبور مي‌كند. تجمع‌سوفنتانيل در بافت‌هاي چربي ممكن است‌باعث طولاني شدن اثر دارو شودمتابوليسم دارو عمدت? كبدي است سوفنتانيل نيمه عمر سه مرحله‌اي دارد ونيمه عمر دفعي آن 2/7 ساعت است زمان‌شروع اثر دارو حدود 1/6 ـ 1 دقيقه بعد ازتزريق وريدي است
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود عيب كاركبد، سوفنتانيل بايد با احتياط فراوان‌تجويز شود.
2 ـ داروهاي ضد درد مخدر باعث تشديدضعف تنفسي مي‌شوند.
عوارض جانبي برادي كاردي كاهش‌فشارخون و ضعف تنفسي طي و بعد ازعمل جراحي از عوارض شايع و مهم‌سوفنتانيل هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌سوفنتانيل با بنزوديازپين‌ها، داروهاي‌تضعيف كننده CNS و داروهاي مهار كننده‌آنزيم‌هاي كبدي باعث تشديد عوارض‌جانبي دارو مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ هنگام تجويز دارو بايدامكانات لازم براي كنترل‌علايم مسموميت‌احتمالي با دارو از جمله آنتاگونيست‌هاي‌مواد مخدر در دسترس باشد.
2 ـ مقدار مصرف دارو بايد براي هر بيماربه‌طور جداگانه و با توجه به سن وزن اندازه بدن شرايط فيزيكي بيمار، مصرف‌همزمان ساير داروها و طول مدت احتمالي‌عمل جراحي تعيين شود.
3 ـ اين دارو ممكن است باعث سختي‌عضلات سينه و شكم شده و در نتيجه‌باعث اختلال در تنفس گردد.
4 ـ تزريق وريدي دارو بهتر است‌به‌صورت آهسته و طي حداقل 2 ـ 1 دقيقه‌صورت گيرد.
5 ـ اگر چه مصرف بنزوديازپين‌ها ممكن‌است باعث بهبود بيهوشي گردد، احتمال‌افزايش ضعف تنفسي و يا كاهش فشارخون بايد در نظر گرفته

شود.
6 ـ مصرف متناوب دارو ممكن است باعث‌ايجاد تحمل به اثرات دارو گردد. اين داروماننـد ساير داروهاي ضد درد مخدر ممكن‌است باعث ايجاد وابستگي و اعتياد به داروشود.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان داروي بيهوشي‌عمومي مقدار مصرف اوليه آن 1 mcg/kg ـ 0/5 است كه در ابتدا تزريق‌وريدي شده و در صورت نياز مقدارمصرف 25 mcg/kg ـ 10 مجدد؟ تزريق‌مي‌گردد. مقدار مصرف متوسط آن (درجراحي‌هاي بزرگ مقدار 5 mcg/kg ـ 2است و در صورت نياز مقدار
50 mcg/kg ـ 10 مجدد؟ تزريق مي‌گردد.به‌عنوان داروي اصلي در جراحي‌هاي‌بزرگ 30 mcg/kg ـ 5 تزريق وريدي‌مي‌شود و در صورت نياز مقدار
50 mcg/kg ـ 25 مجدد؟ تزريق
مي‌گردد.
كودكان به‌عنوان داروي اصلي بيهوشي‌در جراحي‌هاي قلبي ـ عروقي 25 mcg/kg ـ 10 به‌عنوان مقدار مصرف‌اوليه تزريق وريدي مي‌شود و مصرف‌نگهدارنده تا 50 mcg/kg ـ 25 است
اشكال دارويي
Injection : 50 mcg / 10 ml

موارد مصرف تتراكائين براي ايجادبي‌حسي موضعي يا منطقه‌اي ايجاد اثرضد درد و قبل از اعمال جراحي دندانپزشكي و كانوله نمودن وريدي‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو با تثبيت برگشت‌پذيرغشاي سلولهاي عصبي و در نتيجه كاهش‌نفوذپذيري اين غشاء به يون سديم شروع‌و هدايت رفلكسهاي عصبي را متوقف‌مي‌كند. اين عمل از انتشار پتانسيل عمل وهدايت بعدي رفلكسهاي عصبي جلوگيري‌به عمل مي‌آورد.
موارد منع مصرف 1 ـ در صورت وجودبلوك كامل قلبي خونريزي شديد، افت‌شديد فشارخون عفونت در موضع تزريق‌و شوك نبايد از اين دارو براي ايجادانسداد زير عنكبوتيه‌اي استفاده گردد.
2 ـ هر گونه سپتي سمي مي‌تواند تحمل‌بيمار را در تزريق در ناحيه زير عنكبوتيه‌كاهش دهد.
3 ـ اين دارو نبايد بر روي بافت ملتهب زخمي يا غني از بسترهاي عروقي استفاده‌مي‌شود.
4 ـ اين دارو نبايد براي ايجاد بيحسي دربرونكوسكوپي يا سيستوسكوپي استفاده‌شود.
هشدارها: 1 ـ در بيماري CNS به هر دليل ويا اختلالات انعقادي خون با احتياط‌مصرف شود.
2 ـ ضعف طولاني قلبي ـ عروقي و آريتمي‌قلبي در اثر مصرف اين دارو گزارش شده‌است
3 ـ احتمال بروز حساسيت به دارو وجوددارد.
عوارض جانبي واكنش‌هاي سيستميك‌ممكن است به سرعت و يا با تاخير و تا 30دقيقه پس از تجويز دارو بروز كند،عوارض با شيوع كم آن عبارتند از كبودي‌رنگ پوست اختلال بينايي و يا دوبيني تشنج سرگيجه زنگ زدن گوش لرزش يارعشه عصبانيت و يا بيقراري غير عادي وتهوع و استفراغ اريتم ادم و خارش نيز درمصرف موضعي دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي داروهاي مضعف CNS،از جمله داروهايي كه معمولا قبل ازبيهوشي و يا به عنوان كمك همراه باداروهاي بيحس كننده موضعي مصرف‌مي‌شوند و نيز سولفات منيزيم تزريقي درصورتي كه همزمان با داروهاي بيحس‌كننده موضعي مصرف گردند، ممكن است‌موجب بروز اثرات تضعيف اضافي CNSشوند. داروهاي مسدود كننده بتاآدرنرژيك از طريق كاهش جريان خون‌كبدي سرعت متابوليسم دارو را كاهش‌داده و خطر مسموميت با آن را بالا مي‌برد.سايمتيدين متابوليسم اين دارو را

بتاخيرمي‌اندازد و در نتيجه احتمال خطرمسموميت را افزايش مي‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت حساسيت‌به ساير بيحس كننده‌ها اين دارو با احتياطو زير نظر پزشك مصرف شود.
2 ـ بدليل طولاني بودن زمان بيحسي بايددقت گردد كه اعضاي بيحس شده مجروح‌نگردند.
3 ـ مصرف دارو در شيرخواران نارس ويا زير سن يك ماهگي توصيه نمي‌شود.
مقدار مصرف براي بيحسي نخاعي پايين‌ستون فقرات مقدار 5 ـ 2 ميلي‌گرم
(0/5 ـ 0/2 ميلي ليتر) از محلول يك درصدهمراه با دكستروز 10%، در بيحسي ناحيه‌پرينه 5 ميلي‌گرم براي بيحسي ناحيه‌تحتاني پرينه مقدار 10 ميلي‌گرم از محلول1% از راه مايع مغزي ـ نخاعي استفاده‌مي‌گردد كه در دكستروز 10% رقيق شده‌است در بيحسي كنار دنده‌ها حداكثر
20 ـ 15 ميلي‌گرم از محلول 1% استفاده‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection : 1%

THIOPENTAL SODIUM

موارد مصرف تيوپنتال به‌طور عمده براي‌القاي بيهوشي عمومي و به تنهايي به‌عنوان‌بيهوش كننده وريدي در اعمال جراحي‌كوتاه مدت كه حداقل تحريكات دردناك رادارند، مصرف مي‌شود. همچنين به‌عنوان‌داروي كمكي به همراه ساير بيهوش‌كننده‌ها و براي ايجاد خواب در حين‌بيهوشي متعادل همراه با داروهاي ديگرمانند داروهاي ضد درد با شل كننده‌هاي‌عضلاني به‌كار مي‌رود. تيوپنتال ممكن‌است در مقادير كم همراه با داروهاي مخدرو نيتروزاكساید براي ادامه بيهوشي دراعمال جراحي طولاني مدت به‌كار رود.تيوپنتال به‌صورت مصرف كوتاه مدت‌جهت كنترل حالتهاي تشنجي طي بيهوشي‌استنشاقي يا پس از آن بيحسي موضعي ياساير علل مصرف مي‌شود.
تيوپنتال در درمان افزايش فشار داخل‌جمجمه‌اي در صورتي كه وضعيت تنفسي‌بيمار به اندازه كافي كنترل شده باشدمصرف مي‌گردد و نيز ممكن است براي‌كاهش فشار داخل جمجمه‌اي طي استفاده‌از بيهوش كننده‌هاي استنشاقي مصرف‌شود.
تيوپنتال به منظور ناركوآناليز در اختلالات‌رواني به‌كار مي‌رود. تيوپنتال با مقاديرمصرف زياد براي جلوگيري از كاهش‌اكسيژن خون و ايسكمي مغز پس از واردشدن آسيب به سر و ساير موارد مشابه‌مصرف شده است
مكانيسم اثر: تيوپنتال يك بيهوش كننده ازدسته باربيتورات‌هاي خيلي كوتاه اثر بوده‌و دستگاه عصبي مركزي را تا حد ايجادخواب و بيهوشي تضعيف مي‌كند. ولي اثرضد دردي ندارد. به‌نظر مي‌رسد كه اين‌دارو از طريق افزايش پاسخ به GABA،كاهش پاسخ به گلوتامات و كاهش مستقيم‌تحريك پذيري بوسيله افزايش هدايت‌غشايي عمل مي‌كند و بدين وسيله موجب‌كاهش تحريك پذيري سلولهاي عصبي وايجاد بيهوشي مي‌گردد.
در ضمن با انتقال تكانه‌هاي عصبي به‌طرف قشر مغز تداخل مي‌نمايد.
فارماكوكينتيك به علت حلاليت زياد آن درچربي و درجه يونيزاسيون كم آن به‌سرعت از سد خوني ـ مغزي عبور كرده واز مغز به ساير بافتهاي بدن منتشرمي‌شود. متابوليسم دارو عمدت? كبدي است‌و مقدار كمي از آن نيز در ساير بافتهابه‌ويژه كليه‌ها و مغز متابوليزه مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در بيماران‌مبتلا به پورفيري حاد يا پورفيري باتظاهرات پوستي يا سابقه ابتلاي به آن‌نبايد مصرف شود.
هشدارها: در موارد بيماري شديد قلبي ـعروقي كمي فشارخون يا شوك بيماريهاي تنفسي شامل تنگي نفس يا‌انسداد مجاري تنفسي بخصوص آسم‌مداوم اين دارو بايد با احتياط فراوان‌تجويز شود.

عوارض جانبي واكنش‌هاي آلرژيك دردشكم اضطراب يا بيقراري بثورات جلدي كهير، خارش يا قرمزي پوست تورم‌پلك‌ها يا لبها، كاهش غير عادي فشارخون خس خس سينه و آريتمي قلبي و تضعيف‌دستگاه تنفسي ترومبوفلبيت ضعف‌گردش خون و تحريكات تنفسي با مصرف‌اين دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي اين دارو با داروهاي‌مضعف CNS تداخل دارد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در بيماري حاد كبدي بهتر است مقدار تجويز دارو براي القاءبيهوشي كاهش يابد.
مقدار مصرف
بزرگسالان براي القاي بيهوشي عمومي‌بزرگسالان به‌عنوان يك راهنماي كلي
100 ـ 50 ميلي‌گرم بر حسب نياز يا
4mg/kg ـ 3 به‌صورت مقدار مصرف واحدتزريق وريدي مي‌شود. مقدار نگهدارنده‌نيز بايد توسط پزشك براي هر فرد
به‌طور جداگانه تعيين شود، ولي
به‌عنوان يك راهنماي كلي 100 ـ 50ميلي‌گرم برحسب نياز بيمار تزريق وريدي‌مي‌شود. در افزايش فشار وريدي مغزي3/5mg/kg ـ 1/5 به‌صورت متناوب كه درصورت نياز تا كاهش فشار داخل جمجمه‌مي‌توان آن را تكرار كرد، تجويز مي‌شود.در حالتهاي تشنجي 125 ـ 50 ميلي‌گرم هرچه سريعتر بعد از شروع تشنج تزريق‌وريدي مي‌شود. و در موارد ناركوآناليزمحلول 2/5 درصد با سرعت 100 ميلي‌گرم‌در دقيقه همزمان با شمارش معكوس از100 توسط بيمار تزريق مي‌شود كه بعد
از اختلال در شمارش و قبل از اين‌كه
خواب واقعي ايجاد شود تزريق را بايد
قطع كرد.
كودكان براي القاي بيهوشي عمومي
در كودكان تا 15 سال مقدار مصرف
براي هر بيمار بايد توسط پزشك
تعيين گردد ولي به‌عنوان يك راهنماي
كلي 7 mg/kg ـ 2 تزريق مي‌شود. مقدارمصرف نگهدارنده نيز براي هر بيمار
بايد توسط پزشك تعيين گردد، ولي‌به‌عنوان راهنماي كلي 1 mg/kg برحسب‌نياز مي‌باشد.
اشكال دارويي
Injection : 500 mg, 1 g

THIORIDAZINE

موارد مصرف در موارد اسكيزوفرني وساير حالات جنون مانيا، براي درمان‌كوتاه مدت و كمكي تحريك پذيري رواني ـحركتي اضطراب شديد و تحريك‌پذيري وبيقراري در سالمندان مشكلات شديدرفتاري و ذهني كودكان تجويز مي‌شود.
مكانيسم اثر: تيوريدازين با انسدادگيرنده‌هاي دوپاميني در مغز موجب بهبودحالات جنون مي‌شود. همچنين اين دارورداراي اثرات آنتي موسكاريني ومسددگيرنده‌هاي آلفا ـ آدرنرژيك مي‌باشد.
فارماكوكينتيك تيوريدازين از راه
خوراكي جذب ناقصي دارد و تحت تاثيرمتابوليسم عبور اول كبدي قرار مي‌گيرد.در كبد متابوليزه و به متابوليت فعال
تبديل مي‌شود. دفع اين دارو عمدت? كليوي‌است
موارد منع مصرف در حالت اغماء ناشي ازمصرف داروهاي مضعف CNS، تضعيف‌مغز استخوان و فئوكروموسيتوم نبايدمصرف شود.
هشدارها: در موارد زير با احتياط تجويزمي‌شود: بيماري عروق مغزي بيماري‌هاي‌قلبي عروقي و تنفس صرع پاركينسون عفونت‌هاي شديد، نارسايي كبدي وكليوي سابقه يرقان كاهش گلبول‌هاي‌سفيد، كم كاري تيروئيد، مياستني گراو،هيپرتروفي پروستات گلوكوم با زاويه‌بسته سالمندان و پورفيري
عوارض جانبي كاهش فشار خون‌رتينوپاتي رنگدانه‌اي (كاهش ديد شبانه كاهش دقت ديد، قهوه‌اي رنگ ديدن اجسام با مقادير زياد و در مصرف طولاني مدت ناتواني جنسي بخصوص اختلال در انزال
عوراض خارج هرمي خواب آلودگي رنگ‌پريدگي ديسكنزي تاخيري كابوس‌شبانه بي‌خوابي و افسردگي از عوارض‌جانبي اين دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با داروهاي مهار كننده آنزيم مبدل‌آنژيوتانسين و ساير داروهاي ضد فشارخون موجب كاهش شديد فشار خون‌وضعيتي مي‌گردد. اثرات كاهنده‌فشارخون اين دارو در مصرف همزمان باداروهاي هوشبر، مسددهاي كانال كلسيم‌و ضد دردهاي اپيوئيدي افزايش مي‌يابد.آنتي اسيدها جذب اين دارو را كاهش‌مي‌دهند. مصرف همزمان تيوريدازين باداروهاي ضد افسردگي سه حلقه‌اي وساير داروهاي داراي خواص آنتي‌موسكاريني موجب افزايش اثرات ضدموسكاريني اين دارو مي‌گردد. اين دارو باكم كردن آستانه تشنج با اثرات داروهاي‌ضد صرع ضديت مي‌كند. مصرف همزمان‌دارو با ترفنادين و آستميزول خطر بروزآريتمي بطني را افزايش مي‌دهد. مصرف‌اين دارو همراه با

پروپرانولول و سايرداروهاي ضد آريتمي خطر بروز آريتمي راافزايش مي‌دهد. مصرف توام ليتيوم ومتوكلوپراميد با اين دارو موجب افزايش خطر بروز عوارض خارج هرمي مي‌گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت مصرف‌طولاني مدت اين دارو، معاينات چشم‌پزشكي بايد انجام شود.
2 ـ در صورت نارسايي شديد كبدي وكليوي از مصرف اين دارو اجتناب شود.
3 ـ از قطع ناگهاني اين دارو، خودداري‌شود.
4 ـ در صورت مصرف طولاني مدت اين‌دارو، معاينات قلبي از نظر ECG بايد انجام‌تا در صورت بروز هر گونه اختلال درعملكرد قلب مقدار دارو كاهش يابد.
5 ـ در طول مصرف اين دارو، نبض دماي‌بدن و فشار خون بايد دائم? كنترل شود.
6 ـ در طول مصرف اين دارو، بيمار بايد به‌اندازه كافي مايعات دريافت كند.
7 ـ افزايش مقدار مصرف دارو بايد بتدريج‌و حداقل هفته‌اي يكبار انجام شود.
8 ـ تجويز مقادير زياد اين دارو بايد براي‌مدت كوتاهي انجام شود و در صورتيكه‌بعد از 3 ماه با اين مقدار مصرف بهبودي‌حاصل نشد، بايد مقدار مصرف را كاهش‌داد.
9 ـ از آنجا كه اين دارو داراي متابوليت‌فعال مي‌باشد، در ابتدا مقدار مصرف‌روزانه بصورت منقسم و بعد از مدتي‌يكبار در روز تجويز مي‌گردد.
مقدار مصرف
بزرگسالان در مانيا، اسكيزوفرني و سايرحالات جنون مقدار 600 mg/day ـ 150 كه‌در ابتدا به‌صورت منقسم تجويز مي‌شود تاحداكثر 800mg/day (فقط براي بيماران‌بستري در بيمارستان تا مدت 4 هفته‌مصرف مي‌شود.
در درمان كوتاه مدت و كمكي‌تحريك‌پذيري رواني ـ حركتي
200 mg/day ـ 75 و در درمان كوتاه مدت وكمكي اضطراب شديد، تحريك پذيري وبي‌قراري در سالمندان 100 mg/day ـ30مصرف مي‌شود.
كودكان (فقط در موارد مشكلات شديدرفتاري يا ذهني در كودكان زير 5 سال1 mg/kg در روز و 12 ـ 5 سال
150 mg/day ـ 75 (در موارد شديد تا300 mg/day) مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet : 10 mg, 25 mg, 100 mg

THIOTHIXENE

موارد مصرف تيوتيكسين براي كنترل‌اسكيزوفرني و ساير موارد جنون به‌كارمي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو با انسداد گيرنده‌هاي‌دوپاميني در مغز موجب بهبود حالات‌جنون مي‌شود. همچنين داراي اثرات آنتي‌موسكاريني و مسدودكننده گيرنده‌هاي‌آلفا ـ آدرنرژيك مي‌باشد كه ممكن است دراثرات درماني آن دخيل باشند.
فارماكوكينتيك بعد از مصرف خوراكي‌سريع? جذب مي‌شود اما جذب آن ناقص وغير قابل پيش بيني است در كبد متابوليزه‌و از طريق ادرار دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت وجودتضعيف مغز استخوان يا فئوكروموسيتوم‌نبايد مصرف شود.
هشدارها: در صورت وجود بيماري‌هاي‌عروق مغزي بيماري‌هاي قلبي ـ عروقي وتنفس صرع پاركينسون عفونت‌هاي‌شديد، نارسايي كبدي و كليوي سابقه‌يرقان لوكوپني كم كاري تيروئيد،مياستني گراو، هيپرتروفي پروستات ياگلوكوم با زاويه بسته بايد با احتياطمصرف شود.
عوارض جانبي كاهش فشارخون ناتواني‌جنسي بخصوص اختلال در انزال عوارض خارج هرمي خواب آلودگي رنگ‌پريدگي ديسكينزي تاخيري كابوس‌شبانه بي‌خوابي افسردگي ندرت?تحريك‌پذيري و تشنج خشكي دهان احتقان بيني يبوست اشكال در ادرارکردن تاري ديد، افزايش ضربان قلب آريتمي اختلال در قاعدگي و بزرگ شدن‌پستانها از عوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با داروهاي مهاركننده آنزيم مبدل‌آنژيوتانسين و ساير داروهاي ضدفشارخون موجب كاهش شديد فشارخون‌وضعيتي مي‌گردد. اثرات كاهنده‌فشارخون اين دارو در مصرف همزمان باضد دردهاي اپيوئيدي و داروهاي هوشبرافزايش مي‌يابد. آنتي اسيدها جذب اين‌دارو را كاهش مي‌دهند. مصرف همزمان‌اين دارو با داروهاي ضد افسردگي سه‌حلقه‌ايي و ساير داروهاي داراي خواص‌آنتي موسكاريني موجب افزايش اثرات‌ضد موسكاريني اين دارو مي‌گردد. اين‌دارو با كم كردن آستانه تشنج با اثرات‌داروهاي ضد صرع ضديت مي‌كند.مصرف همزمان اين دارو با ترفنادين وآستميزول خطر بروز آريتمي بطني راافزايش مي‌دهد. در مصرف همزمان اين‌دارو با داروهاي آرامبخش و ضداضطراب اثر آرامبخش افزايش مي‌يابد.مصرف اين دارو همراه با پروپرانولول‌خطر بروز آريتمي را افزايش مي‌دهد.مصرف توام ليتيوم با اين

دارو موجب‌افزايش خطر بروز عوارض خارج هرمي وسميت عصبي مي‌گردد. مصرف همزمان‌اين دارو با متوكلوپراميد نيز خطر بروزعوارض خارج هرمي را افزايش مي‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در مصرف طولاني‌مدت معاينات چشم پزشكي بايد انجام‌شود.
2 ـ از قطع ناگهاني اين دارو، خودداري‌شود.
3 ـ در صورت مصرف طولاني مدت اين‌دارو، معاينات قلبي بايد انجام شود تا در صورت بروز هر گونه اختلال درعملكرد قلب مقدار مصرف دارو كاهش‌يابد.
4 ـ طي مصرف اين دارو، نبض دماي بدن‌و فشارخون بايستي دائم? كنترل شود.
5 ـ طي مصرف اين دارو، بيمار بايد مايعات‌كافي دريافت كند.
6 ـ افزايش مقدار مصرف بايد تدريجي وحداقل هفته‌اي يكبار انجام شود.
7 ـ تجويز مقادير زياد اين دارو بايد فقطبراي مدت كوتاهي انجام شود و درصورتي كه بعد از 3 ماه با اين مقدارمصرف بهبودي حاصل نشد، بايد مقدارمصرف را كاهش داد.
8 ـ بعد از آنكه مقدار مصرف اوليه داروتثبيت شد، بدليل نيمه عمر زياد اين دارو،مقدار مصرف روزانه (از راه خوراكي يكبار در روز تجويز شود.
مقدار مصرف در ابتدا 5 ميلي‌گرم دو بار درروز، در صورت نياز و بر اساس تحمل‌بيمار حداكثر 60 mg/day مصرف مي‌شود.بيماران سالخورده به مقادير كمتري از اين‌دارو نياز دارند و افزايش مقدار مصرف درآنها بايد تدريجي باشد.
اشكال دارويي
Capsule : 5 mg

TOLMETIN

موارد مصرف در حالات درد و التهاب‌ناشي از بيماريهاي روماتيسمي (شامل‌آرتريت جوانان و نيز ديگر اختلالات‌عصبي ـ عضلاني مصرف مي‌گردد.
مكانيسم اثر: تولمتين اثرات ضد درد وضدالتهابي خود را عمدت? با مهار ساخت‌پروستاگلاندين‌ها اعمال مي‌نمايد.
فارماكوكينتيك بعد از مصرف خوراكي‌بخوبي جذب گرديده و پس از حدود يك‌ساعت حداكثر غلظت سرمي ايجادمي‌گردد، 99 درصد دارو به پروتئين‌هاي‌پلاسما متصل مي‌شود. دارو در شيرترشح و در كبد متابوليزه مي‌شود، داروي‌غير فعال از راه ادرار دفع مي‌گردد.
موارد منع مصرف در موارد حساسيت به‌داروهاي ضد التهاب غير استروئيدي NSAIDs) كه همراه با علائمي از قبيل آسم آنژيوادم رينيت آلرژيك يا كهير مي‌باشدنبايد مصرف گردد.
هشدارها: 1 ـ در بيماران مبتلا به اختلالات‌كبدي كليوي يا قلبي با احتياط و با حداقل‌مقدار ممكن به‌كار رفته و عملكرد كليه‌مرتب? كنترل گردد.
2 ـ در بيماران دچار زخم معده يا سابقه آن‌از مصرف اين دارو اجتناب شود و درصورت بروز صدمات معدي ـ روده‌اي‌هنگام مصرف دارو قطع گردد.
عوارض جانبي اختلالات گوارشي مانندتهوع اسهال زخم و خونريزي ممكن است‌ايجاد گردد. واكنش‌هاي آلرژيك به‌ويژه‌آنژيوادم برونكواسپاسم و بثورات جلدي‌و نيز سردرد، سرگيجه و اختلالات شنوايي‌نظير وزوز گوش ممكن است بروز نمايد.
تداخل‌هاي دارويي تولمتين اثر ضد فشارخون مهاركننده‌هاي آنزيم تبديل كننده‌آنژيوتانسين را معكوس نموده احتمال‌بالا رفتن پتاسيم خون و نارسايي كليوي راافزايش مي‌دهد. مصرف تولمتين همراه‌داروهاي ضد ميكروبي از دسته‌كينولون‌ها، خطر بروز تشنج را افزايش‌مي‌دهد. اثر داروهاي پايين آورنده قندخون (سولفونيل اوره احتمالا با مصرف‌تولمتين افزايش مي‌يابد. خطر سميت‌كليوي سيكلوسپورين در صورت مصرف‌همزمان با تولمتين به وسيله مدرها تشديدمي‌گردد. دفع متوتركسات و ليتيوم بوسيله‌اين دارو كاهش مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي كاهش عوارض‌گوارشي بهتر است دارو همراه يا بعد ازغذا مصرف شود.
2 ـ در بيماران مبتلا به كاهش ذخيره قلبي زيادي فشارخون خيز، اختلالات انعقادي‌يا تحت درمان با وارفارين با احتياط به‌كاررود.
مقدار مصرف

بزرگسالان به میزان 1/8 g/day ـ 0/2به‌صورت منقسم در 4 ـ 2 بار و حداکثر30mg/kg/day به‌کار مي‌رود.
کودکان مقدار 25mg/day ـ 20 به‌صورت‌منقسم در 4 ـ 3 بار و حداکثر 30 ميلي‌گرم‌مصرف مي‌گردد.
اشکال دارويي
Tablet : 200 mg

موارد مصرف تري فلوئوپرازين در درمان‌اسكيزوفرني و حالات رواني ديگر مثل‌جنون و مانيا مصرف مي‌گردد. همچنين دركوتاه مدت به‌عنوان داروي كمكي دردرمان تحريكات رواني ـ حركتي و هيجان‌و نيز كنترل استفراغ و تهوع شديد به‌كارمي‌رود.
مكانيسم اثر: تري فلوئوپرازين اثر درماني‌خود را عمدت? با مهار گيرنده‌هاي دوپاميني‌بعد سيناپسي در سيستم مزوليمبيك وبرخي نواحي ديگر مغز اعمال مي‌نمايد.همچنين گيرنده‌هاي موسكاريني و آلفا ـآدرنرژيك نيز تا حدودي بوسيله اين دارومهار مي‌شوند.
فارماكوكينتيك پس از مصرف خوراكي‌جذب گرديده اما داراي متابوليسم عبوراول كبدي است حداكثر غلظت پلاسمايي
4 ـ 2 ساعت پس از مصرف خوراكي ايجادمي‌گردد. دارو به ميزان زيادي در كبدمتابوليزه شده و عمدت? از راه كليه دفع‌مي‌گردد.
موارد منع مصرف همراه با ساير داروهاي‌مضعف CNS يا تضعيف كننده مغزاستخوان در بيماران در حال اغماء،ضعف مغز استخوان يا سابقه صدمات‌كبدي نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در بيماران مصرف كننده‌تري‌فلوئوپرازين ديسكنزي ديررس ممكن‌است بروز نمايد.
2 ـ در بيماران مبتلا به آنژين ممكن است‌در طول مصرف دارو، درد آنژيني تشديدشود.
3 ـ در بيماران مبتلا به بيماري‌هاي قلبي ـعروقي كم كاري تيروئيد، ضعف تنفسي ياصرع و نيز احتباس ادرار با احتياطمصرف شود.
عوارض جانبي آثار خارج هرمي خصوص?واكنش‌هاي ديستونيك و آكاتزي خواب‌آلودگي اثرات ضد موسكاريني و كمي‌فشارخون افزايش سرعت ضربان قلب آريتمي و سندرم شبه سنكوب از جمله‌عوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي تري فلوئوپرازين خطرايجاد آريتمي‌هاي بطني را در مصرف‌همراه با داروهاي ضد آريتمي مسددهاي‌گيرنده بتاآدرنرژيك و داروهاي‌ضدهيستامين مانند ترفنادين و آستميزول‌افزايش مي‌دهد. مصرف فنوتيازين‌هاهمراه با ضد افسردگي‌هاي سه حلقه‌اي سبب كاهش متابوليسم و افزايش غلظت‌خوني آنها مي‌گردد. اين دارو با كاهش‌آستانه تشنج با اثر داروهاي ضد صرع مقابله مي‌نمايد. مصرف اين دارو همزمان‌با متيل دوپا، متوكلوپراميد و ليتيوم
سبب افزايش اثرات خارج هرمي آنهاخواهد شد.

نكات قابل توصيه 1 ـ از قطع ناگهاني داروخودداري شود.
2 ـ تركيبات روان گردان عموم؟ نبايد درافراد با سابقه سندرم نورولپتيك بدخيم‌مصرف شوند. هر چند در بعضي مواردبدون بروز مجدد اين سندرم به‌كاررفته‌اند.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان در اسكيزوفرني و حالات‌ديگر رواني درمان كمكي كوتاه مدت‌تحريكات رواني ـ حركتي و هيجاني ابتدا
5 ميلي‌گرم 2 بار در روز مصرف گرديده‌بعد از يك هفته مقدار آن تا 5 ميلي‌گرم‌افزايش مي‌يابد، سپس به فاصله هر 3 روزبرحسب پاسخ دهي بيمار ميزان مصرف‌دارو تنظيم مي‌گردد. در درمان كمكي كوتاه‌مدت اضطراب شديد و يا به منظور كنترل‌استفراغ و تهوع شديد 4 ـ 2 ميلي‌گرم درمقادير منقسم و در صورت نياز تا
6 ميلي‌گرم روزانه به‌كار مي‌رود.
كودكان در درمان اسكيزوفرني واختلالات رواني ديگر و هيجانات دركودكان تا 12 سال ابتدا تا
5 ميلي‌گرم روزانه در مقادير منقسم تجويزمي‌شود سپس بر حسب پاسخ دهي بيمار،سن و وزن ميزان مصرف تنظيم مي‌گردد.در درمان كمكي و كوتاه مدت اضطراب‌شديد و كنترل استفراغ يا تهوع شديد دركودكان 5 ـ 3 سال تا 1 ميلي‌گرم روزانه ودر بچه‌هاي 12 ـ 6 ساله تا 4 ميلي‌گرم‌روزانه تجويز مي‌گردد.
تزريقي
به ميزان 3 ـ 1 ميلي‌گرم روزانه درمقادير منقسم حداكثر تا 6 ميلي‌گرم‌روزانه و در كودكان 50 mg/kg در روزتزريق مي‌گردد.
اشكال دارويي
Coted Tablet : 1 mg, 2 mg, 5 mg, 10 mg
Injection : 1 mg/ml

موارد مصرف آميوداروندر درمان‌تاكي‌كاردي همراه سندرم ولف ـپاركينسون ـ وايت (w-p-w) مصرف‌مي‌شود. اين دارو ممكن است فقط دردرمان آريتمي‌هاي قلبي زماني كه سايرداروها موثر نبوده و يا منع مصرف داشته‌باشند، از جمله تاكي‌كاردي فوق بطني‌گهگير، تاكي‌كاردي بطني و گره‌اي فيبريلاسيون دهليزي فلوتر دهليزي وفيبريلاسيون بطني به‌كار رود.
مكانيسم اثر: آميوداروندا اثر مستقيم بربافتها، بدون تاثير بارز بر پتانسيل غشاء،طول مدت پتانسيل عمل و دوره‌تحريك‌ناپذيري را در تمام بافتهاي قلب‌طولاني مي‌كند. همچنين در بيماران مبتلا به‌سندرم w-p-w، تحريك‌پذيري بافت مسيرفرعي را طولاني كرده و سرعت هدايت رادر اين بافتها كند مي‌كند.
فارماكوكينتيك جذب آميوداروناز راه‌خوراكي كند و متغير است سرعت‌دستيابي به غلظت پلاسمايي يكنواخت ودرماني دارو، كند و دفع دارو طولاني است پيوند دارو با پروتئين بسيار زياد است متابوليسم اين دارو كبدي است و نيمه عمرآن در مرحله ابتدايي 10 ـ 2/5 روز و درمرحله انتهايي 107 ـ 26 روز است اثردارو 3 ـ 2 روز تا 3 ـ 2 ماه پس از مصرف‌شروع مي‌شود. طول مدت اثر متغير(هفته‌ها تا ماهها) است
موارد منع مصرف اين دارو در برادي‌كاردي سينوسي انسداد سينوسي ـدهليزي قلب اختلالات شديد هدايتي يابيماري گره سينوسي (مگر اين‌كه ازضربان ساز مصنوعي استفاده شده‌باشد)، اختلال در عملكرد تيروئيد،حساسيت به يد، عيب شديد دستگاه‌تنفسي كلاپس گردش خون نارسايي‌احتقاني قلب و افت شديد فشار خون‌شرياني نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ آزمون عملكرد كبد و تيروئيددر درمان طولاني مدت ضروري است آميوداروندي مي‌تواند سبب بروز اختلال درعملكرد تيروئيد شود. بنابراين در طول‌مصرف آن هر سه هورمون‌تيروكسين تري يدوتيرونين و هورمون‌محرك تيروتروپين بايد اندازه‌گيري شوند.
2 ـ در صورت بروز تنگي نفس يا پيشرفت‌آن و همچنين بروز سرفه در بيماراني كه‌آميوداروندي مصرف مي‌كنند، احتمال وجودپنوموني بايد در نظر گرفته شود.
3 ـ در موارد زير بايد با احتياط مصرف‌شود:
نارسايي قلب عيب كار كليه بيماران‌سالخورده برادي كاردي شديد واختلالات هدايتي قلب (به‌ويژه با مصرف‌مقادير زياد) و پورفيري
4 ـ به علت كند بودن شروع اثر دارو،مشكل بودن تنظيم مقدار مصرف و

احتمال‌بروز عوارض جانبي شديد، درمان با اين‌دارو بايد در بيمارستان شروع شود وبيمار حداقل طي دوره مصرف مقدارحمله‌اي دارو در بيمارستان بستري باشد.مقدار مصرف دارو براي هر بيمار بايدجداگانه و بر اساس نيازهاي بيمار، پاسخ‌باليني وجود يا شدت مسموميت و دربعضي حالات بر اساس غلظت پلاسمايي‌آميودارون تنظيم شود.
عوارض جانبي اختلال در بينايي نوروپاتي‌و ميوپاتي محيطي برادي‌كاردي واختلالات هدايتي قلب حساسيت به نور وبندرت تغييرات رنگ پوست كم كاري‌تيروئيد، پركاري تيروئيد، فيبروزآلوئوليت‌ريوي هپاتيت تهوع استفراغ احساس‌طعم فلزي در دهان لرزش كابوس سرگيجه سردرد، بي‌خوابي افزايش فشارداخل جمجمه التهاب اپي ديديم بي‌نظمي‌حركات عضلاني بثورات جلدي التهاب‌عروق كاهش پلاكت خون افزايش زمان‌پروترومبين آنافيلاكسي (با تزريق‌سريع ، اسپاسم برونش و آپنه از عوارض‌جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌آميودارون با ساير داروهاي ضد آريتمي‌ممكن است خطر بروز آريتمي بطني راافزايش دهد. آميودارون غلظت پلاسمايي‌كينيدين و پروكائين آميد را افزايش‌مي‌دهد. ضعف عضله قلب با مصرف‌همزمان هر داروي ضد آريتمي باآميودارون مشاهده مي‌شود. اثر انعقادي‌وارفارين در صورت مصرف همزمان باآميودارون افزايش مي‌يابد. خطر بروزآريتمي بطني در صورت مصرف همزمان‌داروهاي ضد افسردگي سه حلقه‌اي وفنوتيازين‌ها با آميودارون افزايش مي‌يابد.در صورت مصرف همزمان آميودارون باداروهاي مسدودكننده گيرنده بتا، ديلتيازم‌و وراپاميل خطر بروز برادي كاردي انسداد گره دهليزي بطني و ضعف عضله‌قلب افزايش مي‌يابد. غلظت پلاسمايي‌ديگوكسين در صورت مصرف همزمان باآميودارون افزايش مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ دوره درمان بايدكامل شود. مصرف دارو حتي در صورت‌احساس بهبودي بايد طبق دستور پزشك‌ادامه يابد.
2 ـ طي درمان با دارو و چند ماه پس از قطع‌مصرف آن از تابش مستقيم خورشيد به‌پوست بايد جلوگيري شود.
3 ـ در صورت بروز مسموميت عصبي حساسيت به نور، تهوع استفراغ و التهاب‌اپي ديديم كاهش مقدار مصرف و در بعضي‌موارد، قطع مصرف دارو توصيه مي‌شود.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان در آريتمي بطني مقدارحمله‌اي g/day 1/6 ـ 0/8 به مدت 3 ـ 2 هفته‌تا دستيابي به پاسخ درماني اوليه يا بروزعوارض جانبي مصرف

مي‌شود.نگهدارنده تقريب؟ mg/day 400 است كه‌مي‌توان آن را بر حسب نياز افزايش ياكاهش داد. در درمان تاكي كاردي فوق‌بطني مقدار حمله‌اي mg/day 800 ـ 600 به‌مدت يك هفته تا زمان دستيابي به پاسخ‌درماني اوليه يا بروز عوارض جانبي‌مصرف مي‌شود. مقدار نگهدارنده تقريب؟mg/day 400 ـ 200 است

كودكان به‌عنوان ضد آريتمي بطني و دردرمان آريتمي فوق بطني مقدار حمله‌اي10 mg/kg/day براي 10 روز تا زمان‌دستيابي به پاسخ درماني اوليه يا بروزعوارض جانبي مصرف شود. مقدارنگهدارنده mg/kg/day 2/5 است

تزريقي

از راه انفوزيون وريدي مقدار 5mg/kg درطول 120 ـ 20 دقيقه همراه با پي‌گيري‌الكتروكارديوگرام مصرف مي‌شود. بيشينه‌مقدار مصرف 1/2g/day است

توجه فقط در موارد اضطراري شديد، از راه‌تزريق آهسته وريدي مقدار 300 ـ 150ميلي‌گرم در 20 ـ 10 ميلي ليتر محلول گلوكز5 درصد طي حداقل 3 دقيقه همراه با پيگيري‌الكتروكارديوگرام (معمولا در بخش‌مراقبتهاي ويژه مصرف مي‌شود. مقدارمصرف بعدي نبايد زودتر از 15 دقيقه باشد.

اشكال دارويي

Injection : 150 mg/3 ml

Tablet : 200 mg

# BLOCKING AGENTS

## PROPRANOLOLث ATENOLOLث

داروهاي مسدودكننده گيرنده‌هاي بتا ـآدرنرژيك اثر آگونيستي واسطه‌هايعصبي سمپاتيك را با رقابت در اتصال به‌گيرنده‌ها مسدود مي‌كنند. اگر اين داروهافقط يك نوع گيرنده بتا را مسدود كنند، به‌آنها انتخابي و در صورتي كه هم گيرنده‌هاي‌بتا ـ يك و هم گيرنده‌هاي بتا ـ دو (كه دربافتهايي به‌جز قلب وجود دارند) را مسدودكنند، غير انتخابي ناميده مي‌شوند. بعضي ازمسدود كننده‌هاي گيرنده‌هاي بتا با مقاديركم گيرنده‌هاي بتا ـ يك را مسدود مي‌كنند وبا افزايش مقدار، شروع به انسداد گيرنده بتاـ دو مي‌كنند. آلپرنولول و پروپرانولول اثرتثبيت غشاء نيز دارند.

به‌عنوان ضد آنژين احتمالا باعث كاهش‌نياز ميوكارد به اكسيژن مي‌شوند و اثرضد آريتمي آنها به علت وقفه در تحريك‌آدرنرژيك در قلب است مكانيسم اثر پايين‌آورندگي فشارخون آنها هنوز شناخته‌نشده است ولي احتمال دارد به‌علت كاهش‌برون‌ده قلب كاهش جريان خروجي‌سمپاتيك به عروق محيطي و مهارآزادسازي رنين توسط كليه‌ها باشد. درپيشگيري از انفاركتوس مجدد ميوكارد باكاهش نياز ميوكارد به اكسيژن موجب‌كاهش احتمالي شدت ايسكمي ميوكاردمي‌شود.

ATENOLOL

موارد مصرف آتنولول در درمان آنژين‌صدري مزمن كنترل زيادي فشارخون (به‌تنهايي يا همراه ساير داروهاي كاهنده‌فشارخون و پيشگيري از انفاركتوس‌مجدد ميوكارد مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك حدود 50 درصد دارو ازمجراي گوارش جذب مي‌شود. پيوند اين‌دارو به پروتئين‌هاي پلاسما اندك است متابوليسم دارو به مقدار كم در كبد صورت‌مي‌گيرد. نيمه عمر دارو 7 ـ 6 ساعت و زمان‌لازم براي رسيدن به اوج اثر 4 ـ 2 ساعت‌مي‌باشد. دارو از راه كليه دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در شوك قلبي نارسايي آشكار قلب بلوك قلبي درجه دويا سه دهليزي ـ بطني برادي كاردي‌سينوسي و كاهش فشار خون سيستوليك‌به كمتر از 100 ميلي‌متر جيوه (براي‌پيشگيري از انفاركتوس مجدد ميوكارد)نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ مصرف اين دارو در موارد زيربايد با احتياط صورت گيرد: آسم نايژه‌اي آمفيزم يا برونشيت غير آلرژيك نارسايي‌احتقاني قلب ديابت پركاري تيروئيد،افسردگي رواني يا سابقه ابتلاء به آن
2 ـ مقدار مصرف اين دارو در سالمندان بايدبر اساس پاسخ بيمار تعيين شود، زيرا ازيك طرف به علت كاهش حساسيت اين‌بيماران به اثر دارو ممكن است افزايش مقدارمصرف لازم باشد و از طرف ديگر به علت‌كاهش توانايي متابوليسم و دفع دارو كاهش‌مقدار مصرف ممكن است ضرورت يابد.
3 ـ در بيماران مبتلا به عيب كار كليه مقادير مصرف آتنولول بايد كاهش يابد.
4 ـ در صورت بروز افسردگي ناشي از اين‌دارو، مصرف آن بايد قطع شود.
5 ـ اگر بعد از يك دوره درمان طولاني بااين دارو قطع مصرف آن ضرورت پيداكند، بايد بتدريج و حداقل طي سه روز تا دوهفته قطع شود. در طول اين مدت بيماربايد از فعاليتهاي شديد بدني پرهيز كند تاخطر بروز انفاركتوس ميوكارد يا آريتمي‌به حداقل برسد. اگر پس از قطع مصرف‌دارو، علايم قطع مصرف بروز كرد، بايدمصرف دارو را به‌طور موقت از سر گرفت‌و به دنبال بهبود بيمار، مصرف دارو را بااحتياط قطع كرد.
عوارض جانبي برادي كاردي نارسايي‌قلب اختلال در هدايت قلب اسپاسم‌برونش انقباض عروق محيطي اختلالات‌گوارشي خستگي اشكال در بخواب رفتن بثورات جلدي اشكال در تنفس يا خس‌خس كردن سردي دستها و پاها،افسردگي ورم مچ و ساق پا، ضربان‌آهسته و غير عادي قلب و

سردرد بامصرف اين دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مقدار مصرف انسولين‌و داروهاي خوراكي پايين آورنده قندخون هنگام مصرف همزمان با اين داروبايد تنظيم گردد تا از كاهش بيش از حد قندخون جلوگيري شود. در صورت مصرف‌همزمان داروهاي مسدودكننده گيرنده بتا ـآدرنرژيك با داروهاي مسدود كننده‌كانالهاي كلسيمي يا كلونيدين اثرات كاهش‌فشارخون ممكن است تشديد شود.مصرف همزمان داروهاي مهار كننده‌مونوآمين اكسيداز با اين دارو، به علت‌امكان افزايش شديد فشارخون توصيه‌نمي‌شود. در صورت مصرف همزمان اين‌دارو با آمين‌هاي مقلد سمپاتيك كه داراي‌فعاليت بتا ـ آدرنرژيك هستند، ممكن است‌اثرات هر دو دسته دارو كاهش يابند.گزانتين‌ها در صورت مصرف همزمان بااين دارو ممكن است موجب مهار اثرات‌درماني هر دو دسته دارو شوند. همچنين كليرانس تئوفيلين افزايش مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ هيچيك از نوبتهاي‌مصرف اين دارو نبايد فراموش شود،بخصوص اگر روزي يك‌بار مصرف‌مي‌شود.
2 ـ اين دارو، زيادي فشار خون را درمان‌نمي‌كند، بلكه آن را كنترل مي‌نمايد. مصرف‌آن ممكن است تا پايان عمر ضروري باشد.
3 ـ مصرف دارو، حتي در صورت‌احساس بهبودي بايد ادامه يابد.
4 ـ اگر صورتي كه يك نوبت مصرف داروفراموش شود، به محض بيادآوردن آن‌نوبت بايد مصرف شود، ولي اگر تا زمان‌مصرف نوبت بعدي 4 ساعت باقيمانده‌باشد، از مصرف آن نوبت خودداري شودو مقدار مصرف بعدي نيز دو برابر نگردد.
5 ـ در بيماران مبتلا به ديابت با مصرف‌اين دارو علايم كمي قندخون ممكن است‌تخفيف يابد يا گاهي غلظت قند خون‌افزايش يابد.
6 ـ از مصرف با ساير داروها، به‌ويژه‌داروهاي مقلد سمپاتيك كه نياز به نسخه‌پزشك ندارند، بايد خودداري گردد.
مقدار مصرف
بزرگسالان در درمان آنژين صدري ابتدا50 ميلي‌گرم يك بار در روز مصرف‌مي‌شود كه پس از يك هفته در صورت‌نياز و تحمل زياد بتدريج تا 100 ميلي‌گرم‌افزايش مي‌يابد. به‌عنوان پايين آورنده‌فشارخون ابتدا 50 ـ 25 ميلي‌گرم يك يا دوبار در روز مصرف مي‌شود كه پس از دوهفته در صورت نياز و تحمل بيمار تا100 mg/day ـ 50 افزايش مي‌يابد.
اشكال دارويي
Tablet : 50 mg, 100 mg

PROPRANOLOL HCl

موارد مصرف پروپرانولول در درمان‌آنژين صدري مزمن پيشگيري و درمان‌آريتمي قلبي كنترل زيادي فشارخون درمان كارديوميوپاتي هيپرتروفيك وپيشگيري از انفاركتوس مجدد ميوكارد، دردرمان كمكي فئوكروموسيتوم و پيشگيري‌از سردردهاي عروقي مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك حدود 90 درصد دارو ازمجراي گوارش جذب مي‌شود. پيوند داروبا پروتئين‌هاي پلاسما خيلي زياد است متابوليسم دارو كبدي بوده نيمه عمر آن
3 ـ 2 ساعت است زمان لازم براي رسيدن‌به اوج اثر 1/5 ـ 1 ساعت است دفع داروكليوي است
موارد منع مصرف اين دارو در شوك قلبي نارسايي آشكار قلب بلوك درجه دو يا سه‌دهليزي ـ بطني برادي كاردي سينوسي وكاهش فشار خون سيستوليك به كمتر از100 ميلي‌متر جيوه (براي پيشگيري ازانفاركتوس مجدد ميوكارد) نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ مصرف اين دارو در مواردزير بايد با احتياط صورت گيرد:
آسم نايژه‌اي آمفيزم يا برونشيت غيرآلرژيك نارسايي احتقاني قلب ديابت پركاري تيروئيد، افسردگي رواني يا سابقه‌ابتلاء به آن
2 ـ مقدار مصرف اين دارو در سالمندان‌بايد بر اساس پاسخ بيمار تعيين شود، زيرااز يك طرف به علت كاهش حساسيت اين‌بيماران به اثر دارو ممكن است افزايش‌مقدار مصرف لازم باشد و از طرف ديگر به‌علت كاهش توانايي متابوليسم و دفع‌داروها، كاهش مقدار مصرف ممكن است‌ضرورت يابد.
3 ـ در بيماران مبتلا به عيب كار كبد،مقادير مصرف اين دارو بايد كاهش يابد.
4 ـ در صورت بروز افسردگي ناشي از اين‌دارو، مصرف آن بايد قطع شود.
5 ـ اگر بعد از يك دوره درمان طولاني بااين دارو قطع مصرف آن ضرورت پيداكند، بايد مصرف اين دارو بتدريج و حداقل‌طي سه روز تا دو هفته قطع شود. در طول‌اين مدت بيمار بايد از فعاليتهاي شديدبدني پرهيز كند تا خطر بروز انفاركتوس‌ميوكارد يا آريتمي به حداقل برسد. اگر پس‌از قطع مصرف دارو، علايم قطع مصرف‌بروز كرد، بايد مصرف دارو را به‌طورموقت از سر گرفت ولي به دنبال بهبودبيمار، آن را با احتياط قطع كرد.
عوارض جانبي برادي كاردي نارسايي‌قلب اختلال در هدايت قلب اسپاسم‌برونش انقباض عروق محيطي اختلالات‌گوارشي خستگي اشكال در بخواب رفتن بثورات جلدي اشكال در تنفس يا خس‌خس كردن سردي

دستها و پاها، اغتشاش‌شعور بخصوص در سالمندان توهم افسردگي رواني ورم مچ و ساق پا،ضربان آهسته و غير عادي قلب يبوست اضطراب يا نگراني كاهش توانايي جنسي اسهال خواب آلودگي خفيف سردرد،بيحسي يا گزگز كردن انگشتان دست و پا وخستگي يا ضعف غير عادي با مصرف اين‌دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مقدار مصرف انسولين‌و داروهاي خوراكي پايين آورنده قندخون هنگام مصرف همزمان با اين داروبايد تنظيم گردد تا از كاهش بيش از حد قندخون جلوگيري شود. در صورت مصرف‌همزمان داروهاي مسدودكننده گيرنده بتا ـآدرنرژيك با داروهاي مسدود كننده‌كانالهاي كلسيمي يا كلونيدين اثرات كاهش‌فشارخون ممكن است تشديد شود.مصرف همزمان داروهاي مهار كننده‌مونوآمين اكسيداز با اين دارو، به علت‌امكان افزايش شديد فشار خون توصيه‌نمي‌شود. در صورت مصرف همزمان اين‌دارو با آمين‌هاي مقلد سمپاتيك كه داراي‌فعاليت بتا ـ آدرنرژيك هستند، ممكن است‌اثرات هر دو دسته دارو كاهش يابند.گزانتين‌ها در صورت مصرف همزمان بااين دارو ممكن است موجب مهار اثرات‌درماني هر دو دسته دارو شوند. همچنين كليرانس تئوفيلين افزايش مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ هيچيك از نوبتهاي‌مصرف اين دارو نبايد فراموش شود،بخصوص اگر روزي يك‌بار مصرف‌مي‌شود.
2 ـ اين دارو، زيادي فشارخون را درمان‌نمي‌كند، بلكه آن را كنترل مي‌نمايد. مصرف‌اين دارو ممكن است تا پايان عمر ضروري‌باشد.
3 ـ مصرف دارو، حتي در صورت‌احساس بهبودي بايد ادامه يابد.
4 ـ اگر يك نوبت مصرف دارو فراموش‌شود، به محض بيادآوردن آن نوبت بايدمصرف شود، ولي اگر تا زمان مصرف‌نوبت بعدي 4 ساعت باقيمانده باشد، ازمصرف آن نوبت بايد خودداري شده ومقدار مصرف بعدي نيز دو برابر نگردد.
5 ـ در بيماران مبتلا به ديابت با مصرف اين‌دارو علايم كمي قند خون ممكن است تخفيف‌يابد يا گاهي غلظت قند خون افزايش يابد.
6 ـ از مصرف ساير داروها، به‌ويژه‌داروهاي مقلد سمپاتيك كه نياز به نسخه‌پزشك ندارند، بايد خودداري گردد.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان در درمان آنژين صدري مقدار20 ـ 10 ميلي‌گرم 3 يا 4 بار در روز مصرف‌مي‌شود كه اين مقدار در صورت لزوم هر
7 ـ 3 روز بتدريج تا حداكثر 320mg/dayافزايش مي‌يابد. به‌عنوان ضد آريتمي
30 ـ 10 ميلي‌گرم 3 يا 4 بار در روز مصرف‌مي‌شود كه اين مقدار بر

اساس نياز و تحمل‌بيمار تنظيم مي‌گردد. به‌عنوان پايين آورنده‌فشارخون مقدار 40 ميلي‌گرم 2 بار در روزمصرف مي‌شود كه اين مقدار بر اساس نيازو تحمل بيمار بتدريج تا حداكثر 640 mg/dayافزايش مي‌يابد. در پيشگيري از انفاركتوس‌مجدد ميوكارد 240 mg/day ـ 180 در مقاديرمنقسم و در درمان كمكي كارديوميوپاتي‌هيپرتروفيك مقدار 40 ـ 20 ميلي‌گرم 3 يا 4بار در روز مصرف مي‌شود كه اين مقدار براساس نياز و تحمل بيمار تنظيم مي‌گردد. دردرمان كمكي فئوكروموسيتوم مقدار 20ميلي‌گرم 3 بار در روز تا 40 ميلي‌گرم 3 يا 4بار در روز، سه روز قبل از جراحي مصرف‌مي‌شود. براي پيشگيري از سردردهاي‌عروقي ابتدا، 20 ميلي‌گرم 4 بار در روزمصرف مي‌شود كه اين مقدار بر اساس نيازو تحمل بيمار، بتدريج تا حداكثر240mg/day افزايش مي‌يابد.
كودكان به‌عنوان ضد آريتمي و كاهنده‌فشارخون ابتدا 1 mg/kg/day ـ 0/5 در 4 ـ 2مقدار منقسم مصرف مي‌شود. در صورت‌نياز، مقدار مصرف اين دارو براي كنترل‌زيادي فشارخون و پيشگيري از بروزتاكي كاردي فوق بطني بايد تنظيم شود. به‌عنوان مقدار نگهدارنده 4 mg/kg/day ـ 2در 2 مقدار منقسم مصرف مي‌شود.
تزريقي
بزرگسالان به‌عنوان ضد آريتمي 3 ـ 1ميلي‌گرم با سرعت حداكثر mg/min 1تزريق وريدي مي‌شود. در صورت نياز،اين مقدار پس از 4 ساعت تكرار مي‌شود.
كودكان به‌عنوان ضد آريتمي 0/01ـ0/1mg/kg (تا حداكثر 1 ميلي‌گرم در هرنوبت مصرف كه هر 8 ـ 6 ساعت در صورت‌نياز تكرار مي‌شود، مصرف مي‌گردد.
اشكال دارويي
Tablet : 10 mg, 40 mg, 80 mg
Injection : 1 mg/ml

BRETYLIUM TOSYLATE

موارد مصرف اين دارو در درمان‌آريتمي‌هاي بطني كه به ساير درمانهامقاوم هستند، مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: به‌نظر مي‌رسد كه اين داروسبب فرونشاندن سريع فيبريلاسيون‌بطني مي‌شود كه ناشي از تاثير مستقيم آن‌بر روي غشاء سلول ميوكارد است علاوه‌بر اين تخليه نوراپي نفرين در انتهاي‌اعصاب محيطي آدرنرژيك و سپس انسدادآدرنرژيك و جلوگيري از آزاد شدن‌نوراپي نفرين در پاسخ به تحريك عصب‌سمپاتيك نيز ايجاد مي‌گردد. ظاهر? جلوگيري بيشتر از آزاد شدن نوراپي‌نفرين به فرو نشاندن تاكي كاردي بطني‌كمك مي‌نمايد.
فارماكوكينتيك متابوليسم اين دارو ناچيزاست نيمه عمر دارو 10 ـ 5 ساعت است كه‌در عيب كار كليه به 21/5 ـ 16 ساعت‌مي‌رسد. اثر اين دارو از راه تزريق وريدي‌در فيبريلاسيون بطني پس از 10 ـ 5 دقيقه‌و در تاكي كاردي بطني پس از 120 ـ 20دقيقه شروع مي‌شود. زمان لازم براي‌رسيدن به اوج اثر كنترل ضربانات نارس‌بطني 9 ـ 6 ساعت مي‌باشد.
طول اثر داروـ24 6 ساعت و دفع آن كليوي است
موارد منع مصرف اين دارو درفئوكروموسيتوم نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد زير اين دارو بايد بااحتياط مصرف شود:
تنگي آئورت زيادي فشارخون ريوي كاهش برون ده قلبي عيب كار كليه
2 ـ برتيليوم هميشه قبل از تزريق وريدي‌رقيق مي‌شود، مگر در فيبريلاسيون بطني‌خطرناك كه بايد بدون رقيق شدن و باحداكثر سرعت ممكن تزريق شود.
3 ـ برتيليوم فقط در درمان كوتاه مدت‌به‌كار مي‌رود و بايد پس از 5 ـ 3 روز باكاهش تدريجي مصرف آن قطع شده و درصورت لزوم درمان با داروي ضد آريتمي‌خوراكي ادامه يابد.
عوارض جانبي كاهش فشارخون تهوع واستفراغ و نكروز بافت (پس از تزريق‌عضلاني با مصرف دارو گزارش شده‌است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با ساير داروهاي ضد آريتمي سبب‌افزايش ضعف عضله قلب مي‌شود.مصرف همزمان اين دارو با گليكوزيدهاي‌قلبي توصيه نمي‌شود، زيرا تخليه ابتدايي‌نوراپي نفرين ممكن است سبب افزايش‌سميت ديژيتال شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ تجويز عضلاني اين‌دارو بايد به تزريق 5 ميلي ليتر رقيق نشده‌آن در هر محل تزريق محدود شود. براي‌جلوگيري از تخريب بافت توصيه مي‌شودمحل تزريق ماساژ داده شود.

2 ـ معمولا طي چند روز نسبت به اثركاهنده فشار خون اين دارو تحمل ايجادمي‌شود. قبل از ايجاد تحمل بيمار بايد به‌پشت خوابيده و فشارخون وي دقيق?كنترل شود.
مقدار مصرف در بزرگسالان از راه تزريق‌وريدي آهسته ابتدا 10 mg/kg ـ 5 طي
10 ـ 8 دقيقه (ترجيح? 30 ـ 15 دقيقه
همراه با كنترل فشارخون و پي‌گيري‌الكتروكارديوگرام تجويز مي‌شود. درصورت لزوم اين مقدار پس از 2 ـ 1 ساعت تا مقدار تام 30 mg/kg) تكرار مي‌شود.مقدار مصرف وريدي را مي‌توان با استفاده‌از محلول انفوزيون وريدي گلوكز 5 درصديا كلرور سديم به ميزان 10mg/ml رقيق‌نمود. به‌عنوان مقدار نگهدارنده مقدار10 mg/kg ـ 5 از راه عضلاني يا وريدي (طي30 ـ 15 دقيقه هر 8 ـ 6 ساعت يا 2 ـ 1ميلي‌گرم در دقيقه از راه انفوزيون مداوم‌وريدي تجويز مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection : 50 mg/ml

CALCIUM CHANNEL

BLOCKING AGENTS
Nifedipine Diltiazem
Verapamil

داروهاي مسدود كننده كانالهاي كلسيمي‌از ورود يونهاي كلسيم به داخل سلول ازطريق كانالهاي آهسته غشاءهاي سلولي‌فعال جلوگيري مي‌كنند. اين داروها،سلولهاي عضله قلب سلولهاي موجود درسيستم هدايت الكتريكي قلب و سلول‌هاي‌عضلات صاف عروق را تحت تاثير قرارمي‌دهند و لذا ممكن است قدرت انقباضي‌عضله قلب و تنوس عروق سيستميك وكرونر را كاهش داده تشكيل و انتشارتكانه‌هاي الكتريكي قلب را كند نمايند.

داروهاي مسدودكننده كانالهاي كلسيمي ازنظر محل اثر با هم متفاوت بوده و بنابراين‌اثرات درماني آنها نيز مختلف مي‌باشد.تفاوتهاي مهمي ميان وراپاميل و داروهاي‌مسدودكننده كانالهاي كلسيمي از گروه دي‌هيدروپيريدين (مانند نيفديپين وجود دارد.وراپاميل كه در درمان آنژين صدري افزايش فشارخون و آريتمي مصرف‌مي‌شود، برون ده قلبي را كاهش داده سرعت ضربان قلب و انتقال الكتريكي‌دهليزي ـ بطني (AV) را كند مي‌نمايد. بامقادير مصرف بالا، اين دارو ممكن است‌سبب بروز نارسايي قلبي اختلالات هدايت‌الكتريكي و كاهش فشارخون شود. بنابراين‌نبايد همزمان با داروهاي مسدودكننده‌گيرنده‌هاي بتا ـ آدرنرژيك مصرف شود.

نيفديپين عضلات صاف عروقي را شل‌مي‌كند و شريانهاي محيطي و كرونر راگشاد مي‌نمايد. اين دارو در مقايسه باوراپاميل اثر بيشتري بر عروق دارد و به‌ميزان كمتري بر روي عضله قلب تاثيرمي‌گذارد و فاقد هر گونه اثر ضد آريتمي‌است اين دارو بندرت سبب بروز نارسايي‌قلب مي‌شود، زيرا هر گونه اثر اينوتروپيك‌منفي با كاهش كار بطن جبران مي‌شود.

ديلتيازم در درمان حالات مختلف آنژين‌موثر است اين دارو ممكن است دربيماراني كه داروهاي مسدودكننده‌گيرنده‌هاي بتا آدرنرژيك در آنان منع‌مصرف دارد يا غير موثر مي‌باشند،مصرف شود. ديلتيازم داراي اثراينوتروپيك منفي كمتري در مقايسه باوراپاميل مي‌باشد و ضعف شديد عضله‌قلب نيز بندرت با مصرف اين دارو مشاهده‌مي‌شود.

داروهاي مسدودكننده كانالهاي كلسيم خطر بروز انفاركتوس عضله قلب را دربيماران مبتلا به آنژين غير پايدار كاهش‌نمي‌دهند. مصرف اين داروها بايد براي‌بيماراني كه به درمان با داروهاي‌مسدودكننده گيرنده‌هاي بتا آدرنرژيك

نيتراتها، داروهاي ضد پلاكت و ضدانعقادها (اسيد استيل ساليسيليك و هپارين‌تزريقي مقاوم هستند، محدود شود.

DILTIAZEM HCl

موارد مصرف ديلتيازم در درمان آنژين زيادي فشارخون و آريتمي مصرف‌مي‌شود.
فارماكوكينتيك اين دارو بخوبي از مجراي‌گوارش جذب مي‌شود و به دليل متابوليسم‌عبور اول از كبد، فراهمي زيستي آن تقريب?40 درصد مي‌باشد. فراهمي زيستي بامصرف طولاني مدت و افزايش مقدارمصرف افزايش مي‌يابد. پيوند اين دارو به‌پروتئين‌هاي پلاسما زياد مي‌باشد. نيمه‌عمر اين دارو پس از مصرف يك مقدارواحد خوراكي 30 ـ 20 دقيقه و براي مقاديرمصرف تكراري و زياد، تقريب? 5 تا 8ساعت مي‌باشد. نيمه عمر آن از راه تزريقي‌نيز تقريب? 3/4 ساعت است اثر ديلتيازم ازراه تزريقي طي 3 دقيقه (به منظور كاهش‌سرعت ضربان قلب يا تبديل تاكي كاردي‌فوق بطني حمله‌اي به ريتم سينوسي و بامصرف قرصهاي معمولي پس از 60 ـ 30دقيقه شروع مي‌شود. زمان لازم براي‌رسيدن به اوج اثر با مصرف مكرر از راه‌خوراكي حدود 2 هفته و با تزريق سريع‌وريدي 7 ـ 2 دقيقه است طول اثر دارو ازراه خوراكي 8 ـ 4 ساعت از راه تزريق‌سريع وريدي 3 ـ 1 ساعت و از راه‌انفوزيون مداوم وريدي 1 ـ 0/5 ساعت‌است
موارد منع مصرف اين دارو در برادي‌كاردي نارسايي بطن چپ انسداد درجه 2يا 3 دهليزي بطني (مگر در مواردي كه ازضربان ساز مصنوعي استفاده شده باشد)و سندرم سينوس بيمار نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ مقدار مصرف ديلتيازم دربيماران مبتلا به عيب كار كليه و كبد بايدكاهش داده شود.
2 ـ در موارد زير، اين دارو بايد با احتياطمصرف شود: نارسايي قلبي و عيب شديدكار بطن چپ برادي كاردي خفيف انسداددرجه يك دهليزي بطني و افزايش فاصلهPR در الكتروكارديوگرام
عوارض جانبي برادي كاردي انسدادسينوسي ـ دهليزي و دهليزي ـ بطني كاهش فشارخون كسالت سردرد،اختلالات گوارشي برافروختگي واحساس گرما، خيز (ورم مچ پا) از عوارض‌جانبي مهم دارو مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي خطر بروز برادي‌كاردي انسداد دهليزي ـ بطني و ضعف‌عضله قلب ناشي از مصرف آميوداروون بامصرف همزمان ديلتيازم افزايش مي‌يابد.اثر كاربامازپين و تئوفيلين با مصرف‌ديلتيازم افزايش مي‌يابد. ديلتيازم سبب‌افزايش غلظت پلاسمايي فني توئين وديگوكسين مي‌شود. مصرف همزمان‌ديلتيازم با داروهاي مسدودكننده‌گيرنده‌هاي بتا ـ آدرنرژيك خطر بروزبرادي كاردي و انسداد دهليزي ـ بطني راافزايش مي‌دهد. اثر ديلتيازم در مصرف بافنوباربيتال و فني‌توئين كاهش مي‌يابد.

نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف اين داروحتي در صورت احساس بهبودي بايدادامه يابد.
2 ـ اين دارو افزايش فشارخون را درمان‌نمي‌كند، بلكه آن را كنترل مي‌نمايد. از اين رو مصرف آن ممكن است تا آخر عمرضروري باشد.
3 ـ كاهش دفعات بروز درد قفسه سينه‌ممكن است بيمار را تشويق به فعاليت بيش‌از حد كند. بنابراين در مورد ميزان‌تمرينات بدني بايد با پزشك مشورت شود.
4 ـ از مصرف ساير داروها، بخصوص‌داروهاي مقلد سمپاتيك كه نياز به نسخه‌ندارند، بايد خودداري شود.
5 ـ نبض بيمار بايد كنترل شود و درصورتي كه كمتر از 50 بار در دقيقه باشد،مراجعه به پزشك ضروري است
مقدار مصرف
خوراكي
مقدار مصرف اين دارو در درمان آنژين ياافزايش فشارخون در بزرگسالان 60ميلي‌گرم 3 بار در روز (در مورد بيماران‌سالخورده ابتدا 2 بار در روز) است كه درصورت نياز مي‌توان اين مقدار را با فاصله‌هر 1 يا 2 روز بر حسب نياز و تحمل بيمارافزايش داد. بيشينه مقدار مصرف360mg/day است
تزريقي
از راه تزريق وريدي به‌عنوان ضد آريتمي مقدار mg/kg 0/25 به آهستگي و در مدت‌بيش از 2 دقيقه با پي‌گيري مداوم‌الكتروكارديوگرام و فشارخون تجويزمي‌شود. اگر پاسخ كافي حاصل نشود،مقدار mg/kg 0/35 را مي‌توان 15 دقيقه
پس از خاتمه تزريق مقدار اوليه تجويزنمود. بايد توجه داشت كه بعضي ازبيماران به مقدار mg/kg 0/15 پاسخ‌مي‌دهند، اگر چه طول اثر دارو ممكن است‌كمتر باشد.
در انفوزيون مداوم وريدي ابتدا
mg/hr 10 بلافاصله پس از آخرين تزريق‌سريع وريدي تجويز مي‌شود. سرعت‌انفوزيون ممكن است به ميزان mg/hr 5باشد.
اشكال دارويي
Tablet : 60 mg
For Injection : 100 mg

NIFEDIPINE

موارد مصرف نيفديپين در درمان آنژين وكنترل زيادي فشارخون مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك نيفديپين به‌طور كامل وسريع از راه خوراكي جذب مي‌شود و به‌دليل متابوليسم عبور اول از كبد، فراهمي‌زيستي آن 60 تا 75 درصد است فراهمي‌زيستي اين دارو در صورت عيب كار كبدافزايش مي‌يابد. پيوند اين دارو باپروتئين‌هاي پلاسما بسيار زياد است
(98 ـ 92 درصد). نيمه عمر اين دارو تقريب؟ 2ساعت است اثر نيفديپين خوراكي 20 دقيقه‌پس از مصرف شروع مي‌شود. زمان لازم‌براي رسيدن به اوج غلظت با مصرف‌كپسول در حدود 60 ـ 30 دقيقه و با مصرف‌قرص 2 ـ 1 ساعت است 80 درصد دارو ازراه كليه به‌صورت متابوليت و 20 درصد آن‌از طريق صفرا و مدفوع دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در شوك‌كارديوژنيك تنگي پيشرفته آئورت وپورفيري نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ مصرف دارو در صورت‌بروز درد ايسكميك يا تشديد درد موجود،بلافاصله پس از شروع درمان بايد قطع‌شود.
2 ـ در موارد زير، اين دارو بايد با احتياطمصرف شود: اندوخته ضعيف قلب نارسايي قلبي يا عيب شديد كار بطن چپ كاهش شديد فشارخون و ديابت
3 ـ در بيماران مبتلا به عيب كار كبد، كاهش‌مقدار مصرف دارو ممكن است ضروري‌باشد.
عوارض جانبي سردرد، برافروختگي سرگيجه بيحالي تاكي كاردي تپش سريع‌قلب خيز، بثورات جلدي تهوع تكرر ادرار،درد چشم و هيپرپلازي لثه با مصرف اين‌دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي غلظت پلاسمايي‌كينيدين با مصرف نيفديپين كاهش مي‌يابد.نيفديپين غلظت پلاسمايي فني توئين راافزايش مي‌دهد. مصرف همزمان نيفديپين‌با داروهاي مسدودكننده گيرنده‌هاي بتا ـآدرنرژيك ممكن است سبب كاهش شديدفشارخون و نارسايي قلب شود. احتمال‌افزايش غلظت پلاسمايي ديگوكسين بامصرف نيفديپين وجود دارد.
نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف اين داروحتي در صورت احساس بهبودي بايدادامه يابد.
2 ـ اين دارو افزايش فشارخون را درمان‌نمي‌كند، بلكه آن را كنترل مي‌نمايد. از اين رو مصرف آن ممكن است تا آخر عمرضروري باشد.
3 ـ كاهش دفعات بروز درد قفسه سينه‌ممكن است بيمار را تشويق به فعاليت بيش‌از حد كند. بنابراين در مورد ميزان تمرينات‌بدني بايد با پزشك

مشورت شود.
4 ـ از مصرف ساير داروها، بخصوص‌داروهاي مقلد سمپاتيك كه نياز به نسخه‌ندارند، بايد خودداري شود.
مقدار مصرف مقدار مصرف اين دارو دردرمان آنژين و افزايش فشارخون دربزرگسالان ابتدا 10 ميلي‌گرم 3 بار در روزمي‌باشد كه اين مقدار را مي‌توان بر حسب‌نياز و تحمل بيمار طي 14 ـ 7 روز افزايش‌داد. در مورد بيماران بستري در بيمارستان‌كه تحت مراقبت دقيق مي‌باشند، مي‌توان‌مقدار مصرف دارو را هر 6 ـ 4 ساعت به‌ميزان 10 ميلي‌گرم افزايش داد تا نشانه‌هاي‌بيماري كنترل شود.
بيشينه مقدار مصرف در صورت‌مصرف مقدار واحد تا 30 ميلي‌گرم و مقدارمصرف تام اين دارو تا 180 mg/day است بر اساس شدت و ميزان شيوع نشانه‌هاي‌بيماري مقدار مصرف لازم دارو را مي‌توان‌طي 3 روز تعيين كرد، البته به شرطي كه‌وضعيت بيمار به‌طور مرتب پي‌گيري شود(در شروع 10 ميلي‌گرم 3 بار در روز تجويزمي‌شود و سپس مرحله به مرحله هر بارمقدار مصرف از 10 ميلي‌گرم به 20 ميلي‌گرم‌و سپس به 30 ميلي‌گرم بر اساس نياز وتحمل بيمار افزايش مي‌يابد).
اشكال دارويي
Capsule / Tablet : 10 mg

موارد مصرف وراپاميل در درمان آنژين آريتمي كنترل زيادي فشارخون وبه‌عنوان درمان كمكي كارديوميوپاتي‌هيپرتروفيك مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك بيش از 90 درصد دارو ازراه خوراكي جذب مي‌شود. به دليل‌متابوليسم عبور اول از كبد، فراهمي زيستي‌آن 35 ـ 20 درصد است پيوند اين دارو باپروتئين حدود 90 درصد است نيمه عمر اين‌دارو از راه خوراكي پس از مصرف مقدارواحد 7/4 ـ 2/8 ساعت و براي مقاديرتكراري 12 ـ 4/5 ساعت است نيمه عمروراپاميل در تزريق وريدي دو مرحله‌اي‌است كه در مرحله كوتاهتر حدود 4 دقيقه ودر مرحله طولاني‌تر 5 ـ 2 ساعت است اثروراپاميل از راه خوراكي پس از 2 ساعت واثر ضد آريتمي آن از راه وريدي طي 15 ـ 1دقيقه شروع مي‌شود. اثر هموديناميك دارونيز از راه وريدي پس از 5 ـ 3 دقيقه شروع‌مي‌شود. زمان لازم براي رسيدن به اوج‌غلظت از راه خوراكي 2 ـ 1 ساعت است زمان لازم براي رسيدن به اوج اثر از راه‌خوراكي 90 ـ 30 دقيقه و از راه تزريقي 5 ـ 3دقيقه پس از خاتمه تزريق است طول اثردارو از راه خوراكي 10 ـ 8 ساعت و طول اثرضد آريتمي و هموديناميك به ترتيب حدود 2ساعت و 20 ـ 10 دقيقه پس از تزريق وريدي‌است وراپاميل از راه كليه به ميزان 70درصد به‌صورت متابوليت طي 5 روز دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در كمي‌فشارخون برادي كاردي انسداد درجه دوو سه دهليزي ـ بطني سندرم سينوس‌بيمار، شوك كارديوژنيك انسدادسينوسي ـ دهليزي سابقه نارسايي قلب ياعيب شديد كار بطن چپ سندرم w-p-wهمراه با فلوتر يا فيبريلاسيون دهليزي وپورفيري نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد زير اين دارو بايد بااحتياط مصرف شود:
انسداد درجه يك دهليزي ـ بطني مرحله‌حاد انفاركتوس عضله قلب (در صورت‌بروز برادي كاردي كاهش فشارخون نارسايي بطن چپ مصرف دارو بايد قطع‌شود)، مصرف همزمان با داروهاي‌مسدود كننده گيرنده‌هاي بتا ـ آدرنرژيك
2 ـ مقدار مصرف وراپاميل در بيماران‌مبتلا به عيب كار كبد بايد كاهش داده شود.
عوارض جانبي يبوست تهوع استفراغ برافروختگي سردرد، سرگيجه كسالت خيز مچ پا و بندرت عيب برگشت‌پذير كاركبد، واكنش‌هاي آلرژيك ژينكوماستي وهيپرپلازي لثه با مصرف اين دارو گزارش‌شده است پس از تزريق وريدي كاهش‌فشارخون برادي كاردي انسداد قلبي وآسيستول نيز

مشاهده شده است
تداخل‌هاي دارويي خطر بروز برادي‌كاردي انسداد دهليزي ـ بطني و ضعف‌عضله قلب ناشي از مصرف آميوداروناما مصرف همزمان وراپاميل افزايش مي‌يابد.افزايش خطر بروز ضعف عضله قلب وآسيستول در صورت مصرف همزمان اين‌دارو با ديسوپيراميد وجود دارد. افزايش‌غلظت پلاسمايي كينيدين (و كاهش شديدفشارخون و ديگوكسين (انسداد دهليزي ـبطني و برادي كاردي در صورت مصرف‌همزمان وراپاميل ممكن است بروز كند. اثركاربامازپين و تئوفيلين با مصرف همزمان‌با وراپاميل افزايش مي‌يابد. اثر وراپاميل درمصرف همزمان با فنوباربيتال و فني توئين‌كاهش مي‌يابد. آسيستول كاهش شديدفشارخون و نارسايي قلبي در صورت‌مصرف توام با داروهاي مسدود كننده‌گيرنده‌هاي بتا ـ آدرنرژيك بروز مي‌نمايد.
نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف اين داروحتي در صورت احساس بهبودي بايدادامه يابد.
2 ـ اين دارو افزايش فشارخون را درمان‌نمي‌كند، بلكه آن را كنترل مي‌نمايد. از اينرومصرف اين دارو ممكن است تا آخر عمرضروري باشد.
3 ـ كاهش دفعات بروز درد قفسه سينه‌ممكن است بيمار را تشويق به فعاليت بيش‌از حد كند. بنابراين در مورد ميزان‌تمرينات بدني بايد با پزشك مشورت شود.
4 ـ از مصرف ساير داروها، بخصوص‌داروهاي مقلد سمپاتيك كه نياز به نسخه‌ندارند، بايد خودداري شود.
5 ـ نبض بيمار بايد كنترل شود و درصورتي كه كمتر از 50 بار در دقيقه باشد،مراجعه به پزشك ضروري است
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان ابتدا 120 ـ 80 ميلي‌گرم 3 باردر روز مصرف مي‌شود كه اين مقدار رامي‌توان بر حسب نياز و تحمل بيمار هر
3 روز يا هر هفته افزايش داد. مقدارمصرف تام اين دارو در روز 480 ـ 240ميلي‌گرم و بيشينه مقدار مصرف تا 480ميلي‌گرم در مقادير منقسم است (دردرمان كارديوميوپاتي هيپرتروفيك تا
720 mg/day). در بيماران سالخورده ابتدا40 ميلي‌گرم 3 بار در روز مصرف مي‌شودو سپس مقدار مصرف بر اساس نياز وتحمل بيمار، تنظيم مي‌شود.
كودكان مقدار مصرف 8 mg/kg/day ـ 4مي‌باشد كه در مقادير منقسم مصرف‌مي‌شود.
تزريقي

بزرگسالان ابتدا مقدار 10 mg/kg ـ 5 به‌آهستگي در مدت بيش از 2 دقيقه تزريق‌وريدي مي‌شود. تزريق وريدي بايد باپي‌گيري مداوم الكتروكارديوگرام وفشارخون همراه باشد. در صورت عدم‌بروز پاسخ كافي مي‌توان 30 دقيقه پس ازخاتمه تزريق مقدار اوليه مصرف دارو راتكرار نمود. در بيماران سالخورده تزريق‌بايد در مدت بيش از 3 دقيقه صورت گيرد.
كودكان در شيرخواران تا سن يكسال ابتدا 0/2 mg/kg ـ 0/1 (مقدار واحد معمول2 ـ 0/75 ميلي‌گرم تجويز مي‌شود. دركودكان 15 ـ 1 سال ابتدا 0/3 mg/kg ـ 0/1(مقدار واحد معمول 5 ـ 2 ميلي‌گرم تزريق‌مي‌شود كه اين مقدار نبايد از مقدار تام 5ميلي‌گرم تجاوز كند. مقادير مصرف‌تكراري اين دارو (30 دقيقه پس از خاتمه‌تزريق مقدار اوليه نبايد از 10 ميلي‌گرم‌تجاوز كند.
اشكال دارويي
Tablet : 40 mg
Injection : 5 mg / 2 ml

CLOFIBRATE

موارد مصرف كلوفيبرات در درمان زيادي‌چربي خون در بيماراني كه به درمان بارژيم غذايي يا ساير روشها پاسخ كافي‌نداده‌اند، مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: كلوفيبرات ممكن است ازطريق مهار بيوسنتز كلسترول افزايش‌دفع استرولهاي خنثي افزايش كاتابوليسم‌ليپوپروتئين‌هاي با دانسيته كم و يا افزايش‌كليرانس تري گليسريدها (VLDL) از گردش‌خون اثر خود را اعمال كند.
فارماكوكينتيك اين دارو از روده به‌طوركامل و به آهستگي جذب مي‌شود. پيوندكلوفيبرات به پروتئين بسيار زياد است (96درصد). اين دارو در كبد و مجراي گوارش‌متابوليزه مي‌شود. نيمه عمر دارو بامصرف مقدار واحد 25 ـ 6 ساعت مي‌باشد.غلظت پلاسمايي VLDL طي 5 ـ 2 روز بعد ازمصرف دارو كاهش مي‌يابد. زمان لازم‌براي رسيدن به اوج غلظت پلاسمايي 6 ـ 2ساعت و زمان لازم براي رسيدن به اوج اثر3 هفته است غلظت VLDL طي 3 هفته پس‌از قطع درمان به مقدار قبل از درمان بازمي‌گردد.
موارد منع مصرف اين دارو در عيب شديدكار كليه يا كبد، كاهش آلبومين خون سيروز اوليه كبد، بيماري كيسه صفرا وسندرم نفروتيك نبايد مصرف شود.
هشدارها: اين دارو در بيماران مبتلا به عيب‌كار كليه بايد با احتياط مصرف شود، زيراافزايش پيشرونده غلظت سرمي كرتينين‌ممكن است منجر به بروز عوارض جانبي به‌ويژه ميوپاتي و رابدوميوليز شود.
عوارض جانبي عوارض گوارشي (از قبيل‌تهوع بي‌اشتهايي درد معده ، خارش كهير، كاهش توانايي جنسي سردرد،سرگيجه كسالت ريزش مو، مسموميت‌بافت عضلاني (همراه با مياستني يا دردعضلاني و سنگهاي صفراوي با مصرف‌اين دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌داروهاي ضد انعقاد خوراكي با كلوفيبرات‌ممكن است به‌طور قابل توجهي اثر ضدانعقادي اين داروها را افزايش دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در طول درمان بايداز رژيم غذايي تجويز شده از سوي‌پزشك استفاده نمود.
2 ـ در طول مصرف دارو، بيمار بايد تحت‌نظارت دقيق پزشك باشد.
3 ـ قبل از قطع مصرف دارو، بايد با پزشك‌مشورت شود، زيرا ممكن است غلظت‌چربي در خون به ميزان قابل توجهي‌افزايش يابد.
مقدار مصرف به‌عنوان پايين آورنده چربي‌خون در بزرگسالان 2 g/day ـ 1/5 در 4 ـ 2مقدار منقسم مصرف مي‌شود.

اشكال دارويي
Capsule : 500 mg

موارد مصرف كلونيدين براي كنترل زيادي‌فشارخون پيشگيري از بروز حملات‌ميگرن به‌عنوان داروي كمكي در درمان‌قاعدگي دردناك و گر گرفتگي ناشي ازيائسگي و براي رفع سريع عوارض ناشي‌از سندرم قطع مصرف مواد مخدر شبه‌ترياك مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: تصور مي‌شود كه اثركلونيدين در پايين آوردن فشارخون ناشي‌از تحريك گيرنده‌هاي آلفا ـ 2 آدرنرژيك‌مركزي باشد كه منجر به كاهش جريان‌خروجي سمپاتيك به سمت قلب كليه‌ها وبستر عروق محيطي مي‌شود. نتيجه آن‌كاهش مقاومت عروق محيطي كاهش‌فشارخون سيستوليك و دياستوليك وكاهش سرعت ضربان قلب است
فارماكوكينتيك كلونيدين از راه خوراكي‌بخوبي جذب مي‌شود. پيوند اين دارو به‌پروتئين كم تا متوسط است (40 ـ 20درصد). متابوليسم اين دارو كبدي است نيمه عمر كلونيدين در افراد با كليه سالم‌حدود 16 ـ 12 ساعت مي‌باشد. زمان شروع‌اثر كاهش فشارخون 60 ـ 30 دقيقه پس ازمصرف خوراكي است اوج اثر دارو پس از
4 ـ 2 ساعت ظاهر مي‌شود. طول اثر دارو ازراه خوراكي تا 8 ساعت (36 ـ 24 ساعت دربعضي از بيماران مي‌باشد. 60 ـ 40 درصددارو از راه كليه طي 24 ساعت به‌صورت‌تغيير نيافته دفع مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ به منظور جلوگيري از بروزبحران زيادي فشارخون مصرف اين داروبايد بتدريج قطع شود.
2 ـ اين دارو در موارد زير بايد با احتياطمصرف شود:
سندرم رينود يا ساير بيماريهاي انسدادي‌عروق محيطي سابقه افسردگي وپورفيري (در اين مورد عدم مصرف داروترجيح داده مي‌شود).
3 ـ در صورت وجود عيب كار كليه كاهش‌مقدار مصرف دارو ممكن است ضروري‌باشد.
4 ـ اگر براي جراحي نياز به قطع درمان‌باشد، توصيه مي‌شود كه آخرين مقدارمصرف حداكثر 6 ـ 4 ساعت قبل از جراحي‌مصرف شود و طي جراحي از داروهاي‌تزريقي پايين آورنده فشارخون استفاده‌شود.
عوارض جانبي خشكي دهان تسكين افسردگي احتباس مايعات برادي كاردي پديده رينود، سردرد، سر گيجه احساس‌سرخوشي بيقراري شبانه تهوع يبوست‌و بندرت كاهش توانايي جنسي با مصرف‌اين دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي داروهاي ضدافسردگي‌سه حلقه‌اي ممكن است اثرات كاهنده‌فشارخون كلونيدين را كاهش دهند. درصورت مصرف هم زمان

كلونيدين بامسدود كننده‌هاي گيرنده‌هاي بتا ـآدرنرژيك قطع مصرف كلونيدين ممكن‌است موجب بحران زيادي فشارخون‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف اين داروحتي در صورت احساس بهبودي بايدادامه يابد.
2 ـ اين دارو، افزايش فشارخون را درمان‌نمي‌كند، بلكه آن را كنترل مي‌نمايد. از اينرومصرف دارو ممكن است تا آخر عمرضروري باشد.
3 ـ مراجعه به پزشك قبل از قطع مصرف‌دارو ضروري است زيرا ممكن است‌كاهش تدريجي مقدار مصرف براي‌جلوگيري از بروز زيادي واجهشي‌فشارخون لازم باشد.
4 ـ به علت احتمال بروز خواب آلودگي ازرانندگي و كاركردن با وسايلي كه نياز به‌هوشياري دارد، خودداري شود.
5 ـ از مصرف ساير داروها، بخصوص‌داروهاي مقلد سمپاتيك كه نياز به نسخه‌ندارند، بايد خودداري شود.
6 ـ توصيه مي‌شود به منظور اطمينان ازكنترل فشارخون در طول شب و كاهش‌حالت خواب آلودگي در روز، آخرين مقدارمصرف روزانه دارو هنگام خواب مصرف‌شود.
مقدار مصرف به‌عنوان پايين آورنده‌فشارخون در بزرگسالان ابتدا 0/1ميلي‌گرم 2 بار در روز است كه مي‌توان‌براي كنترل فشارخون در صورت نياز هر4 ـ 2 روز 0/2 ـ 0/1 ميلي‌گرم در روز به‌مقدار مصرف اضافه نمود. مقدارنگهدارنده 0/2 ـ 0/1 ميلي‌گرم 4 ـ 2 بار درروز است
به منظور كاهش فوري زيادي فشارخون ولي نه در موارد اضطراري ، مقدارحمله‌اي 0/2 ميلي‌گرم مصرف شود وسپس 0/1 ميلي‌گرم هر يك ساعت تا زماني‌كه فشارخون دياستولي كنترل گردد، يامقدار مصرف تام به 0/8 ميلي‌گرم برسد،مصرف مي‌گردد. سپس بيمار با مقدارنگهدارنده دارو بايد كنترل شود.
به‌عنوان پيشگيري از بروز سردردهاي‌عروقي در بزرگسالان ابتدا 0/025ميلي‌گرم 4 ـ 2 بار در روز مصرف مي‌شودكه اين مقدار مي‌تواند تا حداكثر 0/05ميلي‌گرم 3 بار در روز افزايش يابد.
در درمان قاعدگي دردناك مقدار 0/025ميلي‌گرم 2 بار در روز به مدت 14 روز قبل‌از قاعدگي و طي آن مصرف مي‌شود.به‌عنوان داروي كمكي در درمان سندرم‌يائسگي مقدار 0/075 ـ 0/025 ميلي‌گرم 2بار در روز مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Tabelt : 0.2 mg

(DIAZOXIDE (Parenteral

موارد مصرف ديازوكساید تزريقي براي‌درمان سريع زيادي شديد فشار خون‌ناشي از بيماري كليوي مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: ديازوكساید باعث گشاد شدن‌شريانچه‌ها شده و مقاومت محيطي راكاهش مي‌دهد.
فارماكوكينتيك پيوند ديازوكساید به‌آلبومين بسيار زياد است (بيش از 90درصد). متابوليسم اين دارو كبدي است نيمه عمر دارو در افراد سالم 36 ـ 21ساعت و در بيماران مبتلا به بي‌ادراري
53 ـ 20 ساعت است اثر دارو يك دقيقه پس‌از تزريق وريدي شروع مي‌شود. زمان‌لازم براي رسيدن به اوج اثر، 5 ـ 2 دقيقه وطول اثر دارو، 12 ـ 2 ساعت است ديازوكساید از راه كليه دفع مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در صورت وجودبيماري ايسكميك قلب و يا عيب كار كليه‌بايد با احتياط فراوان مصرف شود.
2 ـ تزريق عضلاني داخل حفره‌اي يا زيرجلدي اين دارو توصيه نمي‌شود، زيراممكن است در محل تزريق درد ايجاد كند.
3 ـ بيمار بايد طي تزريق ديازوكساید وهمچنين 30 ـ 15 دقيقه پس از تزريق به‌حالت خوابيده باقي بماند.
عوارض جانبي تاكي كاردي افزايش قندخون احتباس آب و سديم با مصرف اين‌دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌داروهاي پايين آورنده فشارخون وداروهاي بيهوشي با ديازوكساید ممكن‌است منجر به بروز اثرات اضافي آورنده‌فشارخون گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي جلوگيري ازنشت دارو به بافتهاي اطراف رگ هنگام‌تزريق وريدي بايد دقت كامل بعمل آيد،چون ممكن است منجر به سلوليت و دردشود. در صورت نشت دارو به بافتهاي‌اطراف رگ درمان با كمپرس سرد توصيه‌مي‌شود.
2 ـ به منظور جلوگيري از بروز آريتمي‌قلبي توصيه مي‌شود ديازوكساید فقط به‌داخل ورید محيطي تزريق شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان كاهنده فشارخون تا150 ميلي‌گرم يا 3 mg/kg ـ 1 تزريق وريدي‌مي‌شود كه در صورت لزوم براي‌دستيابي به نتيجه مطلوب هر 15 ـ 5 دقيقه‌مي‌توان آن را تكرار كرد. بيشينه مقدارمصرف در بزرگسالان تا g/day 1/2 است
كودكان به‌عنوان كاهنده فشارخون

3 mg/kg ـ 1 تزريق وريدي مي‌شود كه درصورت لزوم براي دستيابي به نتيجه‌مطلوب هر 15 ـ 5 دقيقه مي‌توان آن را تكرارکرد.
اشكال دارويي
Injection : 300 mg / 20 ml

DIGOXIN

موارد مصرف ديگوكسين در درمان‌نارسايي قلب و آريتمي فوق بطني (به‌ويژه‌فيبريلاسيون دهليزي مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: ديگوكسين نيروي انقباضي‌قلب را افزايش داده و هدايت الكتريكي آن راكاهش مي‌دهد. تصور مي‌شود افزايش‌سرعت و نيروي انقباضي عضله قلب ناشي‌از مهار حركت يونهاي سديم و پتاسيم ازغشاء سلولي عضله قلب باشد. در نتيجه‌جريان ورودي كلسيم و آزاد شدن يونهاي‌كلسيم آزاد در سلولهاي ميوكارد افزايش‌يافته كه به نوبه خود بر فعاليت انقباضي‌فيبرهاي ميوكارد افزوده مي‌شود. اين‌دارو سرعت هدايت قلبي را كاهش داده ودوره تحريك ناپذيري گره دهليزي ـ بطني‌را افزايش مي‌دهد.
فارماكوكينتيك فراهمي زيستي قرص‌ديگوكسين 80 ـ 60 درصد، الگزير ومحلول تزريقي آن 85 ـ 70 درصد است پيوند ديگوكسين به پروتئين كم مي‌باشد(25 ـ 20 درصد). متابوليسم اين دارو به‌ميزان كم در كبد صورت مي‌گيرد. نيمه عمردارو 48 ـ 36 ساعت است كه در صورت‌ابتلاء به بي‌ادراري 6 ـ 4 روز خواهد بود.اثر دارو از راه خوراكي پس از 2 ـ 0/5ساعت و از راه تزريقي پس از 30 ـ 5 دقيقه‌شروع مي‌شود. زمان لازم براي رسيدن به‌اوج اثر از راه تزريقي 4 ـ 1 ساعت و از راه‌خوراكي 6 ـ 2 ساعت است طول اثر دارو ازراه تزريقي و خوراكي 6 روز است دفع‌ديگوكسين كليوي است
موارد منع مصرف اين دارو در بلوك كامل‌و متناوب قلب بلوك درجه دوم دهليزي‌بطني آريتمي فوق بطني ناشي از سندرمw-p-w، كارديوميوپاتي انسدادي‌هيپرتروفيك (مگر در موارد فيبريلاسيون‌دهليزي همراه با نارسايي قلب كه بايد بااحتياط مصرف شود) و وجود علائم‌مسموميت ناشي از مصرف قبلي هر يك ازفرآورده‌هاي حاوي اين دارو، نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط فراوان مصرف شود:
سكته اخير، سندرم سينوسي بيمار، كم‌كاري تيروئيد، عيب كار كليه كمي كلسيم وپتاسيم و منيزيم خون زيادي كلسيم‌وپتاسيم خون گلومرولونفريت حساسيت مفرط سينوس كاروتيد، بيماري‌شديد ريه يا ميكزدم تنگي زيرآئورتي‌هيپرتروفيك با علت نامشخص
2 ـ در بيماران سالخورده و بيماراني كه ازدستگاه ضربان ساز مصنوعي استفاده‌مي‌كنند، تنظيم دقيق مقدار مصرف داروضروري است زيرا ممكن است دچارمسموميت شوند.
عوارض جانبي بي‌اشتهايي تهوع استفراغ اسهال درد شكم اغلب با مصرف

مقاديرزياد دارو مشاهده است اختلالات بينايي سردرد، كسالت خواب آلودگي اغتشاش‌فكر، توهم هذيان آريتمي و بلوك قلبي بامصرف اين دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌كينيدين و آميوداروِن با ديگوكسين ممكن‌است موجب افزايش قابل توجه غلظت‌سرمي ديگوكسين شود. مصرف همزمان‌آمفوتريسين B با ديگوكسين ممكن است‌احتمال بروز مسموميت با گليكوزيدهاي‌قلبي ناشي از كاهش پتاسيم خون راافزايش دهد. كينين كلروكين و هيدروكسي‌كلروكين در صورت مصرف همزمان باديگوكسين ممكن است غلظت پلاسمايي‌ديگوكسين را افزايش دهند. ديلتيازم وراپاميل و احتمالا نيفديپين در صورت‌مصرف همزمان با ديگوكسين ممكن است‌غلظت پلاسمايي ديگوكسين را افزايش‌دهند. خطر بروز بلوك دهليزي ـ بطني وبرادي كاردي با مصرف همزمان باوراپاميل افزايش مي‌يابد. در صورت‌مصرف همزمان استازولاميد، مدرهاي‌لوپ و تيازيدي با ديگوكسين خطر بروزمسموميت با ديگوكسين ناشي از كاهش‌پتاسيم خون افزايش مي‌يابد. اثرديگوكسين در صورت مصرف همزمان بااسپيرونولاكتون افزايش مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ دوره درمان بايدكامل شود و دارو هر روز در وقت معين‌مصرف شود.
2 ـ اگر يك نوبت مصرف دارو فراموش‌شود، چنانچه پس از 12 ساعت بياد آورده‌شود، بهيچ وجه آن نوبت نبايد مصرف‌شود و مقادير مصرف بعدي نيز دو برابرنگردد. اگر به مدت دو روز يا بيشترمصرف دارو فراموش شود، بايد به پزشك‌مراجعه شود.
3 ـ در صورت بروز هر گونه نشانه‌مسموميت از جمله تهوع استفراغ اسهال كاهش اشتها يا آهسته شدن شديد نبض بايد به پزشك مراجعه شود.
4 ـ از مصرف ساير داروها بدون دستورپزشك بايد خودداري شود.
5 ـ مقدار مصرف ديگوكسين بايد براساس نياز هر بيمار تعيين گردد. اين مقدارباید بر اساس وزن بدن بدون چربي‌محاسبه شود، زيرا اين دارو در بافت‌چربي وارد نمي‌شود.
6 ـ تزريق وريدي دارو بر تزريق عضلاني‌آن ارجحيت دارد. تزريق وريدي بايد طي‌حداقل 5 دقيقه صورت گيرد. تزريق‌عضلاني تنها در صورتي كه امكان مصرف‌دارو از راه خوراكي يا وريدي وجودنداشته باشد، انجام مي‌شود.
7 ـ در صورت تغيير شكل تزريقي به شكل‌خوراكي دارو، تنظيم مقدار مصرف ممكن‌است ضروري باشد.
مقدار مصرف در بزرگسالان مقدارمصرف دارو بر اساس جدول زير

تعيين‌مي‌شود:
مورد مصرف‌خوراكي‌تزريقي
ديژيتاليزه‌كردن1/25 ـ 0/75 ميلي‌گرم هر 8 ـ 6 ساعت‌ابتدا 0/6 ـ 0/4 ميلي‌گرم وريدي
سريع‌و سپس برحسب نياز و تحمل بيمار
مقادير اضافي 0/3 ـ 0/1 ميلي‌گرم
هر 8 ـ 4 ساعت
ديژيتاليزه كردن0/5 mg/day ـ 0/125 به مدت 7 روز
آهسته
مقدار نگهدارنده0/5 mg/day ـ 0/5 mg/day0/125 ـ 0/125 در مقادير منقسم يا واحد
در كودكان مقدار مصرف دارو بر اساس جدول زير تعيين مي‌شود:
مورد مصرف‌خوراكي‌تزريقي (1)
ديژيتاليزه‌نوزادن نارس و طبيعي تا سن يك‌نوزادان نارس 0/025 mg/kg ـ 0/015
كردن‌يك ماه 0/035 mg/kg ـ 0/02
شيرخواران با سن يك ماه تانوزادان طبيعي 0/03 mg/kg ـ 0/02
2 سال 0/06 mg/kg ـ 0/035
كودكان با سن 5 ـ 2 سال شيرخواران با سن يك ماه تا
0/04 mg/kg ـ 20/03 سال 0/05 mg/kg ـ 0/03
كودكان با سن 10 ـ 5 سال كودكان با سن 5 ـ 2 سال
0/035 mg/kg ـ 0/035 0/02 mg/kg ـ 0/025
كودكان با سن 10 سال و بزرگتر،كودكان با سن 10 ـ 5 سال
1/25 ـ 0/075 ميلي‌گرم در 2 مقدار0/03 mg/kg ـ 0/015
منقسم يا بيشتر هر 8 ـ 6 ساعت براي‌كودكان با 10 سال و بزرگتر،
ديژيتاليزه كردن سريع و0/012 mg/kg ـ 0/008
0/5 mg/kg ـ 0/125 به مدت 7 روز
ديژيتاليزه كردن آهسته
مقداريك سوم الي يك پنجم مقدار مصرف‌در نوزادان نارس 30 ـ 20 درصد مقدار
نگهدارنده‌تام مورد نياز براي ديژيتاليزه‌مصرف تام در 3 ـ 2 مقدار منقسم مساوي
كردن يكبار در روزدر روز
در نوزادان طبيعي و كودكان تا سن 10 سال
35 ـ 25 درصد مقدار مصرف تام
در 3 ـ 2 مقدار منقسم مساوي در روز

در کودکان با سن 10 سال و بزرگتر
35 ـ 25 درصد مقدار مصرف تام يكبار در روز
(1) ـ براي ديژيتاليزه كردن مقادير مصرف تام در 3 يا چند مقدار منقسم (كه مقدار اول آن تقريب؟ نصف مقدار مصرف تام‌مي‌باشد) با فواصل 8 ـ 4 ساعت تزريق وريدي مي‌شود.
اشكال دارويي
Oral Drop : 0.5 mg/ml
Elixir : 0.05 mg/ml
Tablet: 0.25 mg
Injection : 0.5 mg/2 ml

DISOPYRAMIDE

موارد مصرف ديسوپيراميد در پيشگيري ودرمان آريتمي‌هاي بطني به‌ويژه پس ازانفاركتوس قلبي و همچنين آريتمي فوق‌بطني مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: ديسوپيراميد پاسخ دهي عضله‌قلب و سرعت هدايت الكتروفيزيولوژيك آن‌را (به استثناي سرعت هدايت گره دهليزي ـبطني و هيس ـ پوركنژ) نضعيف مي‌كند.دپولاريزاسيون دياستوليك در بافتهايي كه‌خودكاري زيادي دارند، كند شده و دوره‌تحريك ناپذيري موثر دهليز و بطن افزايش‌مي‌يابد. با وجود اين هدايت در مسيرهاي‌فرعي طولاني مي‌گردد. ديسوپيراميد اثراينوتروپيك منفي دارد.
فارماكوكينتيك جذب ديسوپيراميد سريع وتقريب? كامل است متابوليسم دارو كبدي‌است و متابوليت اصلي آن داراي اثر ضدآريتمي و ضد موسكاريني مي‌باشد. نيمه‌عمر دارو در افراد سالم 7 ساعت و دربيماران مبتلا به عيب كار كليه 18 ـ 8ساعت است زمان لازم براي رسيدن به‌اوج غلظت 30 دقيقه تا 3 ساعت است
با مصرف 300 ميلي‌گرم از دارو، اثردرماني طي 30 دقيقه تا 3/5 ساعت شروع‌مي‌شود. طول اثر دارو پس از مصرف 300ميلي‌گرم دارو 8/5 ـ 1/5 ساعت است دفع‌دارو تقريب? 80 درصد كليوي است
موارد منع مصرف اين دارو در بيماران‌مبتلا به انسداد درجه دوم يا سوم قلب ونارسايي عملكرد گره سينوسي (مگر درمواردي كه از ضربان ساز مصنوعي‌استفاده مي‌شود)، شوك كارديوژنيك ونارسايي جبران نشده قلب نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط فراوان مصرف شود:
گلوكوم نارسايي قلب بزرگ شدن پروستات عيب كار كبد و كليه سالخوردگان مياستني‌گرا، كمي پتاسيم خون ديابت كارديوميوپاتي‌و اختلالات در هدايت قلبي
عوارض جانبي تحريك مجراي گوارشي ضعف عضله قلب كمي فشار خون انسداددهليزي ـ بطني اثرات ضد موسكاريني مانند خشكي دهان تاري ديد، احتباس‌ادرار)، پسيكوز، يرقان انسدادي و كمي قندخون با مصرف اين دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان سايرداروهاي ضدآريتمي به‌ويژه ديلتيازم پروكائين آميد، ليدوكائين پروپرانولول وساير داروهاي مسدودكننده گيرنده‌هاي بتا ـآدرنرژيك و وراپاميل با ديسوپيراميد بايد بااحتياط صورت گيرد، زيرا ممكن است منجربه‌طولاني شدن بيش از حد هدايت الكتريكي قلب‌همراه با كاهش برون ده قلبي شود.

نكات قابل توصيه 1 ـ دوره درمان بايدكامل شود و هيچيك از نوبتهاي مصرف‌نبايد فراموش شود.
2 ـ در صورتي كه يك نوبت مصرف داروفراموش شود، به محض بيادآوردن آن‌نوبت بايد مصرف شود، ولي اگر كمتر از 4ساعت تا نوبت بعدي باقيمانده باشد، ازمصرف آن خودداري كرده و مقدارمصرف بعدي نيز نبايد دو برابر شود.
3 ـ قبل از قطع مصرف دارو، بايد با پزشك‌مشورت شود، زيرا با قطع ناگهاني مصرف‌دارو، عوارض جانبي قلبي ممكن است‌بروز نمايند.
4 ـ به علت احتمال بروز سرگيجه يا منگي‌يا از حال رفتن به‌ويژه هنگام برخاستن‌ناگهاني از حالت نشسته يا خوابيده هنگام‌رانندگي يا كار با آلاتي كه نياز به هوشياري‌دارند، بايد احتياط شود.
5 ـ به علت كاهش احتمالي تعريق و عدم‌تحمل گرما، هنگام فعاليت بدني يا در هواي‌گرم بايد احتياط شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان ضد آريتمي مقدارحمله‌اي براي كنترل سريع آريتمي بطني 300 ميلي‌گرم و مقدار نگهدارنده 150ميلي‌گرم هر 6 ساعت مي‌باشد. مقدارمصرف برحسب نياز و تحمل بيمار تنظيم‌مي‌گردد. بيشينه مقدار مصرف دارو دربزرگسالان تا 800 mg/day است
كودكان به‌عنوان ضد آريتمي هر 6 ساعت در كودكان تا سن يكسال 30 mg/kg ـ 10،كودكان 4 ـ 1 سال 20 mg/kg ـ 10، كودكان12 ـ 4 سال 15 mg/kg ـ 10 و كودكان
18 ـ 14 سال 15 mg/kg ـ 6 مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Capsule : 100 mg

DIURETICS

Captopril Amiloride-H
Enalapril Chlorthalidone
Furosemide Ethacrynic Acid
Mannitol Hydrochlorothiazide
ث Triamterene-H Spironolactone

داروهاي مدر با توجه به محل اثرشان به‌دسته‌هاي مختلف زير تقسيم مي‌شوند.

1 ـ داروهاي مدر موثر بر قوس هنله اين‌داروها باز جذب سديم و آب در قسمت بالارونده قوس هنله را مهار مي‌كنند. اين‌داروها ميزان رساندن مايعات توبولي والكتروليتها به ناحيه ديستال و ترشح يون‌پتاسيم و هيدروژن را افزايش مي‌دهند. درحاليكه كم شدن حجم پلاسما سبب افزايش‌توليد آلدوسترون مي‌شود. اين دو اثر، بازجذب سديم را در لوله‌هاي ديستال تسريع‌نموده و سبب افزايش دفع پتاسيم و يون‌هيدروژن در لوله‌هاي ديستال مي‌شود. باكاهش حجم مايع خارج سلولي و پلاسما وبرون ده قلبي فشارخون را پايين مي‌آورند.سپس برون ده قلبي به حالت طبيعي‌برمي‌گردد و مقاومت عروق محيطي كاهش‌مي‌يابد.

2 ـ مدرهاي احتباس كننده پتاسيم اسپيرونولاكتون آميلوراید و تريامترن‌به‌عنوان مدر و بالابرنده پتاسيم خون درجذب مجدد سديم در لوله‌هاي جمع كننده‌كليه دخالت كرده و دفع سديم و آب واحتباس پتاسيم را تسريع مي‌كنند. اين‌داروها به‌عنوان پايين آورنده فشارخون ابتدا با كاهش حجم پلاسما و مايع خارج‌سلولي (و در نتيجه كاهش برون ده قلبي وسپس با كاهش مقاومت عروق محيطي پس از بازگشت حجم مايع خارج سلولي وبرون ده قلبي به ميزان طبيعي ، اثر خود رااعمال مي‌نمايند. آميلوراید و تريامترن به‌تنهايي داروهاي مدر ضعيفي هستند و ازآنجا كه اين داروها سبب احتباس پتاسيم‌مي‌شوند، مي‌توانند به‌عنوان تامين كننده‌پتاسيم همراه با داروهاي مدر تيازيدي‌مصرف شوند.

3 ـ مدرهاي تيازيدي داروهاي مدرتيازيدي به‌عنوان كاهنده فشارخون ابتدابا كاهش حجم پلاسما و مايع خارجي‌سلولي (و در نتيجه كاهش برون ده قلبي وسپس با كاهش مقاومت عروق محيطي پس از بازگشت حجم مايع خارج سلولي وبرون ده قلبي به ميزان طبيعي اثر خود رااعمال مي‌كنند. اين داروها با مهار باز جذب‌سديم در ابتداي لوله‌هاي ديستال كليه موجب افزايش دفع ادراري سديم و آب‌مي‌شوند. اين داروها همچنين سبب‌افزايش سرعت انتقال مايعات لوله‌اي والكتروليتها به بخش‌هاي

ديستال و ترشح‌يون‌هاي هيدروژن و پتاسيم مي‌شوند. درحاليكه كاهش حجم پلاسما، ترشح‌آلدوسترون را افزايش مي‌دهد. مجموع اين‌دو اثر سبب تسريع باز جذب سديم درلوله‌هاي ديستال شده و موجب افزايش‌دفع ادراري پتاسيم و هيدروژن مي‌شود.اثر آنتي ديورتيك اين داروها ناشي از دفع‌سديم و آب به مقدار كم و در نتيجه افزايش‌باز جذب مايع حاصل از فيلتراسيون‌گلومرولي در لوله‌هاي پروكسيمال كليه وكاهش انتقال كلرور سديم و آب به لوله‌هاي‌ديستال است

4 ـ مهاركننده‌هاي آنزيم مبدل‌آنژيوتانسيون به‌نظر مي‌رسد كه اثر اين‌داروها ناشي از مهار رقابتي فعاليت آنزيم‌مبدل آنژيوتانسين I باشد كه منجر به‌كاهش سرعت تبديل آنژيوتانسين I به II(كه يك تنگ كننده عروق است مي‌گردد.اين امر به نوبه خود سبب افزايش مجددفعاليت رنين پلاسما از طريق برداشتن‌فيدبك منفي بر آزادسازي رنين و نيزكاهش مستقيم ترشح آلدوسترون‌مي‌شود. داروهاي مهار كننده آنزيم مبدل‌آنژيوتانسين مقاومت عروق محيطي را نيزكاهش مي‌دهند. كاهش مقاومت عروق‌محيطي فشار گوه‌اي مويرگهاي ريوي ومقاومت عروق ريوي و نيز بهبود برون ده‌قلب از آثار مهم اين داروها هستند.

5 ـ مدرهاي اسموتيك اين داروهااسمولاريته پلاسما را بالا مي‌برند و باعث‌افزايش جريان آب از بافت‌ها به پلاسمامي‌شوند.

موارد مصرف اين تركيب دارويي به‌عنوان‌داروي كمكي در كنترل حالات خيزدار(مانند نارسايي احتقاني قلب سيروزكبدي سندرم نفروتيك خيز ناشي ازكورتيكوستروئيد و استروژن و خيز باعلت نامشخص ، در درمان زيادي‌فشارخون (به‌ويژه در مواردي كه نياز به‌يك مدر نگهدارنده پتاسيم باشد) و همچنين‌در درمان كمي پتاسيم خون ناشي ازمصرف داروهاي مدر در افراد مبتلا به‌افزايش فشارخون (در صورتي كه سايرتدابير مفيد نبوده يا كافي نباشند) مصرف‌مي‌شود.
فارماكوكينتيك جذب آميلورايد از مجراي‌گوارش كامل نيست (20 ـ 15 درصد).پيوند آميلورايد به پروتئين بسيار كم‌مي‌باشد و متابوليزه نمي‌شود. نيمه عمرآميلورايد 9 ـ 6 ساعت و زمان لازم براي‌شروع اثر دارو به‌عنوان مدر، كمتر از 2ساعت است زمان لازم براي رسيدن به‌اوج غلظت آميلورايد، 4 ـ 3 ساعت و زمان‌لازم براي رسيدن به اوج اثر پس ازمصرف مقدار واحد، 10 ـ 6 ساعت‌مي‌باشد. طول اثر مدر آميلورايد با مصرف‌مقدار واحد دارو، 24 ساعت است 50 ـ 20درصد آميلورايد از كليه و 40 درصد نيز ازراه مدفوع دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در نارسايي‌كليه و افزايش پتاسيم خون نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد زير اين دارو بايد بااحتياط فراوان مصرف شود:
بي‌ادراري يا عيب كار كليه افراد مبتلا به‌ديابت و بيماري كليوي يا عيب كار كبد.
2 ـ بيماراني كه شديد؟ بدحال هستند ياحجم ادرار آنها نسبت؟ كم است بيشتر درمعرض خطر زيادي پتاسيم خون هستند.
عوارض جانبي اختلالات گوارشي خشكي‌دهان بثورات جلدي اغتشاش شعور،كاهش فشارخون در حالت ايستاده افزايش كلسيم خون و كاهش سديم خون بامصرف آميلورايد گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با داروهاي مهار كننده آنزيم مبدل‌آنژيوتانسين ممكن است منجر به افزايش‌پتاسيم خون شده و اثر كاهنده فشارخون‌افزايش يابد. مصرف همزمان اين دارو باليتيم به علت كاهش كليرانس كليوي ليتيم ممكن است سبب بروز مسموميت با ليتيم‌شود. خطر بالا رفتن پتاسيم خون بامصرف همزمان اين دارو با مكمل‌هاي‌حاوي پتاسيم و سيكلوسپورين افزايش‌مي‌يابد. اثرات ضد انعقادي هپارين درصورت مصرف همزمان با اين دارو ممكن‌است كاهش يابد.

نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف اين داروحتي در صورت احساس بهبودي بايدادامه يابد.
2 ـ اين دارو زيادي فشارخون را درمان‌نمي‌كند، بلكه آن را كنترل مي‌نمايد. از اينرو،مصرف آن ممكن است تا آخر عمرضروري باشد.
3 ـ احتمال بروز كمي يا زيادي پتاسيم‌خون وجود دارد. بنابراين ممكن است‌پي‌گيري ميزان پتاسيم در رژيم غذايي لازم‌باشد.
4 ـ از مصرف ساير داروها، بخصوص‌داروهاي مقلد سمپاتيك كه نياز به نسخه‌ندارند، بايد خودداري شود.
مقدار مصرف به‌عنوان مدر و پايين آورنده‌فشارخون در بزرگسالان 2 ـ 1 قرص درروز تجويز مي‌شود.
اشكال دارويي
+ Tablet : Amiloride HCl 5 mg
Hydrochlorothiazide 50 mg

CAPTOPRIL

موارد مصرف اين دارو براي كنترل زيادي‌خفيف تا متوسط فشارخون به تنهايي ياهمراه يك داروي مدر تيازيدي و همچنين‌در درمان زيادي شديد فشار خون كه به‌ساير تدابير درماني پاسخ نمي‌دهند،مصرف مي‌شود.
كاپتوپريل به‌عنوان‌داروي كمكي در نارسايي قلب پس ازسكته قلبي و در آسيب كليوي در بيماران‌مبتلا به ديابت غير وابسته به انسولين‌مصرف مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در بيماري‌كليوي ـ عروقي و تنگي آئورت نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد زير اين دارو بايد بااحتياط مصرف شود: سابقه آنژيوادم‌زيادي پتاسيم خون تنگي شريان كليه پيوند كليه و عيب كار كليه
2 ـ در بيماراني كه تحت رژيم غذايي شديد?كم نمك قرار داشته يا ديااليز مي‌شوند،كاهش ناگهاني در ميزان آنژيوتانسين II به‌علت مصرف داروهاي مهار كننده ACE،ممكن است سبب كاهش ناگهاني و شديدفشارخون شود.
علاوه بر اين خطرنارسايي كليه ناشي از مصرف داروهاي‌مهار كننده ACE در بيماراني كه سديم وحجم خون آنها كاهش يافته يا در بيماراني‌كه مبتلا به نارسايي احتقاني قلب هستند،افزايش مي‌يابد.
عوارض جانبي كاهش فشارخون سرگيجه سردرد، تهوع (و گاهگاهي‌استفراغ ، كرامپ عضلاني خشكي مداوم‌دهان سرفه تغييرات صدا و حس چشايي التهاب مخاط دهان سوء هاضمه دردشكم عيب كار كليه افزايش پتاسيم خون آنژيوادم كهير، بثورات جلدي و حساسيت‌مفرط و اختلالات خوني با مصرف اين‌دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با داروهاي بيهوش كننده اثر كاهنده‌فشار خون را افزايش مي‌دهد. مصرف‌همزمان اين دارو با داروهاي ضد التهاب‌غير استروئيدي ممكن است اثر پايين‌آورنده فشارخون كاپتوپريل را كاهش‌داده و خطر نارسايي كليه افزايش يابد. درصورت مصرف همزمان اين دارو باسيكلوسپورين خطر بروز زيادي پتاسيم‌خون افزايش مي‌يابد. در صورت مصرف‌همزمان كاپتوپريل با داروهاي مدرنگهدارنده پتاسيم و مكمل‌هاي پتاسيم احتمال بروز زيادي پتاسيم خون وجوددارد.
همچنين داروهاي مدر ممكن است‌سبب افزايش اثر كاهنده فشارخون كاپتوپريل شوند. در صورت مصرف‌همزمان ليتيم با كاپتوپريل دفع ليتيم‌كاهش يافته و غلظت آن در پلاسما افزايش‌مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 - مصرف اين داروحتي در صورت احساس بهبودي بايدادامه يابد.

2 ـ اين دارو افزايش فشارخون را درمان‌نمي‌كند، بلكه آن را كنترل مي‌نمايد. از اينرومصرف آن ممكن است تا آخر عمرضروري باشد.
3 ـ از مصرف ساير داروها، بخصوص‌داروهاي مقلد سمپاتيك كه نياز به نسخه‌ندارند، بايد خودداري شود.
4 ـ طي مصرف اين دارو، رعايت رژيم‌غذايي و محدوديت مصرف سديم اهميت‌دارد.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان پايين آورنده‌فشارخون ابتدا مقدار 12/5 ميلي‌گرم 2 يا3 بار در روز مصرف مي‌شود كه درصورت نياز، پس از يك يا دو هفته مقدارمصرف را مي‌توان به 25 ميلي‌گرم 2 يا 3بار در روز افزايش داد. در اختلال عملكردبطن چپ پس از سكته قلبي ابتدا مقدارواحد 6/25 ميلي‌گرم و سپس 12/5ميلي‌گرم 3 بار در روز مصرف مي‌شود كه‌بتدريج طي چند روز تا ميزان 25 ميلي‌گرم3 بار در روز افزايش مي‌يابد. مقدارنگهدارنده 50 ميلي‌گرم 3 بار در روز است در آسيب كليوي در بيماران ديابتي
25 ميلي‌گرم 3 بار در روز مصرف‌مي‌شود.
در نارسايي احتقاني قلب ابتدا 12/5ميلي‌گرم 2 يا 3 بار در روز مصرف‌مي‌شود. سپس مقدار مصرف در صورت‌نياز، هر روز تا ميزان 50 ميلي‌گرم 2 يا 3بار در روز افزايش مي‌يابد. مقدارنگهدارنده 100 ـ 25 ميلي‌گرم 2 يا 3 بار درروز است براي بيماراني كه به علت درمان‌قبلي با داروهاي مدر، سديم و آب بدن آنهاكاهش يافته بيماراني كه درمان باداروهاي مدر را ادامه مي‌دهند يا بيماراني‌كه نارسايي كليوي دارند، مقدار اوليه
12/5 ـ 6/25 ميلي‌گرم 2 يا 3 بار در روزاست اين بيماران براي مراقبت از كاهش‌بيش از حد فشار خون حداقل يك ساعت‌پس از مصرف مقدار اوليه بايد تحت نظرباشند. بيشينه مقدار مصرف دربزرگسالان mg/day 150 است
كودكان مقدار اوليه mg/kg 0/3 سه بار درروز است كه بر حسب نياز هر 24 ـ 8ساعت به مقدار mg/kg 0/3 افزايش مي‌يابد.در نوزادان ابتدا mg/kg 0/01 دو يا سه باردر روز مصرف مي‌شود كه سپس برحسب نياز و تحمل بيمار تنظيم مي‌شود.براي بيماراني كه به علت درمان قبلي باداروهاي مدر، سديم و آب بدن آنها كاهش‌يافته بيماراني كه درمان با داروهاي مدررا ادامه مي‌دهند يا بيماراني كه نارسايي‌كليوي دارند، مقدار اوليه mg/kg 0/15 سه‌بار در روز خواهد بود.
اشكال دارويي
Tablet : 25 mg, 50 mg

CHLORTHALIDONE

موارد مصرف اين دارو در درمان خيز(ناشي از نارسايي احتقاني قلب سيروزكبدي همراه با آسيت درمان باكورتيكوستروئيدها و استروژن و نيزبعضي از حالات عيب كار كليه (از جمله‌سندرم نفروتيك گلومرولونفريت حاد ونارسايي مزمن كليه ، زيادي فشارخون (به‌تنهايي يا به عنوان درمان كمكي و همچنين‌درمان ديابت بي‌مزه (با منشا مركزي وكليوي مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك جذب كلرتاليدون پس ازمصرف خوراكي نسبت? سريع است پيوندكلرتاليدون به پروتئين زياد است اين داروبه‌صورت تغيير نيافته و تقريب? به‌طوركامل از طريق كليه‌ها دفع مي‌شود. نيمه‌عمر كلرتاليدون 50 ـ 35 ساعت مي‌باشد واثر مدري آن پس از 2 ساعت شروع‌مي‌شود. زمان لازم براي رسيدن به اوج اثردارو 2 ساعت و طول اثر آن 72 ـ 48 ساعت‌است اثر كاهنده فشارخون اين دارو پس از4 ـ 3 روز ممكن است ظاهر شود، ولي براي‌رسيدن به اثر مطلوب ممكن است تا 4 ـ 3هفته زمان لازم باشد.
موارد منع مصرف اين دارو در كمي شديدپتاسيم و سديم خون و زيادي شديد كلسيم‌خون عيب شديد كار كبد و كليه زيادي‌علامتي اوره خون و بيماري آديسون نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در صورت وجودبي‌ادراري يا عيب كار كليه يا عيب كار كبد،بايد با احتياط فراوان مصرف شود.
2 ـ اين دارو ممكن است سبب كاهش‌پتاسيم خون تشديد ديابت نقرس ولوپوس اريتماتوزسيستميك شود.
عوارض جانبي كمي فشارخون وضعيتي اختلالات خفيف گوارشي كاهش تواناييجنسي كمي پتاسيم منيزيم و سديم خون زيادي كلسيم خون آلكالوز همراه با كمي‌كلرور خون زيادي اسيد اوريك خون نقرس افزايش قند خون و غلظت كلسترول‌پلاسما، با مصرف دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌كلستيرامين با كلرتاليدون ممكن است‌جذب مدرهاي تيازيدي را مهار كند.مصرف همزمان گليكوزيدهاي ديژيتال باكلرتاليدون به علت بروز كمي پتاسيم‌خون ممكن است احتمال مسموميت باديژيتال را افزايش دهد. مصرف همزمان‌اين دارو با ليتيم به علت كاهش كليرانس‌كليوي ليتيم ممكن است سبب بروزمسموميت با ليتيم شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف اين داروحتي در صورت احساس بهبودي بايدادامه يابد.

2 ـ اين دارو زيادي فشارخون را درمان‌نمي‌كند، بلكه آن را كنترل مي‌نمايد. از اينرومصرف آن ممكن است تا آخر عمرضروري باشد.
3 ـ احتمال بروز كمي پتاسيم خون وجوددارد. بنابراين ممكن است مصرف پتاسيم‌اضافي در رژيم غذايي لازم باشد. بدون‌مشورت با پزشك رژيم غذايي نبايد تغييريابد.
4 ـ از مصرف ساير داروها، بخصوص‌داروهاي مقلد سمپاتيك كه نياز به نسخه‌ندارند، بايد خودداري شود.
5 ـ اگر برنامه مصرف يك بار در روز باشد،مصرف دارو صبحها هنگام برخاستن ازخواب توصيه مي‌شود تا اثر افزايش دفعات‌ادرار در طول شب به حداقل برسد.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان مدر، ابتدا
100 mg/day ـ 25 يا 200 ـ 100 ميلي‌گرم‌يك روز در ميان و به عنوان كاهنده‌فشارخون 100 mg/day ـ 25 (به‌صورت‌مقدار واحد) مصرف مي‌شود. به‌عنوان‌آنتي‌ديورتيك 100 mg/day مصرف‌مي‌شود و مقدار نگهدارنده آن نيز
50 mg/day است
كودكان مقدار 2 mg/kg/day به مدت 3 روزدر هفته مصرف مي‌شود كه اين مقدار براساس پاسخ بيمار تنظيم مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet : 100 mg

ENALAPRIL MALEATE

موارد مصرف اين دارو در درمان زيادي‌اوليه فشارخون به‌عنوان داروي كمكي‌نارسايي احتقاني قلب پيشگيري ازنارسايي علامتي قلبي و ايسكمي كرونر دربيماران مبتلا به اختلال عملكرد بطن چپ مصرف مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در بيماري‌كليوي ـ عروقي و تنگي آئورت نبايدمصرف شود.
فارماكوكينتيك جذب گوارشي انالاپريل‌حدود 60 درصد است اين دارو پس ازمتابوليسم به متابوليت فعال تبديل‌مي‌شود. اثر دارو پس از يكساعت شروع‌مي‌شود و پس از 6 ـ 4 ساعت به اوج خودمي‌رسد. اين دارو به ميزان 60 درصد ازراه كليه و 33 درصد از راه مدفوع دفع‌مي‌شود.
هشدارها: اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط فراوان مصرف شود:
سابقه آنژيوادم زيادي پتاسيم خون تنگي‌شريان كليه پيوند كليه و عيب كار كليه
عوارض جانبي كاهش فشارخون سرگيجه سردرد، تهوع (و گاهي استفراغ ،كرامپ عضلاني خشكي مداوم دهان ناراحتي در گلو، تغييرات صدا و حس‌چشائي التهاب مخاط دهان سوء هاضمه درد شكم عيب كار كليه افزايش پتاسيم‌خون آنژيوادم كهير، بثورات جلدي وحساسيت مفرط و اختلالات خوني بامصرف اين دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با داروهاي بيهوش كننده اثر كاهنده‌فشارخون را افزايش مي‌دهد. مصرف‌همزمان اين دارو با داروهاي ضد التهاب‌غير استروئيدي ممكن است اثر پايين‌آورنده فشارخون انالاپريل را كاهش داده‌و خطر نارسايي كليه را افزايش يابد. درصورت مصرف همزمان اين دارو باسيكلوسپورين خطر بروز زيادي پتاسيم‌خون افزايش مي‌يابد. در صورت مصرف‌همزمان انالاپريل با داروهاي مدرنگهدارنده پتاسيم و مكمل‌هاي پتاسيم احتمال بروز زيادي پتاسيم خون وجوددارد. همچنين داروهاي مدر ممكن است‌سبب افزايش اثر كاهنده فشارخون‌انالاپريل شوند. در صورت مصرف‌همزمان ليتيم با انالاپريل دفع ليتيم كاهش‌يافته و غلظت آن در پلاسما افزايش‌مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف اين داروحتي در صورت احساس بهبودي بايدادامه يابد.
2 ـ اين دارو افزايش فشارخون را درمان‌نمي‌كند، بلكه آن را كنترل مي‌نمايد. از اينرومصرف اين دارو ممكن است تا آخر عمرضروري باشد.
3 ـ از مصرف ساير داروها، بخصوص‌داروهاي مقلد سمپاتيك كه نياز به نسخه‌ندارند، بايد خودداري شود.

4 ـ طي مصرف اين دارو، رعايت رژيم‌غذايي و محدوديت مصرف سديم اهميت‌دارد.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان پايين آورنده‌فشارخون ابتدا 5 ميلي‌گرم يكبار در روزمصرف مي‌شود كه در صورت نياز، پس از1 يا 2 هفته بر اساس پاسخ بيمار تنظيم‌مي‌گردد. مقدار مصرف نگهدارنده mg/day40 ـ 10 به‌صورت مقدار واحد يا در 2 مقدارمنقسم مي‌باشد. براي بيماراني كه به علت‌درمان قبلي با داروهاي مدر، سديم و آب‌بدن آنها كاهش يافته بيماراني كه درمان باداروهاي مدر را ادامه مي‌دهند يا بيماراني‌كه نارسايي كليوي دارند، مقدار اوليه 2/5ميلي‌گرم بايد تجويز شود. براي كنترل‌فشارخون اين بيماران حداقل 2 ساعت پس‌از مصرف مقدار اوليه (و يك ساعت ديگرپس از تثبيت فشارخون بايد تحت نظارت‌باشند.
در نارسايي احتقاني قلب ابتدا مقدار 2/5ميلي‌گرم يك يا دو بار در روز مصرف‌مي‌شود. سپس مقدار مصرف پس از 2 ـ 1هفته بر اساس پاسخ باليني تنظيم مي‌گردد.مقدار مصرف نگهدارنده mg/day 20 ـ 5است كه به‌صورت مقدار واحد يا در 2مقدار منقسم مصرف مي‌شود.
در اختلال عملكرد بطن چپ 2/5 ميلي‌گرم2 بار در روز تا حداكثر mg/day 20 برحسب تحمل بيمار مصرف‌مي‌شود. هنگام تجويز مقدار اوليه بيمارباید به مدت حداقل 2 ساعت پس از مصرف‌دارو و يك ساعت ديگر پس از تثبيت‌فشارخون تحت نظارت باشد.
بيشينه مقدار مصرف در بزرگسالان تاmg/day 40 است
اشكال دارويي
Tablet : 5 mg, 20 mg

ETHACRYNIC ACID

موارد مصرف اسيد اتاكرينيك در درمان‌خيز (همراه با نارسايي احتقاني قلب سيروزكبدي و بيماري كليوي و كم ادراري ناشي‌از نارسايي كليوي مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك پيوند اسيداتاكرينيك به‌پروتئين زياد است متابوليسم اين داروكبدي است اثر دارو از راه خوراكي پس از30 دقيقه شروع مي‌شود. زمان لازم براي‌رسيدن به اوج اثر دارو، 2 ساعت و طول‌اثر آن 8 ـ 6 ساعت است اوج اثر كاهنده‌فشارخون اين دارو تا چند روز پس ازشروع درمان ظاهر نمي‌شود. اسيداتاكرينيك به ميزان 67 درصد از راه كليه و33 درصد از صفرا و مدفوع دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در نارسايي‌كليوي همراه با بي‌ادراري و همچنين‌حالات قبل از اغماء به علت سيروز كبدي‌نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط فراوان مصرف شود: ديابت شديد، نقرس شديد، نارسايي كبدي بزرگ شدن پروستات و پورفيري
2 ـ اين دارو ممكن است سبب بروز كمي‌پتاسيم و سديم خون شود.
3 ـ بيماران سالخورده ممكن است به‌اثرات اين دارو بر روي فشارخون والكتروليت‌ها حساستر باشند و با خطربروز كلاپس گردش خون و حملات‌ترومبوآمبولي رو به رو گردند.
عوارض جانبي كمي سديم خون كمي‌پتاسيم خون و كمي منيزيم خون آلكالوزناشي از كمي كلرور خون افزايش دفع‌كلسيم كاهش فشارخون تهوع اختلالات‌گوارشي افزايش اوره خون و نقرس افزايش قند خون افزايش موقت غلظت‌كلسترول وتري گليسريد پلاسما بامصرف اين دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان ليتيم‌با اسيد اتاكرينيك ممكن است موجب بروزمسموميت ناشي از ليتيم شود. احتمال‌بروز مسموميت گوشي و كليوي به‌ويژه‌در صورت وجود عيب كار كليه درصورت مصرف همزمان اسيد اتاكرينيك باساير داروهاي سمي براي كليه و گوش‌ممكن است افزايش يابد. در صورت‌مصرف همزمان داروهاي كاهنده پتاسيم‌خون با اين دارو، خطر بروز كمي شديدپتاسيم خون افزايش مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف اين داروحتي در صورت احساس بهبودي بايدادامه يابد.
2 ـ اين دارو زيادي فشارخون را درمان‌نمي‌كند، بلكه آن را كنترل مي‌نمايد. از اينرومصرف آن ممكن است تا آخر عمرضروري باشد.

3 ـ در طول مصرف اين دارو، احتمال بروزكمي پتاسيم خون وجود دارد. از اين رو ممكن است مصرف مكمل‌هاي پتاسيم‌ضروري باشد.
4 ـ در هنگام ايستادن به مدت طولاني انجام فعاليت بدني يا در هواي گرم به علت‌اثر كاهنده فشارخون در حالت ايستاده بايد احتياط شود.
5 ـ در صورتي كه برنامه مصرف دارو يك‌بار در روز باشد، به منظور جلوگيري ازتكرر ادرار در طول شب اين دارو بايدصبح مصرف شود.
6 ـ اگر اسيد اتاكرينيك به رژيم درماني‌زيادي فشار خون اضافه شود، به منظورجلوگيري از افت شديد فشارخون كاهش‌مقدار مصرف ساير داروهاي كاهنده‌فشارخون ممكن است ضروري باشد.
7 ـ در صورتي كه كم ادراري با حداكثرمصرف اين دارو به مدت 24 ساعت ادامه‌داشته باشد، توصيه مي‌شود مصرف داروقطع گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان ابتدا 100 mg/day ـ 50به‌صورت مقدار واحد يا در مقادير منقسم مصرف مي‌شود كه برحسب نياز50 mg/day ـ 25 به مقدار شروع اضافه‌مي‌شود. به‌عنوان مقدار نگهدارنده براساس نياز بيمار، معمولا 200 mg/day ـ 50مصرف مي‌شود. بيشينه مقدار مصرف تا400 mg/day است

كودكان ابتدا 25 mg/day مصرف مي‌شودكه برحسب نياز 25 mg/day به مقدارشروع اضافه مي‌شود و مقدار نگهدارنده‌اين دارو بر اساس نياز بيمار تنظيم‌مي‌گردد.

اشكال دارويي

Tablet : 50 mg

FUROSEMIDE

موارد مصرف فوروزمايد در درمان خيز(همراه با نارسايي احتقاني قلب سيروزكبدي و بيماري كليوي و كم ادراري ناشي‌از نارسايي كليوي و زيادي خفيف تامتوسط فشار خون و به‌عنوان داروي‌كمكي در درمان بحران زيادي فشارخون‌مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك تقريب? 70 ـ 60 درصدفوروزمايد پس از مصرف خوراكي جذب‌مي‌شود. غذا ممكن است سرعت جذب رابدون تغيير اثر مدري كم كند. پيوندفوروزمايد به پروتئين بسيار زياد است متابوليسم دارو كبدي است اثر دارو از راه‌خوراكي پس از 60 ـ 20 دقيقه و از راه‌تزريق وريدي پس از 5 دقيقه شروع‌مي‌شود. زمان لازم براي رسيدن به اوج اثرمدر دارو، از راه خوراكي 2 ـ 1 ساعت و ازراه وريدي طي 30 دقيقه است اوج اثركاهنده فشارخون اين دارو تا چند روز پس‌از شروع درمان ظاهر نمي‌شود. طول اثردارو از راه خوراكي 8 ـ 6 ساعت و از راه‌وريدي 2 ساعت است 88 درصدفوروزمايد از راه كليه و 12 درصد از راه‌صفرا و مدفوع دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در نارسايي‌كليوي همراه بي‌ادراري و همچنين حالات‌قبل از اغماء ناشي از سيروز كبدي نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط فراوان مصرف شود:
ديابت شديد، نقرس شديد، نارسايي كبدي بزرگ شدن پروستات و پورفيري
2 ـ اين دارو ممكن است سبب بروز كمي‌پتاسيم و سديم خون شود.
3 ـ بيماران سالخورده ممكن است به‌اثرات اين دارو بر روي فشارخون والكتروليت‌ها حساستر بوده و در معرض‌خطر بروز كلاپس گردش خون و حملات‌ترومبوآمبولي باشند.
عوارض جانبي كمي سديم خون كمي‌پتاسيم خون و كمي منيزيم خون آلكالوزناشي از كمي كلرور خون افزايش دفع‌كلسيم كاهش فشارخون تهوع اختلالات‌گوارشي افزايش اوره خون و نقرس افزايش قند خون افزايش موقت غلظت‌كلسترول و تري گليسريد پلاسما بامصرف اين دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان ليتيم‌با فوروزمايد ممكن است موجب بروزمسموميت ناشي از ليتيم شود. احتمال‌بروز مسموميت گوشي و كليوي به‌ويژه‌در صورت وجود عيب كار كليه درصورت مصرف همزمان فوروزمايد باساير داروهاي سمي براي كليه و گوش‌ممكن است افزايش يابد. در صورت‌مصرف همزمان داروهاي كاهنده پتاسيم‌خون با اين دارو،

خطر بروز كمي شديدپتاسيم خون افزايش مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف اين داروحتي در صورت احساس بهبودي بايدادامه يابد.
2 ـ اين دارو افزايش فشارخون را درمان‌نمي‌كند، بلكه آن را كنترل مي‌نمايد. از اينرومصرف اين دارو ممكن است تا آخر عمرضروري باشد.
3 ـ در طول مصرف اين دارو، احتمال بروزكمي پتاسيم خون وجود دارد. از اينروممكن است مصرف مكمل‌هاي پتاسيم‌ضروري باشد.
4 ـ در هنگام ايستادن به مدت طولاني انجام فعاليت جسماني يا در هواي گرم به‌علت اثر كاهنده فشارخون در حالت‌ايستاده بايد احتياط شود.
5 ـ به‌عنوان پايين آورنده فشارخون ازمصرف ساير داروها بخصوص داروهاي‌مقلد سمپاتيك كه نياز به نسخه پزشك‌ندارند، بايد خودداري شود.
6 ـ اگر برنامه مصرف دارو يكبار در روزباشد، به منظور جلوگيري از تكرر ادرار درطول شب اين دارو بايد صبح مصرف‌شود.
7 ـ اگر فوروزمايد به رژيم درماني‌فشارخون اضافه شود، به منظورجلوگيري از افت شديد آن كاهش مقدارمصرف ساير داروهاي كاهنده فشارخون‌ممكن است ضروري باشد.
8 ـ اگر كم ادراري با حداكثر مصرف اين‌دارو به مدت 24 ساعت ادامه داشته باشد،توصيه مي‌شود مصرف دارو قطع شود.
9 ـ احتمال بروز حساسيت به نور بامصرف فوروزمايد وجود دارد. از تماس‌بيش از حد با نور خورشيد بايد خودداري‌شود.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان در درمان بي‌ادراري ابتدا
80 ـ 20 ميلي‌گرم به‌صورت مقدار واحدمصرف مي‌شود كه سپس هر 8 ـ 6 ساعت‌مقدار 40 ـ 20 ميلي‌گرم به مقدار مصرف‌اضافه مي‌شود تا پاسخ مطلوب حاصل‌شود. مقدار نگهدارنده اين دارو به‌صورت‌مقدار واحد يا در 3 ـ 2 مقدار منقسم يك‌روز در ميان يا 4 ـ 2 روز متوالي روزي‌يك بار در هفته تجويز مي‌شود. به‌عنوان‌كاهنده فشارخون ابتدا 40 ميلي گرم 2 باردر روز و سپس مقدار مصرف بر اساس‌پاسخ بيمار تنظيم مي‌شود. بيشينه مقدارمصرف تا 60 mg/day است
كودكان ابتدا 2 mg/kg به‌صورت مقدارواحد مصرف مي‌شود و سپس هر 8 ـ 6ساعت 2 mg/kg ـ 1 به آن افزوده مي‌شود تاپاسخ مطلوب بدست آيد.
تزريقي
بزرگسالان ابتدا 40 ـ 20 ميلي‌گرم‌به‌صورت مقدار واحد تزريق عضلاني ياوريدي مي‌شود و سپس هر 2 ساعت تاحصول پاسخ كافي مقدار 20

ميلي‌گرم‌افزوده مي‌شود. مقدار نگهدارنده بر اساس‌اندازه‌گيري غلظت سرمي تعيين مي‌شود (1يا 2 بار در روز). در خيز حاد ريوي (بدون‌بحران زيادي فشارخون به‌عنوان مقدارشروع 40 ميلي‌گرم تزريق وريدي مي‌شودو در صورت عدم پاسخ كافي مجدد؟ پس ازيكساعت 80 ميلي‌گرم تزريق مي‌شود.به‌عنوان كاهنده فشارخون در بحران‌زيادي فشار خون در بزرگسالاني كه كليه‌سالم دارند 80 ـ 40 ميلي‌گرم و در بحران‌زيادي فشار خون همراه با خيز ريوي يانارسايي حاد كليوي مقدار 200 ـ 100ميلي‌گرم به‌صورت وريدي تزريق‌مي‌شود.
كودكان ابتدا 1 mg/kg به‌صورت مقدارواحد تزريق عضلاني يا وريدي مي‌شود وهر 2 ساعت 1 mg/lkg به مقدار مصرف‌افزوده مي‌شود تا پاسخ مناسب حاصل‌شود.
اشكال دارويي
Tablet : 40 mg
Injection : 20 mg/2 ml, 250 mg / 25 m

HYDROCHLOROTHIAZIDE

موارد مصرف اين دارو در درمان خيز(ناشي از نارسايي احتقاني قلب سيروزكبدي همراه با آسيت درمان باكورتيكوستروئيدها و استروژن و نيزبعضي از حالات عيب كار كليه (از جمله‌سندرم نفروتيك گلومرولونفريت حاد ونارسايي مزمن كليه ، زيادي فشارخون (به‌تنهايي يا به عنوان درمان كمكي و همچنين‌درمان ديابت بي‌مزه (با منشا مركزي وكليوي مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك جذب هيدروكلروتيازيدپس از مصرف خوراكي نسبت? سريع است اين دارو به‌صورت تغيير نيافته و تقريب?به‌طور كامل از طريق كليه‌ها دفع مي‌شود.نيمه عمر هيدروكلروتيازيد 14/8 ـ 5/6ساعت مي‌باشد و اثر مدري آن پس از 2ساعت شروع مي‌شود. زمان لازم براي‌رسيدن به اوج اثر دارو 4 ساعت و طول اثرآن 12 ـ 6 ساعت است اثر كاهنده‌فشارخون اين دارو پس از 4 ـ 3 روز ممكن‌است ظاهر شود، ولي براي رسيدن به اثرمطلوب ممكن است تا 4 ـ 3 هفته زمان لازم‌باشد.
موارد منع مصرف اين دارو در كمي شديدپتاسيم و سديم خون و زيادي شديد كلسيم‌خون عيب شديد كار كبد و كليه زيادي‌علامتي اوره خون و بيماري آديسون نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در صورت وجودبي‌ادراري يا عيب كار كليه يا كبد، بايد بااحتياط فراوان مصرف شود.
2 ـ اين دارو ممكن است سبب كاهش‌پتاسيم خون تشديد ديابت نقرس ولوپوس اريتماتوزسيستميك شود.
عوارض جانبي كاهش فشارخون‌وضعيتي اختلالات خفيف گوارشي كاهش توانايي جنسي كمي پتاسيم منيزيم‌و سديم خون زيادي كلسيم خون آلكالوزهمراه كمي كلرور خون زيادي اسيداوريك خون نقرس افزايش قند خون وكلسترول پلاسما با مصرف دارو گزارش‌شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌كلستيرامين با هيدروكلروتيازيد
ممكن است جذب آن را مهار كند.
مصرف همزمان گليكوزيدهاي ديژيتال
با هيدروكلروتيازيد، به علت بروز
كمي پتاسيم خون ممكن است احتمال‌مسموميت با ديژيتال را افزايش دهد.مصرف همزمان اين دارو با ليتيم
به علت كاهش كليرانس كليوي ليتيم
ممكن است سبب بروز مسموميت با ليتيم‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو زيادي‌فشارخون را درمان نمي‌كند، بلكه آن

راكنترل مي‌نمايد. از اينرو مصرف اين دارومممكن است تا آخر عمر ضروري باشد.
2 ـ احتمال بروز كمي پتاسيم خون وجوددارد. بنابراين ممكن است مصرف پتاسيم‌اضافي در رژيم غذايي لازم باشد. بدون‌مشورت با پزشك رژيم غذايي نبايد تغييريابد.
3 ـ از مصرف ساير داروها، بخصوص‌داروهاي مقلد سمپاتيك كه نياز به نسخه‌ندارند، بايد خودداري شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان مدر و آنتي ديورتيك‌در بزرگسالان 100 ـ 25 ميلي‌گرم 1 يا 2بار در روز، يك روز در ميان يا يك بار درروز به مدت 5 ـ 3 روز در هفته مصرف‌شود. به‌عنوان كاهنده فشارخون
100 mg/day ـ 25 به‌صورت مقدار واحد يادر 2 مقدار منقسم مصرف مي‌شود كه اين‌مقدار بر اساس پاسخ بيمار تنظيم مي‌گردد.
كودكان مقدار 2 mg/kg/day ـ 1 به‌صورت‌مقدار واحد يا در 2 مقدار منقسم مصرف‌مي‌شود كه اين مقدار بر اساس پاسخ بيمارتنظيم مي‌گردد.
اشكال دارويي
Tablet : 50 mg

MANNITOL

موارد مصرف مانيتول به‌عنوان داروي‌كمكي براي پيشگيري از بروز نكروز حادتوبولار يا درمان كم ادراري در نارسايي‌حاد كليه در درمان خيز مغزي و افزايش‌فشار داخل جمجمه و فشار داخل چشم تسريع دفع ادراري مواد سمي و جلوگيري‌از آسيب كليوي ناشي از آنها و همچنين‌براي پيشگيري از همورديااليز و افزايش‌هموگلوبين آزاد خون در طي عمل جراحي‌برداشتن پروستات از راه پيشابراه‌مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك مانيتول در بخش خارج‌سلولي باقي مي‌ماند. متابوليسم اين دارودر كبد بسيار ناچيز است نيمه عمرمانيتول تقريب? 100 دقيقه است كه درنارسايي حاد كليه به 36 ساعت مي‌رسد.زمان لازم براي شروع اثر مدر آن 3 ـ 1ساعت و براي كاهش فشار مايع مغزي ـنخاعي و فشار داخل چشم 15 دقيقه پس ازشروع انفوزيون است اوج اثر كاهنده‌فشار داخل چشم 60 ـ 30 دقيقه پس ازانفوزيون مي‌باشد. طول اثر كاهنده فشارمايع مغزي ـ نخاعي 8 ـ 3 ساعت پس از قطع‌انفوزيون و طول اثر كاهنده فشار داخل‌چشم 8 ـ 4 ساعت است دفع دارو كليوي‌است
موارد منع مصرف اين دارو در نارسايي‌احتقاني قلب خيز ريوي بي‌ادراري همراه‌با نكروز حاد كليوي دهيدراسيون شديد وخونريزي جمجمه نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در صورت عيب‌شديد كار قلب و كليه بايد با احتياط فراوان‌مصرف شود.
2 ـ نشت دارو از رگ به بافت‌هاي اطراف سبب بروز التهاب و ترومبوفلبيت
مي‌شود.
عوارض جانبي شديدترين عارضه جانبي‌مانيتول بر هم خوردن تعادل آب والكتروليت است تجويز سريع مقادير زيادآن ممكن است منجر به تجمع مانيتول افزايش بيش از حد مايع خارج سلولي كمي‌سديم خون گاهي زيادي پتاسيم خون وافزايش بار گردش خون مي‌شود.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان باديگوكسين ممكن است احتمال بروزمسموميت با ديگوكسين را به علت كاهش‌پتاسيم خون افزايش دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ محلول مانيتول فقطبايد از راه انفوزيون وريدي مصرف شود.
2 ـ محلول مانيتول با غلظت 15 درصد وبيشتر در دماهاي پايين تمايل به تشكيل‌بلور دارد، لذا ست انفوزيون مانيتول درهنگام تجويز اين غلظت بايد داراي صافي‌باشد.

3 ـ در صورت نياز به مصرف اين دارو دربيماران مبتلا به كم ادراري يا بي‌كفايتي كاركليه توصيه مي‌شود قبل از شروع درمان‌يك مقدار آزمايشي معادل 200 mg/kgبه‌صورت محلول 20 ـ 10 درصد طي مدت5 ـ 3 دقيقه انفوزيون وريدي شود. درصورت عدم حصول پاسخ مطلوب درمان‌با مانيتول را نبايد آغاز نمود.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان مدر، مقدار 100 ـ 50گرم به‌صورت محلول 25 ـ 5 درصدانفوزيون وريدي مي‌شود. سرعت‌انفوزيون بايد طوري تنظيم شود كه ميزان‌دفع ادرار حداقل 50 ml/hr ـ 30 باشد. دردرمان خيز مغزي افزايش فشار داخل‌جمجمه و گلوكوم 2 g/kg ـ 0/25 به‌صورت‌محلول 25 ـ 15 درصد طي 60 ـ 30 دقيقه‌انفوزيون مي‌شود. براي دفع مواد سمي مقدار 200 ـ 50 گرم به‌صورت محلول
25 ـ 5 درصد با سرعتي كه ميزان دفع ادرارحداقل به 500 ml/hr ـ 100 برسد، انفوزيون‌وريدي شود.
كودكان به‌عنوان مدر، 2 g/kg ـ 0/25به‌صورت محلول 20 ـ 15 درصد طي 6 ـ 2ساعت براي درمان خيز مغزي افزايش‌فشار داخل جمجمه و گلوكوم 2 g/kg ـ 1به‌صورت محلول 20 ـ 15 درصد طي
60 ـ 30 دقيقه و براي دفع مواد سمي حداكثر 2 g/kg به‌صورت محلول 10 ـ 5درصد انفوزيون وريدي مي‌شود.
اشكال دارويي
Infusion : 10% , 20%

SPIRONOLACTONE

موارد مصرف اين دارو به‌عنوان داروي‌كمكي در كنترل حالات خيزدار (مانندنارسايي احتقاني قلب سيروز كبدي سندرم نفروتيك كه اغلب با زيادي ثانويه‌آلدوسترون همراه است و خيز بدون علت‌مشخص و به‌عنوان داروي كمكي دردرمان زيادي فشار خون همراه با افزايش‌آلدوسترون يا بدون آن به‌ويژه درمواردي كه نياز به يك مدر نگهدارنده‌پتاسيم باشد، مصرف مي‌شود.اسپيرونولاكتون براي تشخيص و درمان‌افزايش اوليه آلدوسترون و پيشگيري يادرمان كمي پتاسيم خون (در بيماراني كه‌ساير اقدامات كافي نباشد) مصرف‌مي‌شود. اين دارو در درمان پرمويي بدن‌در زنان نيز مورد استفاده قرار گرفته‌است
فارماكوكينتيك اين دارو بخوبي پس ازمصرف خوراكي از مجراي گوارش جذب‌مي‌شود و فراهمي زيستي آن نيز بيش از90 درصد است پيوند اين دارو به پروتئين‌بيش از 90 درصد است متابوليسم اين‌دارو كبدي است اثر آن پس از 4 ـ 2 ساعت با مصرف مقدار واحد) شروع مي‌شود.زمان لازم براي رسيدن به اوج اثر بامصرف مقادير متعدد 3 ـ 2 روز است اسپيرونولاكتون به‌صورت متابوليت دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در زيادي‌پتاسيم خون كمي سديم خون عيب شديدكار كليه و بيماري آديسون نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد زير بايد با احتياطفراوان مصرف شود:
بي‌ادراري يا عيب كار كليه افراد مبتلا به‌ديابت و بيماري كليوي عيب كار كبد.
2 ـ بيماراني كه شديد? بد حال هستند ياحجم ادرار آنها كم است بيشتر در معرض‌خطر زيادي پتاسيم خون هستند.
3 ـ در بيماران سالخورده خطر بروززيادي پتاسيم خون افزايش مي‌يابد.
عوارض جانبي اختلالات گوارشي كاهش‌توانايي جنسي بزرگ شدن پستانها،بي‌نظمي قاعدگي كسالت سردرد،اغتشاش شعور، بثورات جلدي افزايش‌پتاسيم خون كاهش سديم خون مسموميت كبدي و نرمي استخوان بامصرف اين دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با داروهاي نگهدارنده پتاسيم سيكلوسپورين مكمل‌هاي پتاسيم وداروهاي مهاركننده آنزيم مبدل‌آنژيوتانسين ممكن است منجر به زيادي‌پتاسيم خون شود. اثرات ضد انعقادي‌هپارين در صورت مصرف همزمان بااسپيرونولاكتون ممكن است كاهش يابد.مصرف همزمان اين دارو با ليتيم به علت‌كاهش كليرانس كليوي ليتيم ممكن است‌سبب بروز مسموميت با ليتيم شود.اسپيرونولاكتون

ممكن است نيمه عمرديگوكسين را افزايش دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف اين داروحتي در صورت احساس بهبودي بايدادامه يابد.
2 ـ اين دارو زيادي فشارخون را درمان‌نمي‌كند، بلكه آن را كنترل مي‌نمايد. از اينرومصرف اين دارو ممكن است تا آخر عمرضروري باشد.
3 ـ از مصرف ساير داروها، بخصوص‌داروهاي مقلد سمپاتيك كه نياز به نسخه‌ندارند، بايد خودداري شود.
4 ـ اگر دارو يك بار در روز به‌صورت‌مقدار واحد مصرف مي‌شود، براي اجتناب‌از افزايش دفعات دفع ادرار در طول شب بهتر است صبحها مصرف گردد.
5 ـ به منظور كاهش تحريك گوارشي واحتمالا كمك به افزايش فراهمي زيستي‌دارو، بهتر است دارو با غذا يا پس از آن‌مصرف شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان مدر در خيز ناشي ازنارسايي احتقاني قلب سيروز كبدي ياسندرم نفروتيك در بزرگسالان ابتدا200 mg/day ـ 25 در 4 ـ 2 مقدار منقسم به‌مدت حداقل 5 روز مصرف مي‌شود.به‌عنوان مقدار نگهدارنده
400 ـ 75 ميلي‌گرم در 4 ـ 2 مقدار منقسم‌مصرف مي‌شود. در درمان افزايش‌فشارخون در بزرگسالان ابتدا
100 mg/day ـ 50 به‌صورت مقدار واحد يادر 4 ـ 2 مقدار منقسم به مدت حداقل 2 هفته‌مصرف مي‌شود. سپس مقدار مصرف هر2 هفته يك بار بر حسب نياز تنظيم مي‌شودتا به 200 mg/day برسد. در درمان كمي‌پتاسيم خون ناشي از مصرف ساير مدرهادر بزرگسالان mg/day 100 ـ 25 به‌صورت‌مقدار واحد يا در 4 ـ 2 مقدار منقسم به‌عنوان داروي كمكي در تشخيص زيادي‌اوليه آلدوسترون در آزمون طولاني مدت 400 mg/day به مدت 4 ـ 3 هفته در آزمون‌كوتاه مدت 400 ميلي‌گرم به مدت 4 روز وبه‌عنوان آنتاگونيست آلدوسترون
400 ـ 100 ميلي‌گرم در 4 ـ 2 مقدار منقسم‌مصرف مي‌شود.
كودكان به‌عنوان مدر يا كاهنده فشارخون‌در درمان خيز، آسيت يا زيادي فشارخون‌مقدار شروع 3 mg/kg ـ 1 در روز است كه‌به‌صورت مقدار واحد يا در 4 ـ 2 مقدارمنقسم مصرف مي‌شود. پس از 5 روزمقدار مصرف مجدد؟ تنظيم مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet : 25 mg

موارد مصرف اين تركيب دارويي به‌عنوان‌داروي كمكي در كنترل حالات خيزدار(مانند نارسايي احتقاني قلب سيروزكبدي سندرم نفروتيك خيرناشي ازكورتيكوستروئيدها و خيز با علت‌نامشخص ، در درمان زيادي فشارخون به‌ويژه در مواردي كه نياز به يك مدرنگهدارنده پتاسيم باشد) و همچنين دردرمان كمي پتاسيم خون ناشي از مصرف‌داروهاي مدر در افراد مبتلا به زيادي‌فشارخون (در صورتي كه ساير تدابيرمفيد يا كافي نباشند) مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك تريامترن بسرعت ولي‌ناقص از مجراي گوارش جذب مي‌شود،(70 ـ 30 درصد). پيوند تريامترن به‌پروتئين متوسط است و متابوليسم آن‌كبدي است نيمه عمر تريامترن در افراد باكليه سالم 120 ـ 90 دقيقه و در عيب كاركليه 10 ساعت مي‌باشد. زمان لازم براي‌شروع اثر دارو به‌عنوان مدر 4 ـ 2 ساعت وزمان لازم براي رسيدن به اوج غلظت‌تريامترن 4 ـ 2 ساعت است زمان لازم‌براي رسيدن به اوج اثر با مصرف مقاديرمتعدد يك يا چند روز است طول اثرتريامترن 9 ـ 7 ساعت مي‌باشد. تريامترن‌به‌طور عمده از طريق صفرا دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در نارسايي‌كليه و افزايش پتاسيم خون نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد زير، اين دارو بايد بااحتياط فراوان مصرف شود:
بي‌ادراري يا عيب كار كليه افراد مبتلا به‌ديابت و بيماري كليوي يا عيب كار كبد.
2 ـ بيماراني كه شديد؟ بد حال هستند
يا حجم ادرار آنها كم است بيشتر
در معرض خطر زيادي پتاسيم خون‌هستند.
عوارض جانبي اختلالات گوارشي خشكي‌دهان بثورات جلدي كاهش مختصر درفشارخون افزايش پتاسيم خون وحساسيت به نور با مصرف تريامترن‌گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با داروهاي مهاركننده آنزيم مبدل‌آنژيوتانسين ممكن است منجر به افزايش‌پتاسيم خون شود و اثر كاهنده فشارخون‌افزايش يابد. مصرف همزمان اين دارو باليتيم به علت كاهش كليرانس كليوي ليتيم ممكن است سبب بروز مسموميت با ليتيم‌شود. خطر بالا رفتن پتاسيم خون بامصرف همزمان اين دارو با مكمل‌هاي‌حاوي پتاسيم و سيكلوسپورين افزايش‌مي‌يابد. اثرات ضد انعقادي هپارين درصورت مصرف همزمان با اين دارو ممكن‌است كاهش

يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف اين داروحتي در صورت احساس بهبودي بايدادامه يابد.
2 ـ اين دارو زيادي فشارخون را درمان‌نمي‌كند، بلكه آن را كنترل مي‌نمايد. از اينرومصرف آن ممكن است تا آخر عمرضروري باشد.
3 ـ احتمال بروز كمي يا زيادي پتاسيم‌خون وجود دارد. بنابراين ممكن است‌پي‌گيري ميزان پتاسيم در رژيم غذايي لازم‌باشد.
4 ـ از مصرف ساير داروها، بخصوص‌داروهاي مقلد سمپاتيك كه نياز به نسخه‌ندارند، بايد خودداري شود.
مقدار مصرف به‌عنوان مدر و پايين آورنده‌فشار خون در بزرگسالان 2 ـ 1 قرص درروز تجويز مي‌شود. مقدار نگهدارنده براي‌بعضي از بيماران يك قرص در روز يا يك‌روز در ميان مي‌باشد.
اشكال دارويي
+ Tablet : Triamterene 50 mg
Hydrochlorothiazide 25 mg

موارد مصرف اين دارو در درمان زيادي‌چربي خون در بيماراني كه به درمان بارژيم غذايي پاسخ كافي نمي‌دهند، مصرف‌مي‌شود. اين دارو همچنين براي پيشگيري‌اوليه از بيماري عروق كرونر قلب درمردان مسن مبتلا به زيادي چربي خون‌به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: جم فيبروزيل از غلظت‌پلاسمايي تري‌گليسريد (VLDL) كاسته وغلظت پلاسمايي HDL را افزايش مي‌دهد.اگر چه اين دارو ممكن است ميزان‌كلسترول تام و ليپوپروتئين با دانسيته كم LDL) را اندكي كاهش ولي مصرف آن دربيماران با تري‌گليسريد بالا همراه با زيادي‌چربي خون نوع IV، اغلب منجر به افزايش‌قابل توجه مقدار LDL مي‌شود. اين دارو‌ممكن است باعث مهار ليپوليز محيطي كاهش برداشت كبدي اسيدهاي چرب آزادو كاهش ساخت گليسريدهاي كبدي مهارساخت آپوليپوپروتئين B كه حامل VLDLاست و افزايش كليرانس آن و در نتيجه‌كاهش ساخت VLDL گردد.
فارماكوكينتيك اين دارو از مجراي گوارش‌بخوبي جذب مي‌شود. متابوليسم جم‌فيبروزيل كبدي است نيمه عمر دارو پس‌از مصرف مقدار واحد، 1/5 ساعت و پس ازمصرف مقادير متعدد، 1/3 ساعت است زمان لازم براي رسيدن به اوج غلظت 2 ـ 1ساعت است اثر اين دارو در كاهش غلظتVLDL پلاسما، پس از 5 ـ 2 روز شروع‌مي‌شود. زمان لازم براي رسيدن به اوج اثركاهش غلظت VLDL پلاسما 4 هفته است دفع دارو عمدت? از كليه است
موارد منع مصرف اين دارو در بيماران‌مبتلا به عيب كار كبد و سنگهاي صفراوي‌نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در بيماران مبتلا به‌عيب كار كليه بايد با احتياط فراوان‌مصرف شود.
2 ـ تعيين غلظت كلسترول و تري گليسريد،شمارش كامل سلولهاي خون و آزمونهاي‌كار كبد، قبل از شروع درمان دراز مدت‌ضروري است
3 ـ اگر پس از سه ماه درمان پاسخ كافي‌بدست نيايد يا نتايج حاصل از آزمونهاي‌كار كبد، افزايش يا اختلال قابل توجهي رانشان دهند يا در صورت تشخيص‌سنگهاي صفراوي و تشخيص يا حدس‌ايجاد ميوزيت مصرف جم فيبروزيل بايدقطع شود. در اين موارد، توصيه مي‌شودبه منظور كاهش چربي خون از يك رژيم‌غذايي مناسب استفاده شود تا وضعيت‌بيمار تثبيت شود.
عوارض جانبي اختلالات گوارشي بثورات‌جلدي درماتيت خارش كهير،

ضعف‌جنسي سردرد، سرگيجه تاري ديد، يرقان‌انسدادي آنژيوادم خيز حنجره فيبريلاسيون دهليزي التهاب لوزالمعده مياستني گراو، رابدوميوليز، دردناك شدن‌اندام‌هاي انتهايي ميالژي همراه با افزايش‌در كرآتين كيناز با مصرف اين داروگزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌داروهاي ضد انعقاد خوراكي با جم‌فيبروزيل ممكن است اثر ضد انعقادي اين‌داروها را به‌طور قابل توجهي افزايش دهد.مصرف همزمان لوواستاتين با جم‌فيبروزيل ممكن است با افزايش خطررابدوميوليز، افزايش قابل توجه در غلظت‌كرآتين كيناز و وجود ميوگلوبين در ادراركه منجر به نارسايي حاد كليه مي‌شود،همراه باشد.
نكات قابل توصيه 1 ـ رعايت رژيم غذايي‌مناسب بر درمان با دارو ارجحيت دارد.
2 ـ قبل از قطع مصرف دارو، تماس باپزشك ضروري است زيرا غلظت چربي‌خون ممكن است به ميزان قابل توجهي‌افزايش يابد.
مقدار مصرف در بزگسالان g/day 1/2 دردو مقدار منقسم 30 دقيقه قبل از صبحانه‌و شام مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Capsule : 300 mg

HYDRALAZINE HCl

موارد مصرف هيدرالازين براي درمان‌زيادي متوسط تا شديد فشارخون به‌كارمي‌رود.
مكانيسم اثر: اثر عمده اين دارو،
گشاد كردن شريانچه‌ها است ولي اثر
كمي نيز بر وريدها دارد. اين دارو موجب‌كاهش مقاومت محيطي مي‌گردد و همچنين‌موجب افزايش برون ده قلبي كاهش‌مقاومت سيستميك و كاهش بار قلب‌مي‌شود.
فارماكوكينتيك هيدرالازين پس از مصرف‌خوراكي بخوبي جذب مي‌شود، ولي‌متابوليسم عبور اول كبدي دارد. پيونددارو به پروتئين زياد است متابوليسم اين‌دارو كبدي است نيمه عمر هيدرالازين
7 ـ 3 ساعت است كه در نارسايي كليه‌افزايش مي‌يابد. اثر دارو از راه خوراكي‌پس از 45 دقيقه و از راه وريدي پس از
20 ـ 10 دقيقه شروع مي‌شود. زمان لازم‌براي رسيدن به اوج اثر از راه وريدي
30 ـ 15 دقيقه و از راه خوراكي 2 ـ 1 ساعت‌است طول اثر دارو از راه خوراكي ياوريدي 8 ـ 3 ساعت است دفع اين داروكليوي است
موارد منع مصرف اين دارو در مواردلوپوس اريتماتوز سيستميك ايديوپاتيك برادي كاردي شديد، نارسايي قلبي بابرون‌ده بالا، بي‌كفايتي عضله قلب ناشي ازانسداد مكانيكي پورفيري و آنوريسم‌آئورت نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط فراوان مصرف شود:
بيماري شريان كرونر، بيماري‌روماتيسمي قلب و بيماري عروق مغزي
2 ـ مقدار مصرف اوليه اين دارو در بيماران‌مبتلا به عيب كار كليه بايد كاهش
يابد.
3 ـ حتي با مصرف مقادير كم هيدرالازين كاهش بسيار سريع فشارخون ممكن است‌بروز كند.
4 ـ به منظور جلوگيري از بروز زيادي‌ناگهاني فشارخون مصرف دارو پس ازخاتمه درمان بايد بتدريج قطع شود.
عوارض جانبي تاكي كاردي احتباس‌مايعات تهوع و استفراغ سردرد، سندرم‌لوپوس اريتماتوز سيستميك (با مصرف‌مقادير بيش از mg/day 100 به مدت‌طولاني ، بثورات جلدي تب تغيير درشمارش سلولهاي خوني نوريت محيطي واختلالات خوني با مصرف اين داروگزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي اثر ديازوكساید درصورت مصرف همزمان با

هيدرالازين‌ممكن است تشديد شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف دارو حتي
در صورت احساس بهبودي بايد ادامه‌يابد.
2 ـ اين دارو زيادي فشارخون را درمان‌نمي‌كند، بلكه آن را كنترل مي‌نمايد. از اينرو،مصرف آن ممكن است تا آخر عمرضروري باشد.
3 ـ از مصرف ساير داروها، به‌ويژه‌داروهاي مقلد سمپاتيك كه نياز به نسخه‌ندارند، بايد خودداري شود.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان به‌عنوان پايين آورنده‌فشارخون ابتدا 10 ميلي‌گرم 4 بار در روزبراي 4 ـ 2 روز اول و سپس 25 ميلي‌گرم‌براي بقيه روزهاي هفته مصرف مي‌شود.به‌عنوان مقدار نگهدارنده 50 ميلي‌گرم 4بار در روز در هفته دوم مصرف مي‌شودكه تا كمترين مقدار مصرف موثر تنظيم‌مي‌شود.
كودكان به‌عنوان پايين آورنده فشارخون mg/kg/day 0/75 در 4 ـ 2 مقدار منقسم‌مصرف مي‌شود. سپس مقدار مصرف‌دارو، برحسب نياز بيمار طي 4 ـ 1 هفته‌بتدريج تا حداكثر mg/kg/day 7/5 افزايش‌مي‌يابد.
تزريقي
بزرگسالان به‌عنوان پايين آورنده‌فشارخون مقدار 40 ـ 10 ميلي‌گرم تزريق‌عضلاني يا وريدي مي‌شود كه برحسب‌نياز، اين مقدار تكرار مي‌گردد.
كودكان به‌عنوان پايين آورنده فشارخون mg/kg/day 3/5 ـ 1/7 در 6 ـ 4 مقدار منقسم‌تزريق عضلاني يا وريدي مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet : 10 mg, 25 mg, 50 mg
Injection : 20 mg

ISOXSUPRINE

موارد مصرف اين دارو براي تسكين علائم‌ناشي از نارسايي عروق مغزي درمان‌اختلالات عروق محيطي ناشي از تصلب‌شرائين سندرم رينود، تعويق زايمان‌زودرس و در درمان قاعدگي دردناك‌تجويز مي‌شود.
مكانيسم اثر: ايزوكسوپرين يك مسددگيرنده آلفا ـ آدرنرژيك و تحريك كننده‌گيرنده بتا ـ آدرنرژيك است به‌نظرمي‌رسد كه اثر آن بر عضلات صاف عروق‌يك اثر مستقيم باشد. دارو توانايي شل‌كردن عضلات صاف رحم را نيز دارد.
فارماكوكينتيك از دستگاه گوارش به
خوبي جذب مي‌شود. نيمه عمر آن حدوديكساعت است و عمدت? از راه ادرار دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف در موارد تعويق زايمان‌زودرس در شرايط وجود اختلالات قلبي خصوص? وجود آريتمي ، پركاري‌تيروئيد، عفونت داخل رحمي مرگ جنين‌در داخل رحم اكلامپسي پره اكلامپسي وزيادي فشارخون ريوي نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود بيماري‌شديد عروق مغزي و در مواردي كه فردمبتلا به زايمان زودرس ديابت يا پره‌اكلامپسي خفيف تا متوسط داشته باشد،اختلالات انعقادي خون انفاركتوس‌ميوكارد اخير و گلوكوم بايد با احتياطفراوان تجويز شود.
عوارض جانبي ادم ريوي كمي فشارخون تاكي‌كاردي درد قفسه سينه تهوع استفراغ ضعف گيجي و بثورات پوستي‌از عوارض جانبي دارو هستند.
نكات قابل توصيه 1 ـ قطع مصرف داروبايد با احتياط صورت گيرد.
2 ـ براي اجتناب از تحريك دستگاه گوارش‌اين دارو بايد بعد يا همراه غذا مصرف‌شود.
3 ـ تغيير از وضعيت خوابيده به نشسته يايستاده بايد به آهستگي صورت گيرد.
مقدار مصرف در بزرگسالان 20 ـ 10ميلي‌گرم 4 ـ 3 بار در روز مصرف‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet : 10 mg

LIDOCAINE HCl

موارد مصرف اين دارو در درمان آريتمي‌بطني به‌ويژه پس از سكته قلبي مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: ليدوكائين با اثر مستقيم بربافت بخصوص شبكه پوركنژ (بدون‌دخالت سيستم اعصاب خودكار)، سبب‌كاهش دپولاريزاسيون خودكاري وتحريك پذيري بطن طي مرحله دياستوليك‌مي‌شود.
فارماكوكينتيك پس از تزريق عضلاني تقريب? به‌طور كامل جذب مي‌شود.ليدوكائين بسرعت در بدن توزيع مي‌يابد.90 درصد دارو در كبد متابوليزه مي‌شود.نيمه عمر دارو 2 ـ1 ساعت و وابسته به‌مقدار مصرف است اثر دارو بعد از تزريق‌عضلاني پس از 15 ـ 5 دقيقه و از راه‌وريدي بلافاصله شروع مي‌شود. زمان‌لازم براي رسيدن به غلظت يكنواخت‌پلاسمايي در انفوزيون مداوم وريدي 4 ـ 3ساعت است اين زمان در بيماراني كه‌دچار سكته قلبي شده‌اند، حدود 10 ـ 8ساعت است طول اثر دارو از راه وريدي20 ـ 10 دقيقه و از راه عضلاني 90 ـ 60دقيقه است دفع ليدوكائين كليوي است
موارد منع مصرف اين دارو در اختلالات‌سينوسي ـ دهليزي تمام حالات انسداددهليزي ـ بطني ضعف شديد ميوكارد وپورفيري نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط فراوان مصرف شود:
نارسايي احتقاني قلب كاهش جريان خون‌كبد، شوك و كاهش حجم خون انسدادناقص قلب برادي كاردي سينوسي وسندرم w-p-w.
2 ـ كاهش مقدار مصرف دارو در بيماران‌مبتلا به نارسايي احتقاني قلب عيب كاركبد و پس از جراحي قلب ضروري است
عوارض جانبي سرگيجه پارستزي ياخواب آلودگي (به‌ويژه در صورت تزريق‌سريع دارو) با مصرف اين دارو گزارش‌شده است همچنين اغتشاش فكر، ضعف‌تنفسي و تشنجات كاهش فشارخون وبرادي كاردي و حساسيت مفرط نيزمشاهده شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌داروهاي ضد تشنج هيدانتوئيني باليدوكائين ممكن است باعث بروز اثراضافي مضعف قلبي شود. داروهاي ضدتشنج هيدانتوئيني ممكن است متابوليسم‌كبدي ليدوكائين را تسريع نمايند.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت بروزعلائم حمله قلبي بلافاصله بايد به پزشك‌مراجعه شود.
2 ـ همزمان با مصرف ليدوكائين پيگيري‌وضع بيمار با استفاده ازالكتروكارديوگرام و در دسترس بودن‌وسايل احياء و داروهاي لازم براي

معالجه‌واكنش‌هاي جانبي ضروري است
3 ـ ليدوكائين نبايد هنگام انتقال خون به‌آن اضافه شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان ضد آريتمي براي‌انفوزيون مداوم وريدي (معمولا پس از يك‌مقدار حمله‌اي ، 0/05 mg/kg ـ 0/02 باسرعت 4 mg/min ـ 1 (حداكثر حدود
4/5 mg/kg در هر دوره يك ساعته مصرف مي‌شود. جهت تزريق مستقيم‌وريدي در بزرگسالان مقدار 1 mg/kgبه‌عنوان مقدار حمله‌اي با سرعت
50 mg/min ـ 25 تزريق مي‌شود كه درصورت نياز هر 5 دقيقه تكرار مي‌شود(حداكثر 4/5 mg/kg در هر دوره يكساعته .از راه عضلاني در بزرگسالان 4/3 mg/kgتزريق مي‌شود كه در صورت نياز هر
1/5 ـ 1 ساعت تكرار مي‌شود. بيشينه مقدارمصرف حدود 4/5 mg/kg در هر دوره‌يكساعته است
كودكان مقدار 1 mg/kg به‌عنوان مقدارحمله‌اي با سرعت 50 mg/min ـ 25 تزريق‌مي‌شود كه در صورت نياز هر 5 دقيقه‌تكرار مي‌شود (حداكثر 3 mg/kg). براي‌انفوزيون وريدي مداوم در كودكان معمولا پس از يك مقدار حمله‌اي 0/05 mg/kg/min ـ 0/02 مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection : 1% , 2% , 4% , 20%

LOVASTATIN

موارد مصرف لوواستاتين در مبتلايان به‌افزايش كلسترول خون كه به درمان بارعايت رژيم غذايي پاسخ كافي نمي‌دهند وبراي كم كردن سرعت پيشرفت‌آترواسكلروز عروق كرونر در افرادي كه‌بيماري عروق كرونر دارند و غلظت‌كلسترول پلاسماي آنها بالا باشد، تجويزمي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو با مهار آنزيمHMG-CoA ردوكتاز، ساخته شدن‌كلسترول را مهار مي‌كند. اين عمل موجب‌مي‌شود كه گيرنده‌هاي LDL در سطح‌سلولهاي كبدي افزايش يافته و LDLبيشتري از خون برداشت كنند و نهايت?ميزان LDL خون كاهش يابد.
فارماكوكينتيك لوواستاتين پس ازهيدروليز در دستگاه گوارش به شكل فعال‌در مي‌آيد. كمتر از نيمي از اين دارو از راه‌خوراكي جذب مي‌شود و در گذر اول از كبدبه‌طور وسيع متابوليزه مي‌گردد. قسمت‌عمده دارو از طريق صفرا و كمي هم ازطريق ادرار دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در بيماري‌فعال كبدي و پورفيري نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ قبل و در طول مصرف اين‌دارو، بايد عملكرد كبد كنترل شود.
2 ـ در صورت وجود سابقه بيماري كبدي دارو با احتياط فراوان مصرف شود.
3 ـ در طول مدت مصرف و تا يك ماه بعد ازقطع مصرف اين دارو، بيماران زن نبايدباردار شوند.
4 ـ در صورتي كه غلظت خوني كرآتين‌فسفوكيناز (CPK) شديد? افزايش پيدا كند يادر صورت بروز ميوپاتي در بيمار،مصرف دارو بايد قطع شود.
عوارض جانبي يبوست نفخ سردرد، تهوع سوءهاضمه درد شكم اسهال خستگي بيخوابي بثورات جلدي رابدوميوليز،هپاتيت افزايش غلظت كرآتين فسفوكينازو آنژيوادم از عوارض جانبي اين داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي اين دارو اثر ضدانعقادي وارفارين را افزايش مي‌دهد.مصرف همزمان اين دارو باسيكلوسپورين موجب افزايش خطر بروزميوپاتي مي‌شود. مصرف همزمان اين‌دارو با اسيد نيكوتينيك يا فيبرات‌ها خطربروز عوارض جانبي (بخصوص‌رابدوميوليز) را افزايش مي‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ بيمار بايد آگاه باشدكه در طول مدت مصرف اين دارو، بروزهر گونه درد عضلاني را به پزشك خوداطلاع دهد.
2 ـ مصرف اين دارو همراه با غذا (معمولاشام اثربخشي بيشتري دارد.

مقدار مصرف در شب اول درمان 10ميلي‌گرم تجويز مي‌شود و در شب‌هاي‌بعدي تدريج؟ مقدار آن افزايش مي‌يابد. درصورت نياز در يك فاصله 8 ـ 6 هفته‌اي‌مقدار دارو را مي‌توان تا 80mg/dayافزايش داد.
اشكال دارويي
Tablet : 20 mg

METHYLDOPA

موارد مصرف متيل دوپا در درمان زيادي‌فشارخون همراه داروهاي مدر مصرف‌مي‌شود. همچنين در بحران زيادي فشارخون زماني كه درمان فوري مورد نيازنباشد، نيز به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: به‌نظر مي‌رسد كه اثر اين دارودر كاهش فشارخون به علت تبديل آن به‌آلفا ـ متيل نوراپي نفرين باشد. آلفا ـ متيل‌نوراپي نفرين از طريق مركزي سبب كاهش‌عبور جريان سمپاتيك و در نتيجه كاهش‌فشارخون مي‌شود.
فارماكوكينتيك جذب متيل دوپا از مجراي‌گوارش متغير است متيل دوپا به‌طورگسترده در نرونهاي آدرنرژيك مركزي به‌آلفا ـ متيل نوراپي نفرين تبديل مي‌شود.نيمه عمر آن در افراد سالم در مرحله آلفا1/7 ساعت و در افراد مبتلا به بي‌ادراري‌در مرحله آلفا 3/6 ساعت مي‌باشد. زمان‌لازم براي رسيدن به اوج اثر پس ازمصرف مقدار واحد 6 ـ 4 ساعت و پس ازمصرف مقادير متعدد 3 ـ 2 روز است طول‌اثر دارو با مصرف يك مقدار واحدخوراكي 24 ـ 12 است و با مصرف مقاديرمتعدد 48 ـ 24 ساعت است متيل دوپا ازطريق كليه دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در سابقه‌افسردگي بيماري فعال كبد (هپاتيت حاد وسيروز فعال ، فئوكروموسيتوم وپورفيري نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد زير بايد با احتياطمصرف شود:
سابقه كم خوني هموليتيك ناشي از
بيماري خودايمني سابقه بيماري كبدي‌همراه با مصرف قبلي متيل دوپا و عيب كاركليه
2 ـ آزمون كومبس ممكن است در 20درصد بيماران تحت درمان با دارو مثبت‌شود كه اين حالت مي‌تواند با آزمون‌سازگاري متقابل خونهاي دهنده و گيرنده‌تداخل نمايد.
3 ـ در طول مصرف دارو، شمارش‌سلولهاي خون و آزمون فعاليت كبد ممكن‌است ضروري باشد.
عوارض جانبي خشكي دهان تسكين افسردگي خواب آلودگي اسهال احتباس‌مايعات كاهش توانايي جنسي آسيب‌كبدي كم خوني هموليتيك سندرم شبه‌اريتماتوز، پاركينسون بثورات جلدي وگرفتگي بيني با مصرف اين دارو گزارش‌شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان متيل‌دوپا با داروهاي بيهوش كننده عمومي‌ممكن است اثر پايين آورنده فشارخون‌متيل دوپا را افزايش دهد. مصرف همزمان‌متيل دوپا با داروهاي مهاركننده مونوآمين‌اكسيداز، ممكن

است سبب تحريك پذيري‌بيش از حد شود. در صورت مصرف‌همزمان فنيل افرين با متيل دوپا، ممكن‌است اثر پايين آورنده فشارخون متيل دوپاكاهش و اثر بالابرنده فشارخون فنيل‌افرين‌افزايش يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف اين داروحتي در صورت احساس بهبودي بايدادامه يابد.
2 ـ اين دارو افزايش فشارخون را درمان‌نمي‌كند، بلكه آن را كنترل مي‌نمايد. از اينرومصرف آن ممكن است تا آخر عمرضروري باشد.
3 ـ از مصرف ساير داروها بخصوص‌داروهاي مقلد سمپاتيك كه نياز به نسخه‌ندارند، بايد خودداري شود.
4 ـ در صورت بروز تب مراجعه به پزشك‌ضروري است
5 ـ براي به حداقل رساندن اثر تسكين‌بخشي متيل دوپا، هر گونه افزايش درمقدار مصرف دارو بايد در نوبت عصرانجام گيرد.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان پايين آورنده‌فشارخون ابتدا مقدار 250 ميلي‌گرم 2 يا 3 بار در روز به مدت 2 روز مصرف‌مي‌شود و پس از آن در فواصل زماني بيش‌از 2 روز تا زمان حصول پاسخ مناسب اين مقدار تنظيم مي‌شود. به‌عنوان‌نگهدارنده 500 mg/day تا 2 g/day در
4 ـ 2 مقدار منقسم مصرف مي‌شود. بيشينه‌مقدار مصرف در بزرگسالان تا 3 g/dayاست
كودكان به‌عنوان پايين آورنده فشارخون ابتدا 10 mg/kg در 4 ـ 2 مقدار منقسم‌مصرف مي‌شود كه پس از آن در فواصل‌زماني بيش از 2 روز تا حصول پاسخ‌مناسب اين مقدار تنظيم مي‌شود. بيشينه‌مقدار مصرف در كودكان 65 mg/kg يا3 g/day است
اشكال دارويي
Tablet : 250 mg

(MINOXIDIL (Systemic

موارد مصرف اين دارو در درمان زيادي‌شديد فشارخون همراه داروهاي مدر ومسدود كننده گيرنده بتا ـ آدرنرژيك‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: مينوكسيديل يك گشاد كننده‌عروق محيطي با اثر مستقيم است كه‌مقاومت عروق محيطي را كاهش مي‌دهد وسبب افت فشارخون مي‌شود.
فارماكوكينتيك در حدود 90 درصد از يك‌مقدار مصرف خوراكي از مجراي گوارشي‌جذب مي‌شود. نيمه عمر پلاسمايي دارو4/2 ساعت است اگر چه اثر دارو ممكن‌است تا 75 ساعت باقي بماند. اين دارو به‌ميزان زياد در كبد متابوليزه مي‌شود وعمدت? از طريق ادرار و به شكل متابوليت‌دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در بيماران‌مبتلا به فئوكروموسيتوم نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: مصرف اين دارو در بيماراني كه‌اخير? دچار انفاركتوس ميوكارد شده‌اند ودر بيماران مبتلا به زيادي فشارخون‌ريوي آنژين صدري نارسايي مزمن قلب‌و عيب بارز كار كليه بايد با احتياط فراوان‌صورت گيرد.
تداخل‌هاي دارويي اثرات كاهنده‌فشارخون اين دارو، در صورت مصرف‌همزمان با ساير داروهاي پايين آورنده‌فشارخون ممكن است تشديد شود. درصورت مصرف همزمان مينوكسيديل باداروهاي مقلدسمپاتيك مسدود كننده‌گيرنده كاهش شديد فشارخون در حالت‌ايستاده ممكن است بروز كند.
عوارض جانبي احتباس آب و سديم افزايش وزن ادم محيطي تاكي كاردي افزايش رويش مو، افزايش برگشت‌پذيركرآتينين و نيتروژن اوره خون و گاهي‌اختلالات گوارشي و بثورات جلدي بامصرف اين دارو گزارش شده است
مقدار مصرف
بزرگسالان ابتدا مقدار mg/day 5
(mg/day 2/5 در سالخوردگان مصرف‌مي‌شود كه بتدريج هر سه روز يكباراضافه شده تا حداكثر به mg/day 50 ـ 40برسد (بر اساس پاسخ بيمار). مقدارمصرف روزانه را مي‌توان در يك يا دونوبت مصرف نمود.
كودكان براي كودكان تا سن 12 سال مقدار مصرف اوليه 0/2mg/kg/day مي‌باشدكه هر سه روز، مقدار 0/2mg/kg/day ـ 0/1به آن اضافه مي‌شود تا فشارخون كنترل‌شود يا مقدار مصرف به حداكثر1mg/kg/day يا 50 mg/day برسد.

اشكال دارويي
Tablet: 10 mg

NITRATES

## NITROGLYCERIN ISOSORBIDE

نيتراتها در درمان آنژين صدري نقش‌بسيار مفيدي دارند، اگر چه اين داروهاگشادكننده عروق كرونر هستند و اثر مفيدآنها ناشي از كاهش برگشت وريدي و درنتيجه كاهش كار بطن چپ مي‌باشد. به‌طوركلي مكانيسم اثر ضد آنژين و كاهنده بارقلب اين داروها بخوبي مشخص نشده‌است ولي تصور مي‌شود كه نيتراتهاتقاضاي اكسيژن عضله قلب را كاهش‌مي‌دهند. اين اثر ناشي از كار بار ورودي وخروجي بطن چپ به دليل گشاد شدن‌عروق وريدي و شرياني همراه با انتشارمؤثرتر جريان خون در عضله قلب است اثر نيتراتها در كاهش فشارخون ناشي ازگشادشدن عروق محيطي است

ISOSORBIDE DINITRATE

موارد مصرف ايزوسورباید در پيشگيريو رفع درد در حمله آنژين صدري ناشي ازبيماري شريان كرونر مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك فراهمي زيستي‌ايزوسورباید پس از مصرف قرص‌زيرزباني 59 درصد و پس از مصرف‌قرص معمولي 22 درصد است مقدارزيادي از اين دارو در اولين عبور از كبدمتابوليزه مي‌شود. نيمه عمر دارو از راه‌زيرزباني 60 دقيقه و از راه خوراكي 4ساعت است اثر ايزوسورباید از راه‌خوراكي پس از 40 ـ 14 دقيقه و از راه‌زيرزباني پس از 5 ـ 2 دقيقه شروع‌مي‌شود. طول اثر دارو از راه خوراكي 6 ـ 4ساعت و از راه زيرزباني 2 ـ 1 ساعت است ايزوسورباید، پس از آنكه تقريب? به‌طوركامل متابوليزه شده از طريق كليه دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در مواردكاهش فشار و حجم خون كارديوميوپاتي‌هيپرتروفيك انسدادي تنگي آئورت تامپوناد قلبي پريكارديت constrictive،تنگي دريچه ميترال كم خوني بارز،گلوكوم با زاويه بسته ضربه اخير به سر وخونريزي مغزي نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط مصرف شود:
كم خوني شديد، عيب شديد كار كليه پركاري تيروئيد، سوء تغذيه يا كاهش‌دماي بدن سابقه انفاركتوس اخير قلبي
2 ـ با مصرف طولاني مدت نيتراتها، ممكن‌است نسبت به اثر آنها تحمل ايجاد شود ودر نتيجه نياز بيمار به دارو افزايش يابد.براي اطمينان از حفظ اثر مطلوب دارو،پيگيري دقيق وضعيت بيمار توصيه‌مي‌شود.
3 ـ در صورت لزوم قطع مصرف دارو، به‌دنبال مصرف مقادير زياد يا طولاني مدت به منظور جلوگيري از بروز حمله‌واجهشي آنژين ناشي از قطع مصرف‌دارو، مقدار مصرف بايد بتدريج كاهش‌داده شود.
4 ـ در صورت بروز تاري ديد يا خشكي‌دهان يا تشديد آن مصرف دارو بايد قطع‌شود.
عوارض جانبي سردرد كوبنده برافروختگي سرگيجه و كمي فشار خون‌وضعيتي با مصرف اين دارو گزارش شده‌است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌ايزوسورباید با فرآورده‌هاي حاوي الكل داروهاي پايين آورنده فشارخون يادارو‌هاي گشاد كننده عروق ممكن است‌كمي فشارخون ناشي از اثرات‌ايزوسورباید را تشديد كند.
نكات قابل توصيه 1 ـ قرص معمولي
و پيوسته رهش ايزوسور بايد همراه
با يك ليوان آب و با معده خالي مصرف‌شود.

2 ـ به هنگام مصرف قرص زيرزباني تازماني كه قرص حل نشده باشد، از خوردن‌يا نوشيدن بايد خودداري شود.
3 ـ از جويدن و خرد كردن قرص زيرزباني‌و پيوسته رهش بايد خودداري كرد.
4 ـ با بروز اولين علائم حمله آنژين بايدنشست و از قرص زيرزباني استفاده نمودو در صورت بروز سرگيجه يا از حال‌رفتن بايد احتياط نمود.
اثر قرص‌زيرزباني معمولا طي 5 دقيقه ظاهرمي‌شود.
5 ـ قرص‌هاي معمولي و پيوسته رهش‌ايزوسوربايد، از بروز حمله آنژين صدري‌جلوگيري مي‌نمايند ولي سبب رفع دردناشي از حمله نمي‌شوند.
6 ـ به هنگام برخاستن از حالت خوابيده يانشسته بايد احتياط نمود.
7 ـ به هنگام ايستادن به مدت طولاني يافعاليت بدني و همچنين در آب و هواي گرم‌بايد احتياط نمود.
8 ـ سردرد، عارضه معمولي نيتراتها است‌كه با ادامه درمان كاهش مي‌يابد. درصورت تداوم يا تشديد سردرد، مراجعه به‌پزشك ضروري است
9 - در صورتي كه يك نوبت مصرف داروفراموش شود، به محض بيادآوردن آن‌نوبت بايد مصرف شود، ولي اگر تا نوبت‌بعدي 2 ساعت (براي اشكال دارويي‌معمولي و زيرزباني يا 6 ساعت (براي‌قرص پيوسته رهش فاصله باشد، ازمصرف آن بايد خودداري نمود.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان ضد آنژين صدري 20 ـ 5 ميلي‌گرم از قرص معمولي هر
6 ساعت مصرف مي‌شود كه اين مقداربرحسب نياز و تحمل بيمار تنظيم مي‌شود.محدوده مصرف دارو 40 ـ 5 ميلي‌گرم
4 بار در روز است به‌عنوان ضد آنژين
80 ـ 20 ميلي‌گرم هر 12 ـ 8 ساعت از
قرص پيوسته رهش و 5 ـ 2/5 ميلي‌گرم هر3 ـ 2 ساعت از قرص زيرزباني مصرف‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Retard Tablet : 40 mg
Sublingual Tablet : 5 mg
Tablet : 10 mg

NITROGLYCERIN

موارد مصرف اين دارو براي پيشگيري ودرمان آنژين صدري و درمان نارسايي‌بطن چپ مصرف مي‌شود. نيتروگليسرين‌تزريقي براي كنترل فشار خون حين‌بعضي از اعمال جراحي و براي كاهش‌خونريزي به داخل ناحيه جراحي مصرف‌مي‌شود. نيتروگليسرين تزريقي به عنوان‌داروي كمكي در درمان نارسايي احتقاني‌قلب همراه با انفاركتوس حاد ميوكاردمصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك پيوند اين دارو به پروتئين‌حدود 60 درصد است نيمه عمرنيتروگليسرين 4 ـ 1 دقيقه است اثر دارو ازراه انفوزيون وريدي تقريب? بلافاصله ازراه زيرزباني پس از 3 ـ 1 دقيقه و از راه‌پوستي پس از 30 دقيقه شروع مي‌شود.طول اثر دارو از راه انفوزيون وريدي چنددقيقه از راه زيرزباني 60 ـ 30 دقيقه و ازراه پوستي 24 ـ 8 ساعت است نيتروگليسرين پس از آنكه تقريب? بطوركامل متابوليزه شد، از طريق كليه‌ها دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در مواردكاهش فشار و حجم خون كارديوميوپاتي‌هيپرتروفيك انسدادي تنگي آئورت تامپوناد قلبي پريكارديت constrictive،تنگي دريچه ميترال كم خوني بارز،گلوكوم با زاويه بسته ضربه اخير به سر وخونريزي مغزي نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد زير بايد با احتياطمصرف شود:
كم خوني شديد، عيب شديد كار كليه پركاري تيروئيد، سوء تغذيه يا كاهش‌دماي بدن سابقه انفاركتوس اخير قلبي
2 ـ با مصرف طولاني مدت نيتراتها، ممكن‌است نسبت به اثر آنها تحمل ايجاد شود ودر نتيجه نياز بيمار به دارو افزايش يابد.براي اطمينان از حفظ اثر مطلوب دارو،پيگيري دقيق وضع بيمار توصيه مي‌شود.
3 ـ در صورت لزوم قطع مصرف دارو، به‌دنبال مصرف مقادير زياد يا طولاني مدت به منظور جلوگيري از بروز حمله‌واجهشي آنژين ناشي از قطع مصرف‌دارو، مقدار مصرف بايد بتدريج كاهش‌داده شود.
4 ـ در صورت بروز تاري ديد يا خشكي‌دهان يا تشديد آن مصرف دارو بايد قطع‌شود.
عوارض جانبي سردرد كوبنده برافروختگي سرگيجه و كمي فشارخون‌وضعيتي با مصرف اين دارو گزارش شده‌است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌نيتروگليسرين با فرآورده‌هاي حاوي الكل داروهاي پايين آورنده فشارخون يادارو‌هاي گشاد كننده عروق ممكن است‌كمي فشارخون ناشي از اثرات‌نيتروگليسرين را تشديد كند.

نكات قابل توصيه 1 ـ قرص معمولي وپيوسته رهش نيتروگليسرين بايد همراه بايك ليوان آب و با معده خالي مصرف شود.
2 ـ قرص جويدني بايد بخوبي جويده شده‌و به مدت تقريب؟ 2 دقيقه در دهان باقي‌بماند.
3 ـ هنگام استفاده از قرص زيرزباني تازماني كه قرص حل نشده باشد، از خوردن‌يا نوشيدن بايد خودداري شود.
4 ـ هنگام استفاده از پماد نيتروگليسرين پيش از مصرف پوست بايد تميز شود. درهر بار مصرف پماد بايد بر روي سطح‌بدون مو ماليده شده و گسترده شود. پس‌از گسترده شدن دارو را نبايد روي پوست‌ماساژ داد.
5 ـ از جويدن و خرد كردن قرص پيوسته‌رهش بايد خودداري كرد.
6 ـ با بروز اولين علائم حمله آنژين بايدنشست و از قرص زيرزباني استفاده نمودو در صورت بروز سرگيجه يا از حال رفتن‌بايد احتياط كرد. اثر قرصها معمولا طي 5دقيقه ظاهر مي‌شود.
7 ـ قرص معمولي پيوسته رهش همچنين‌فرآورده‌هاي موضعي نيتروگليسرين ازبروز حمله آنژين صدري جلوگيري‌مي‌نمايند و سبب رفع درد ناشي از حمله‌نمي‌شوند.
8 ـ قرص‌هاي زيرزباني نيتروگليسيرين‌نبايد در معرض هوا قرار گيرند، زيرا ممكن‌است اثر آنها كاهش يابد.
9 ـ به هنگام برخاستن از حالت خوابيده يانشسته بايد احتياط نمود.
10 ـ به هنگام ايستادن به مدت طولاني يافعاليت بدني و همچنين در آب و هواي گرم‌بايد احتياط نمود.
11 ـ سردرد، عارضه معمولي نيتراتها است‌كه با ادامه درمان كاهش مي‌يابد. درصورت تداوم يا تشديد سردرد، مراجعه به‌پزشك ضروري است
12 ـ اگر يك نوبت مصرف دارو فراموش‌شود، به محض بياداوردن آن نوبت بايدمصرف شود، ولي اگر تا نوبت بعدي
2 ساعت (قرص معمولي زيرزباني و پماد)يا 6 ساعت (قرص پيوسته رهش فاصله‌باشد، از مصرف آن بايد خودداري
نمود.
مقدار مصرف
قرص پيوسته رهش
بزرگسالان به‌عنوان ضد آنژين صدري 1/3، 2/6 يا 6/5 ميلي‌گرم هر 12 ساعت‌مصرف مي‌شود. در صورت نياز و تحمل‌بيمار، مي‌توان مقدار توصيه شده را هر 8ساعت مصرف نمود.
قرص زيرزباني
بزرگسالان به‌عنوان ضد آنژين صدري 0/6 ـ 0/15 ميلي‌گرم مصرف مي‌شود كه‌در صورت نياز براي دفع حملات آنژين هر 5 دقيقه تكرار

مي‌شود.
پماد
بزرگسالان به‌عنوان ضد آنژين مقدار
30 ـ 15 ميلي‌گرم هر 8 ساعت طي روز وهنگام خواب بر روي پوست ماليده‌مي‌شود.
تزريقي
بزرگسالان به‌عنوان ضد آنژين پايين‌آورنده فشارخون يا كاهش دهنده بار قلب ابتدا با سرعت 5 mcg/min انفوزيون‌مي‌شود. سپس مقدار مصرف با اضافه‌كردن 5 mcg/min هر 5 ـ 3 دقيقه افزايش‌مي‌يابد تا اثر مطلوب بدست آيد يا اينكه‌سرعت انفوزيون به 20 mcg/min برسد.در صورت عدم حصول پاسخ مطلوب مي‌توان مقدار مصرف را با اضافه كردن10 mcg/min در همان فواصل زماني بالا،افزايش داد. در صورت نياز، مي‌توان هر
5 ـ 3 دقيقه سرعت انفوزيون را به
20 mcg/min افزايش داد تا اثر مطلوب‌بدست آيد. در صورت مشاهده بروز اثرنسبي بايد با رعايت احتياط، از سرعت‌افزايش مقدار انفوزيون كم كرده و فواصل‌انفوزيون را طولاني نمود تا پاسخ مطلوب‌حاصل شود.
اشكال دارويي
Injection : 5 mg/ml, 1 mg / ml
Ointment : 2%
Retard Tablet: 2.6 mg, 6.4 mg
Sublingual Tablet : 0.4 mg

NITROPRUSSIDE SODIUM

موارد مصرف نيتروپروساید در درمان‌نارسايي احتقاني قلب كاهش فوري‌فشارخون در بيماران مبتلا به بحران‌زيادي فشارخون و به منظور كاهش‌خونريزي در ناحيه تحت عمل جراحي‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: نيتروپروساید با اثر مستقيم‌بر روي عضلات صاف وريدي و شرياني باعث گشاد شدن عروق مي‌شود. اين داروبر روي قدرت انقباضي عضله قلب اثرندارد و فقط به ميزان ناچيزي توزيع‌ناحيه‌اي جريان خون را تحت تاثير قرارمي‌دهد. نيتروپروساید مقاومت محيطي وبرون ده قلب را نيز كاهش مي‌دهد.
فارماكوكينتيك نيمه عمر نيتروپروساید درحدود 2 دقيقه مي‌باشد. اثر دارو به‌عنوان‌كاهنده فشارخون 2 ـ 1 دقيقه پس ازانفوزيون شروع مي‌شود. زمان لازم براي‌رسيدن به اوج اثر كاهنده فشارخون تقريب?فوري است و طول اثر دارو پس از قطع‌انفوزيون 10 ـ 1 دقيقه مي‌باشد.نيتروپروساید از طريق كليه دفع مي‌باشد.اين دارو در گويچه‌هاي قرمز به سيانيدمتابوليزه شده و سيانيد حاصل در كبد به‌تيوسيانات تبديل مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در عيب شديدكار كبد، كمبود ويتامين B12 و زيادي‌فشارخون جبراني و آتروفي Leber's opticنبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط مصرف شود:
كم كاري تيروئيد، عيب شديد كار كليه بيماري ايسكميك قلب اختلال در گردش‌خون مغزي بيماران سالخورده آنسفالوپاتي يا ساير حالاتي كه منجر به‌افزايش فشار داخل جمجمه مي‌شوند وعيب كار كبد.
2 ـ اندازه‌گيري فشارخون و غلظت سيانيدپلاسما در طول مصرف اين دارو ضروري‌است
3 ـ طول دوره درمان با اين دارو نبايد از72 ساعت تجاوز كند (مصرف دارو بايدطي 30 ـ 10 دقيقه قطع شود تا از بروززيادي واجهشي فشارخون جلوگيري‌شود).
4 ـ به منظور جلوگيري از نشت دارو به‌بافتهاي اطراف محل تزريق تزريق داروبايد با احتياط صورت گيرد، زيرا ممكن‌است موجب تحريك بافت شود.
5 ـ اگر مصرف نيتروپروساید به ميزان0/01 mg/kg/min به مدت 10 دقيقه‌فشارخون را به ميزان كافي كاهش ندهد،قطع مصرف دارو توصيه مي‌شود.
6 ـ توصيه مي‌شود همزمان با مصرف‌نيتروپروساید، از داروهاي خوراكي پايين‌آورنده فشارخون نيز استفاده شود و به‌محض تثبيت وضعيت بيمار، مصرف‌نيتروپروساید قطع گردد. در صورت‌مصرف ساير داروهاي كاهنده

فشارخون كاهش مقدار مصرف نيتروپروسايدضروري است
عوارض جانبي سردرد، سرگيجه تهوع درد شكم تعريق پرش عضلاني تشويش‌و اضطراب احساس ناراحتي در پشت‌جناغ سينه و درد شديد معده كه با كاهش‌بسيار سريع فشار خون بروز مي‌كنند،گزارش شده است عوارض ناشي ازافزايش بيش از حد غلظت پلاسمايي سيانيدشامل تاكي‌كاردي تعريق آريتمي
تنفس بيش از حد و اسيدوز متابوليك‌مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي داروهاي بيهوش كننده‌ممكن است اثر كاهنده فشارخون‌نيتروپروساید را افزايش دهند.
نكات قابل توصيه 1 ـ بايد فقط از طريق‌انفوزيون وريدي با استفاده از پمپ‌انفوزيون (ترجيح? پمپ حجمي مصرف‌شود.
2 ـ براي تهيه محلول نيتروپروساید،محتوي يك ويال 50 ميلي گرمي را بايد در2/3 ميلي ليتر محلول تزريقي دكستروز 5درصد حل نموده و سپس آن را با
1000 ـ 250 ميلي ليتر محلول دكستروز 5درصد براي حصول به غلظت مطلوب رقيق‌نمود. به منظور محافظت از نور، ظرف‌محتوي محلول دارو بايد بوسيله كاغذآلومينيومي يا ساير مواد مقاوم به عبورنور پوشانده شود.
3 ـ از اضافه كردن هر گونه ماده ديگر به‌محلول تزريقي نيتروپروساید بايدخودداري شود.
مقدار مصرف به‌عنوان كاهنده فشارخون‌در بزرگسالان و كودكان ابتدا0/3 mcg/kg/min انفوزيون وريدي‌مي‌شود و سپس بر حسب پاسخ بيمار، هرچند دقيقه مقدار مصرف تنظيم مي‌شود.مقدار مصرف معمول دارو 3 mcg/kg/minاست بيشينه مقدار مصرف بزرگسالان تا10 mcg/kg/min براي حداكثر 10 دقيقه يامقدار تام 3/5 mg/kg مي‌باشد.
اشكال دارويي
Injection : 50 mg

موارد مصرف پرازوسين در درمان زيادي‌فشارخون مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: پرازوسين يك داروي‌مسدودكننده گيرنده آلفا ـ آدرنرژيك پس‌سيناپسي است كه موجب انبساط عروق وكاهش مقاومت محيطي مي‌شود، ولي‌به‌طور كلي اثر كمي بر روي برون ده قلبي‌دارد. اين دارو در نارسايي احتقاني قلب باكاهش مقاومت سيستميك كاهش پيش بارو پس بار و در نتيجه بهبود برون ده قلب‌عمل مي‌نمايد.
فارماكوكينتيك اين دارو از مجراي گوارش‌بخوبي جذب مي‌شود. متابوليسم اين آن‌احتمالا كبدي است نيمه عمر دارو 3 ـ 2ساعت است كه در نارسايي احتقاني قلب ممكن است به بيش از دو برابر برسد. اثركاهنده فشارخون پس از يك نوبت مصرف‌دارو، طي دو ساعت و در نارسايي احتقاني‌قلب خيلي سريع ظاهر مي‌شود. زمان لازم‌براي رسيدن به اوج غلظت اين دارو 3 ـ 1ساعت است زمان لازم براي رسيدن به‌اوج اثر كاهنده فشارخون پس از مصرف‌مقدار واحد 4 ـ 2 ساعت است در نارسايي‌احتقاني قلب اين زمان يكساعت است اين‌دارو عمدت? از طريق صفرا و مدفوع دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف پرازوسين در نارسايي‌قلب ناشي از انسداد مكانيكي (از جمله تنگي‌آئورت نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در سالخوردگان وبيماران مبتلا به بيماريهاي شديد قلبي بايدبا احتياط فراوان مصرف شود.
2 ـ اولين مقدار مصرف دارو، ممكن است‌سبب كلاپس ناشي از كاهش فشار خون‌شود.
3 ـ در طول درمان نارسايي احتقاني قلب ممكن است نسبت به اثر پرازوسين تحمل‌ايجاد شود.
4 ـ اندازه‌گيري فشارخون در فواصل منظم‌طي مصرف دارو، ضرورت دارد.
5 ـ مقدار مصرف دارو بايد براساس
پاسخ فشار خون و نياز هر بيمار تنظيم‌شود.
عوارض جانبي كمي فشارخون در حالت‌ايستاده ناشي از اولين مقدار مصرف 30دقيقه تا 2 ساعت پس از مصرف ايجاد شده‌و ممكن است شديد باشد. سرگيجه يامنگي بخصوص هنگام برخاستن از حالت‌خوابيده يا نشسته درد قفسه سينه از حال‌رفتن ناگهاني ضربان نامنظم قلب تنگي‌نفس ورم پا يا قسمت تحتاني ساق پا وافزايش وزن با مصرف دارو گزارش شده‌است

تداخل‌هاي دارويي اثر كاهنده فشارخون‌پرازوسين ممكن است در صورت مصرف‌همزمان با داروهاي ضد درد و ضد التهاب‌غير استروئيدي بخصوص ايندومتاسين استروژن‌ها يا داروهاي مقلد سمپاتيك‌كاهش يابد. مصرف همزمان پرازوسين بادوپامين ممكن است موجب خنثي شدن اثردوپامين در ايجاد انقباض عروق محيطي‌شود. مصرف همزمان افدرين با اين دارومممكن است موجب كاهش اثر افدرين درافزايش فشارخون شود.

نكات قابل توصيه

1 ـ دارو بايد حتي در مواقعي كه احساس‌بهبودي مي‌شود، مصرف گردد.

2 ـ اين دارو زيادي فشار خون را درمان‌نمي‌كند، بلكه آن را كنترل مي‌كند. مصرف‌دارو ممكن است براي تمام عمر ضروري‌باشد.

3 ـ هنگام برخاستن از حالت خوابيده يانشسته بايد احتياط شود.

4 ـ در صورت بروز سرگيجه يا منگي‌به‌ويژه پس از مصرف مقدار شروع دارو،بايد احتياط شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان زيادي فشارخون مقدار شروع 1 ـ 0/5 ميلي‌گرم دو يا سه باردر روز است مقدار نگهدارنده بر حسب‌نياز بيمار و بتدريج تنظيم مي‌شود (معمولا15 mg/day ـ 6 در دو يا سه مقدار منقسم .كودكان با سن كمتر از 7 سال ابتدا 0/25ميلي‌گرم دو يا سه بار در روز مصرف‌مي‌شود. اين مقدار بر حسب پاسخ بيمارتنظيم مي‌شود. در كودكان 12 ـ 7 سال ابتدا 0/5 ميلي‌گرم دو يا سه بار در روزمصرف مي‌شود كه بر حسب پاسخ بيمارتنظيم مي‌شود.

اشكال دارويي

Tablet : 1 mg, 5 mg

موارد مصرف پروكائين آميد در درمان وكنترل آريتمي بطني به‌ويژه پس ازانفاركتوس قلبي و همچنين تاكي كارديدهليزي مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو اثر مستقيم بر رويقلب دارد و موجب كاهش تحريك‌پذيري سرعت هدايت خودكاري و پاسخ دهيغشاء همراه طولاني شدن دوره‌تحريك‌ناپذيري مي‌شود. مقادير مصرف‌بيشتر دارو، ممكن است موجب ايجادانسداد دهليزي ـ بطني شود.
فارماكوكينتيك جذب دارو پس از تزريقعضلاني سريع و متابوليسم دارو كبدي‌است در حدود 25 درصد از يك مقدارمصرف به متابوليت فعال تبديل مي‌شود.نيمه عمر دارو در حدود 4/5 ـ 2/5 ساعت ونيمه عمر متابوليت آن در حدود 6 ساعت‌است زمان لازم براي رسيدن به اوج اثر، ازراه طريق عضلاني 60 ـ 15 دقيقه و از راه‌وريدي فوري است دفع دارو از راه كليه‌مي‌باشد و سرعت دفع متابوليت آن كندتراست
موارد منع مصرف اين دارو در مواردانسداد كامل قلب نارسايي قلب كمي‌فشارخون و لوپوس اريتماتوز سيستميك‌نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط مصرف شود:
بلوك دهليزي ـ بطني انسداد شاخه‌اي ازدسته هيس مسموميت با ديژيتال نارسايي احتقاني قلب عيب كار كليه مياستني گراو و تاكي كاردي بطني
2 ـ تزريق وريدي را بايد تنها براي بيماران‌بستري در بيمارستان به‌كار رود تا امكان‌پيگيري وضعيت بيمار وجود داشته باشد.
3 ـ از آنجا كه ممكن است در طول تجويزوريدي اين دارو كمي فشارخون به سرعت‌بروز كند، توصيه مي‌شود كه حتم? فشارخون بيمار به دقت و به‌طور مداوم كنترل‌شود.
4 ـ سرعت تزريق وريدي اين دارو، نبايد از50 mg/min تجاوز كند.
عوارض جانبي تهوع اسهال بثورات‌جلدي تب ضعف عضله قلب نارسايي‌قلب سندرم شبه لوپوس اريتماتوز،آگرانولوسيتوز پس از درمان طولاني‌مدت پسيكوز و آنژيوادم با مصرف اين‌دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با ساير داروهاي ضد آريتمي ممكن‌است سبب بروز اثرات تجمعي هر دو برروي قلب شود. مصرف همزمان داروهاي‌كاهنده فشار خون با پروكائين آميد ممكن‌است سبب تجمع اثر كاهنده فشارخون هردو دارو شود. پروكائين آميد به علت دارابودن اثر مسدود كننده عصبي ـ عضلاني ويا ضد موسكاريني ثانويه ممكن است اثرداروهاي ضد مياستني را بر روي عضلات‌اسكلتي خنثي نمايد. مصرف همزمان‌پروكائين آميد با داروهاي مسدود كننده‌عصبي ـ

عضلاني ممكن است موجب‌طولاني شدن يا تشديد اثر اين داروها شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف اين دارو ازراه عضلاني فقط در مواردي كه امكان‌تزريق وريدي وجود ندارد، توصيه‌مي‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان از راه عضلاني 1000 ـ 500ميلي‌گرم هر 8 ـ 4 ساعت تزريق مي‌شود. ازراه وريدي ابتدا 100 ميلي‌گرم (كه براي‌تسهيل كنترل مقدار مصرف در مقدارمناسب از محلول تزريقي دكستروز 5درصد رقيق مي‌شود) به آهستگي و به‌طورمستقيم تزريق مي‌شود. سپس اين مقدارهر 5 دقيقه تكرار مي‌گردد تا آريتمي كنترل‌شود يا مقدار مصرف تام به يك گرم برسد.از راه انفوزيون وريدي 600 ـ 500ميلي‌گرم به‌صورت رقيق شده و با سرعت‌ثابت طي 30 ـ 25 دقيقه تجويز مي‌شود.به‌عنوان مقدار نگهدارنده براي حفظ وكنترل آريتمي مقدار 6 mg/min ـ 2 پس ازرقيق نمودن انفوزيون وريدي مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection : 1000mg/10ml

موارد مصرف پروپافنون در آريتمي‌هاي‌بطني تاكي آريتمي‌هاي گهگير فوق بطني فلوتر يا فيبريلاسيون گهگير دهليزي وتاكي كاردي‌هاي گهگير، در صورتيكه‌درمان استاندارد بي‌اثر باشد يا منع‌مصرف داشته باشد، استفاده مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو با مسدود كردن‌كانالهاي سديمي فعال موجب كاهش‌خودكاري قلب شده و هدايت وتحريك‌پذيري را مهار مي‌كند. همچنين‌طول دوره تحريك ناپذيري را طولاني‌مي‌كند. اين دارو داراي اثر ضعيف مسددگيرنده بتا آدرنرژيك و مسدد كانالهاي‌كلسيم نيز مي‌باشد.
فارماكوكينتيك اين دارو از راه خوراكي‌بخوبي جذب در كبد متابوليزه و از كليه‌دفع مي‌شود. متابوليسم گذر اول كبدي آن‌گسترده و نيمه عمر آن 5 ساعت است
موارد منع مصرف در نارسايي احتقاني كنترل نشده قلب شوك كارديوژنيك مگر اين‌كه ناشي از آريتمي باشد)،برادیکاردي شديد، اختلالات الكتروليتي‌كنترل نشده بيماري انسدادي شديدراههاي هوايي كاهش شديد فشارخون ميا‌ستني گراو، نقص عملكرد گره سينوسي‌ـ دهليزي اختلالات بافت هدايتي ـ دهليزي بلوك گره دهليزي ـ بطني درجه دو يابيشتر و بلوك شاخه‌هاي هيس نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بااحتياط فراوان تجويز شود:
نارسايي قلب نارسايي كبدي يا كليوي سالمندان و بيماراني كه داراي ضربان‌ساز الكتريكي هستند، بيماري‌هاي‌انسدادي راههاي هوايي
2 ـ از آنجايي كه پروپافنون داراي اثرمسدد گيرنده‌هاي بتا آدرنرژيك مي‌باشد،در بيماري انسدادي راههاي هوايي بايد بااحتياط بسيار زياد تجويز شود و درصورتي كه انسداد راههاي هوايي شديدباشد، نبايد مصرف شود.
عوارض جانبي يبوست تاري ديد، خشكي‌دهان گيجي تهوع استفراغ خستگي مزه‌فلزي و تلخ اسهال سردرد، واكنش‌هاي‌آلرژيك پوستي افت فشارخون وضعيتي كاهش ضربان قلب بلوك سينوسي ـدهليزي بطني و داخل بطني و اثرات‌آريتمي‌زايي از عوارض جانبي داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي سايمتيدين و كينيدين‌غلظت پلاسمايي اين دارو را افزايش‌مي‌دهند. مصرف همزمان پروپافنون باساير داروهاي ضد آريتمي تضعيف قلب راافزايش مي‌دهد. ريفامپين با كاهش غلظت‌پلاسمايي پروپافنون موجب كاهش اثرات‌آن مي‌گردد. پروپافنون با افزايش غلظت‌پلاسمايي وارفارين موجب افزايش اثرات‌آن مي‌گردد. مصرف توام پروپافنون باداروهاي ضد افسردگي سه حلقه‌اي خطربروز آريتمي را

افزايش مي‌دهد. مصرف‌همزمان پروپافنون با ترفنادين خطرآريتمي بطني را افزايش مي‌دهد. پروپافنون‌موجب افزايش غلظت پلاسمايي‌پروپرانولول ديگوكسين و تئوفيلين‌مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ از آنجايي كه مصرف‌توام پروپافنون با ديگوكسين موجب‌افزايش غلظت پلاسمايي ديگوكسين‌مي‌گردد، بايد در صورت مصرف همزمان‌اين دو، مقدار مصرف ديگوكسين را كاهش‌داد.
2 ـ اين دارو بايد پس از غذا مصرف
شود.
3 ـ در موقع تجويز اين دارو، ECG وفشارخون بيمار بايد كنترل شود.
4 ـ اگر با تجويز اين دارو فاصله QRSبيشتر از 20% افزايش يابد، بايد مقدارمصرف دارو كاهش يافته يا مصرف آن‌متوقف شود تا اينكه ECG به حد طبيعي‌برگردد.
مقدار مصرف در ابتدا 150 ميلي‌گرم
3 بار در روز مصرف مي‌شود. در صورت‌نياز با فاصله‌هاي حداقل 3 روز،
مقدار مصرف به 300 ميلي‌گرم 2 بار
در روز افزايش مي‌يابد. حداكثر
مقدار مصرف 300 ميلي‌گرم 3 بار در
روز مي‌باشد. در بيماران با وزن كمتر
از 70 كيلوگرم مقدار دارو بايد كاهش
يابد.
اشكال دارويي
Tablet : 150mg, 300 mg

RESERPINE

موارد مصرف رزرپين در كنترل زيادي‌فشار خون به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو با اثر بر انتهاي‌اعصاب سمپاتيك پس عقده‌اي ذخايركاتكول آمين‌ها و سروتونين بافتها ودستگاه عصبي مركزي را تخليه مي‌نمايد.به‌نظر مي‌رسد كه اثر پايين آورنده‌فشارخون رزرپين ناشي از كاهش بازده‌قلب و احتمالا تا حدي كاهش مقاومت‌محيطي باشد.
فارماكوكينتيك رزرپين بخوبي از مجراي‌گوارش جذب مي‌شود. متابوليسم رزرپين‌كبدي است نيمه عمر اوليه دارو 4/5 ساعت‌و نيمه عمر نهايي 168 ـ 45 ساعت است اثركاهنده فشارخون اين دارو، پس از چندروز تا 3 هفته (با مصرف مقادير متعدد) واثر تخليه كاتكول آمين طي يكساعت (بامصرف مقدار واحد) شروع مي‌شود. طول‌اثر كاهنده فشار خون دارو، 6 ـ 1 هفته‌است بيش از 60 درصد دارو، عمدت?به‌صورت تغيير نيافته طي 4 روز از طريق‌مدفوع دفع مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير
بايد با احتياط مصرف شود:
سنگهاي صفراوي قرحه گوارشي كوليت‌اولسراتيو، افسردگي يا سابقه ابتلاي به آن‌و بيماراني كه تحت درمان با شوك‌الكتريكي هستند يا بيماران ناتوان
عوارض جانبي آريتمي مدفوع تيره رنگ استفراغ خوني كرامپ معده يا درد، برادي‌كاردي درد سينه خواب آلودگي يا غش سردرد، كاهش ميل جنسي ضعف افسردگي عدم توانايي در تمركز،عصبانيت يا اضطراب تنگي نفس كابوس‌يا بيخوابي سحرگاهي بي‌اشتهايي اسهال خشكي دهان احتقان بيني و خيز پابا مصرف اين دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌داروهاي مهار كننده مونوآمينواكسيداز ازجمله فورازوليدون و پروكاربازين بارزرپين ممكن است منجر به تشديد ضعف‌سيستم اعصاب مركزي شود. در صورتي‌كه رزرپين به رژيم درماني داروهاي مهاركننده مونوآمينواكسيداز اضافه شود،ممكن است زيادي فشارخون متوسط تاشديد و تب شديد تا سطوح بحراني بروزنمايد.
نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف اين داروحتي در صورت احساس بهبودي بايدادامه يابد.
2 ـ اين دارو افزايش فشارخون را درمان‌نمي‌كند بلكه آن را كنترل مي‌نمايد. از اينرومصرف آن ممكن است تا آخر عمرضروري باشد.
3 ـ از مصرف ساير داروها، بخصوص‌داروهاي مقلد سمپاتيك بدون تجويزپزشك بايد خود داري شود.

4 ـ در صورت نياز به انجام هر گونه‌جراحي (از جمله دندانپزشكي يا درمان‌اضطراري بايد پزشك را از مصرف دارومطلع ساخت
5 ـ در صورت بروز افسردگي يا تغيير درعادت خواب مراجعه به پزشك ضروري‌است
6 ـ از مصرف ساير داروهاي مضعف‌سيستم اعصاب مركزي هم زمان‌بارزرپين بايد خودداري شود.
7 ـ هنگام رانندگي يا انجام كارهايي كه نيازبه هوشياري دارند، بايد احتياط نمود، زيرااين دارو سبب ايجاد خواب آلودگي وسرگيجه مي‌شود.
8 ـ با ظهور اولين علايم افسردگي شديد،بيخوابي سحرگاهي كاهش اشتها ياناتواني جنسي توصيه مي‌شود مصرف‌دارو قطع شود.
9 ـ توصيه مي‌شود مصرف رزرپين دوهفته قبل از درمان با شوك الكتريكي قطع‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان كاهنده فشارخون0/25 mg/day ـ 0/1 در 1 يا 2 مقدار منقسم‌مصرف مي‌شود.
كودكان به‌عنوان كاهنده فشارخون0/02 mg/kg/day ـ 0/005 در 1 يا 2 مقدارمنقسم مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet : 0.1 mg

BENZOCAINE

موارد مصرف بنزوكائين براي تسكين‌اختلالات خفيف پوستي نظير آفتاب‌سوختگي بريدگيهاي جزئي سوختگيها،خراشيدگيها و يا ساير زخمهاي جزئي نيش يا گزش حشرات و تماس با پيچك‌سمي مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: بنزوكائين مانند سايربي‌حس‌كننده‌هاي موضعي با تثبيت‌برگشت‌پذير غشاء سلولهاي عصبي و درنتيجه كاهش نفوذپذيري آن به يون سديم شروع و هدايت امواج عصبي را متوقف‌مي‌كند.
فارماكوكينتيك در ميان بي‌حس‌كننده‌هاي‌موضعي بنزوكائين حداقل جذب پوستي رادارد. اين دارو توسط كولين استرازپلاسما و همچنين در كبد متابوليزه شده واز راه كليه‌ها دفع مي‌گردد. مدت اثر آن30-45 دقيقه مي‌باشد.
هشدارها: 1 ـ بنزوكائين در شيرخواران‌بايد با احتياط مصرف شود، زيرا افزايش‌جذب پوستي ناشي از مصرف بيش از حداين دارو ممكن است منجر به بروزمتهموگلوبينمي گردد.
2 ـ ممكن است افرادي كه به PABA
حساس هستند به اين دارو نيز حساس‌باشند.
عوارض جانبي احتمال بروز حساسيت بابنزوكائين بيشتر از سايربي‌حس‌كننده‌هاي موضعي مي‌باشد.عوارض جانبي دارو شامل سميت ناشي ازجذب سريع و وسيع از موضع ناسازگاري فردي حساسيت مفرط و ياكاهش تحمل بيمار نسبت به دارو، مي‌باشد.
تداخل‌هاي دارويي مهاركننده‌هاي كولين‌استراز ممكن است متابوليسم بنزوكائين رابه‌تأخير بياندازند. بنزوكائين ممكن است بافعاليت ضدميكروبي سولفوناميدها مقابله‌نمايد.
نكات قابل توصيه 1 ـ از مصرف اين دارودر نواحي وسيعي از پوست و يا مخاط(بويژه نواحي آسيب ديده خودداري‌شود.
2 ـ احتياط لازم براي ممانعت از ورود داروبه داخل چشم‌ها معمول گردد.
مقدار مصرف به‌مقدار لازم سه تا چهار باردر روز روي موضع ماليده شود.
اشكال دارويي
Topical Ointment: 5%

BENZOYL PEROXIDE

موارد مصرف بنزوئيل پراكسيد براي‌درمان موضعي آكنه ولگاريس خفيف تامتوسط و همچنين عفونتهاي قارچي‌پوست به‌ويژه تينه‌آ پديس به‌كار مي‌رود.در آكنه شديد اين دارو را مي‌توان به‌عنوان‌درمان كمكي همراه با آنتي‌بيوتيكها،فرآورده‌هاي اسيد رتينوئيك وفرآورده‌هاي حاوي گوگرد ـ اسيدسالیسیلیك به‌كار برد.
مكانيسم اثر: بنزوئيل پراكسيد به آهستگي‌اكسيژن فعال آزاد مي‌كند و اثر ضدباكتري‌آن به همين دليل مي‌باشد. به‌علاوه اين‌دارو تا حدي داراي اثر كراتوليتيك است كه‌موجب از بين رفتن جوش چركي وهمچنين خشك و پوسته پوسته شدن‌پوست مي‌شود. بنزوئيل پراكسيد موجب‌بهبودي ضايعات التهابي و غير التهابي‌آكنه نيز مي‌گردد.
فارماكوكينتيك دارو از پوست جذب شده ودر پوست به اسيد بنزوئيك متابوليزه‌مي‌شود. در حدود 5 درصد از داروي‌متابوليزه شده به‌طور سيستميك جذب وبدون تغيير از راه ادرار دفع مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد التهاب حاد يابرهنگي پوست بايد با احتياط مصرف‌شود.
2 ـ از تماس دارو با چشم‌ها، دهان وغشاهاي مخاطي بايد خودداري شود.
3 ـ بنزوئيل پراكسيد ممكن است به‌عنوان‌يك Tumor promoter عمل نمايد.
4 ـ ايمني مصرف و كارآيي دارو دركودكان كمتر از 12 سال سن ثابت نشده‌است
عوارض جانبي بنزوئيل پراكسيد ندرت?ممكن است باعث درماتيت تماسي آلرژيك سوزش خارش تاول زدن قرمزي شديديا تورم پوست ، تحريك دردناك پوست وبثورات پوستي شود. در صورت مصرف‌بيش از حد علايمي همچون سوزش خارش پوسته پوسته شدن قرمزي ياتورم پوست ممكن است مشاهده شوند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌صابونهاي ساينده طبي يا پاك‌كننده سايرفرآورده‌هاي موضعي ضدجوش تركيبات موضعي حاوي الكل همچون‌لوسيون‌هاي بعد از اصلاح داروهاي‌قابض لوازم آرايشي و زيبايي معطر،صابونهايي با اثر خشك‌كننده قوي ايزوترتينوئين عوامل پوسته‌ريز موضعي‌همچون رزورسينول گوگرد، اسيدسالیسیلیك با بنزوئيل پراكسيد مي‌تواندموجب اثر تجمعي تحريكي يا خشك‌كننده‌آنها شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ دارو روي نواحي‌آسيب ديده يا تحريك شده پوست نبايداستعمال شود.

2 ـ از تماس دارو با چشم‌ها، دهان و سايرغشاهاي مخاطي و نواحي حساس گردن‌اجتناب شود.
3 ـ از مصرف همزمان ساير فرآورده‌هاي‌ضدجوش يا پوسته‌ريز، بدون دستورپزشك خودداري شود.
4 ـ اين تركيب ممكن است باعث از بين‌رفتن رنگ مو و يا پارچه‌هاي رنگي شود.
5 ـ از مصرف هر داروي ديگر در موضع‌استعمال اين دارو از يك ساعت قبل تا يك‌ساعت بعد اجتناب گردد.
6 ـ دارو در محل مناسب و دور از دسترس‌كودكان نگهداري شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان و كودكان با سن 12 سال وبيشتر: روزانه 1-2 بار از ژل يا 1-4 بار ازلوسيون مصرف مي‌شود. بهتر است‌درمان با فرآورده‌هاي ضعيف‌تر شروع‌شود. ضايعه معمولا طي 4-6 هفته بهبودقابل توجهي مي‌يابد.
اشكال دارويي
Lotion: 10%
Topical Gel: 5%, 10%

(BETAMETHASONE (Topical

موارد مصرف بتامتازون براي درمان‌علامتي اختلالات آلرژيك و يا التهابي‌پوست نظير اگزما، انواع درماتيت لوپوس‌اريتماتوز، نيش حشرات پمفيگوئيد وپمفيگوس به‌كار مي‌رود.
فارماكوكينتيك متابوليسم‌كورتيكواستروئيدها عمدت? در خود پوست‌صورت مي‌گيرد، ولي متابوليسم پوستي‌اين دارو نسبت به سايركورتيكواستروئيدهاي موضعي كمترمي‌باشد. به‌همين دليل تجويز مكرر آن‌باعث تجمع دارو در پوست شده و مي‌تواندبه طولاني شدن مدت اثر، تشديد عوارض‌جانبي و افزايش جذب سيستميك دارومنجر شود. دارو داراي متابوليسم كبدي‌نيز مي‌باشد.
هشدارها: 1 ـ مصرف اين دارو روي پوست‌كودكان بايد با احتياط صورت گيرد.
2 ـ به‌دنبال مصرف اين دارو ممكن است‌تست‌هاي بررسي عملكرد محورهيپوتالاموس ـ هيپوفيز ـ غده فوق‌كليوي‌دچار اختلال شود.
عوارض جانبي به‌دليل كم‌بودن متابوليسم‌بتامتازون در پوست امكان جذب‌سيستميك آن زياد مي‌باشد و لذا بروزعوارضي نظير سندرم كوشينگ افزايش‌قند خون وجود قند در ادرار و در درازمدت تضعيف محور هيپوتالاموس ـهيپوفيز ـ غده فوق‌كليوي محتمل
مي‌باشد.
نكات قابل توصيه 1 ـ از به‌كار بردن‌پوشش و يا پانسمان روي ناحيه تحت‌درمان با بتامتازون خودداري شود.
2 ـ در صورتي كه با گذشت دو هفته‌عارضه‌اي كه براي آن بتامتازون تجويزشده بهبود پيدا نكرد و يا بدتر شد، حتم? به‌پزشك اطلاع داده شود.
3 ـ قبل از شيردهي از استعمال اين داروروي بافت پستان خودداري شود.
4 ـ از مصرف دارو در اطراف چشم‌هااجتناب شود.
5 ـ شكل لوسيون دارو قبل از مصرف‌بخوبي تكان داده شود.
مقدار مصرف در بزرگسالان 1-3 بار درروز و در كودكان تنها يك‌بار در روزاستفاده شود.
اشكال دارويي
Lotion (As Valerate): 0.1%
Topical Cream (As Valerate): 0.1%
Topical Ointment (As Valerate): 0.1%

CALAMINE

موارد مصرف كالامين به‌عنوان قابض‌براي تسكين موضعي خارش درد والتهاب خفيف پوست ناشي از سم پيچك سم بلوط و سم سماق به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اكسيد روي و اكسيد فريك‌موجود در فرآورده داراي اثر قابض برپوست مي‌باشند. به‌علاوه باعث تسكين وبهبود پوست آسيب‌ديده نيز مي‌شود.
عوارض جانبي التهاب خفيف پوست (اثرخشك‌كننده دارو) ممكن است با مصرف‌دارو بروز نمايد.
نكات قابل توصيه 1 ـ دارو فقط براي‌استفاده موضعي است و از مصرف آن دراطراف چشم‌ها و ساير بافتهاي مخاطي‌مثل دهان بيني و نواحي تناسلي خودداري‌شود.
2 ـ لوسيون قبل از مصرف به‌خوبي تكان‌داده شود و به‌وسيله يك پنبه در محل‌ماليده تا خشك شود.
3 ـ به‌هنگام استفاده از كرم مقدار كافي ازآن بايد روي پوست قرار گرفته و به آرامي‌مالش داده شود.
مقدار مصرف يك لايه نازك از فرآورده تاسه بار در روز روي ناحيه آسيب‌ديده‌ماليده شود.
اشكال دارويي
Topical Cream: %8
Lotion : %8

CAPSICUM

موارد مصرف كاپسيكوم براي درمان‌موقتي دردهاي عصبي از قبيل دردهاي‌متعاقب بيماري تبخال و نوروپاتي
ديابتيك دردناك و دردهاي ناشي ازاستئوآرتريت و آرتريت روماتوئيد به‌كارمي‌رود.
مكانيسم اثر: كاپسيكوم يك نوروپپتيد فعال‌است كه ساخت ذخيره انتقال و آزاد شدن‌ماده P را تحت تأثير قرار مي‌دهد. اين
دارو با تخليه ماده P و ممانعت از تجمع‌مجدد آن در اعصاب حسي محيطي پوست‌و مفاصل را نسبت به درد غيرحساس‌مي‌نمايد.
موارد منع مصرف كاپسيكوم روي نواحي‌ترك خورده يا ملتهب پوست مگر تحت‌شرايط ويژه و در نوزادان و اطفال زير دوسال مگر تحت نظر پزشك نبايد مصرف‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ از تماس دارو باچشم‌ها و نواحي ترك‌دار يا ملتهب پوست‌اجتناب گردد.
2 ـ از استنشاق باقي‌مانده داروي خشك‌شده روي پوست خودداري شود.
3 ـ در صورت بروز اشكال در تنفس ياورم فور؟ به پزشك مراجعه گردد.
4 ـ چنانچه پس از 28 روز درمان وضعيت‌بدتر شد يا بهبود نيافت مصرف دارو قطع‌و به پزشك مراجعه شود.
5 ـ دستها پس از استعمال دارو فور؟شسته شوند، مگر آنكه خود آنها تحت‌درمان قرار گرفته‌باشند.
مقدار مصرف
بزرگسالان و كودكان بزرگتر از دو سال مقدار كافي از دارو 3-4 بار در روز درمحل مورد نظر ماليده شود.
اشكال دارويي
Plaster 12 x 18 cm: 0.025% capsaicin

CLOBETASOL PROPIONATE

موارد مصرف کلوبتازول در درمان‌علامتي اختلالات ناشي از آلرژي و يا‌التهابي پوست نظير اگزما، درماتيت‌ها،لوپوس اريتماتوز، نيش حشرات پمفيگوئيد و پمفيگوس به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو با عبور از غشاءسلولي به گيرنده‌هاي خود در سيتوپلاسم‌متصل شده و كمپلكس دارو ـ گيرنده واردهسته سلولي مي‌شود. اين كمپلكس بااتصال به نواحي خاصي از DNA موجب‌تحريك روند رونويسي mRNA و به‌دنبال‌آن ساخت آنزيم‌هايي مي‌گردد كه گمان‌مي‌رود مسئول ايجاد اثرات ضدالتهابي‌مي‌باشند.
فارماكوكينتيك متابوليسم‌كورتيكواستروئيدها عمدت? در خود پوست‌صورت مي‌گيرد. ولي متابوليسم پوستي‌اين دارو نسبت به سايركورتيكواستروئيدي موضعي كمترمي‌باشد. به همين دليل تجويز مكرر آن‌باعث تجمع دارو در پوست شده و مي‌تواندبه طولاني شدن مدت اثر، تشديد عوارض‌جانبي و افزايش جذب سيستميك دارومنجر شود. اين دارو داراي متابوليسم‌كبدي نيز مي‌باشد.
موارد منع مصرف در شيرخواران كمتر ازيك سال پلاك‌هاي منتشر و گسترده‌پسوريازيس عفونتهاي باكتريايي قارچي‌و يا ضايعات ويروسي پوستي و درمان‌نشده روزاسه و درماتيت‌هاي اطراف‌دهان و براي درمان آكنه نبايد مصرف
شود.
هشدارها: از ماليدن اين دارو روي پوست‌كودكان تا حد امكان پرهيز شود.
عوارض جانبي بروز عوارض جانبي‌موضعي مانند تشديد عفونت‌هاي درمان‌نشده نازك شدن پوست درماتيت‌تماسي اختلالات التهابي در ناحيه صورت‌به‌ويژه در خانم‌ها و آكنه در محل كاربردفرآورده نيز گزارش شده است
نكات قابل توصيه 1 ـ از مصرف‌خودسرانه اين دارو خودداري شود.
2 ـ از به‌كاربردن پوشش و يا پانسمان‌روي ناحيه تحت درمان با كلوبتازول‌خودداري شود.
3 ـ از تماس دارو با چشم‌ها جلوگيري‌شود.
4 ـ در صورتي كه با گذشت دو هفته‌عارضه‌اي كه براي آن كلوبتازول تجويزشده بهبود پيدا نكرد و يا بدتر شد، بايد به‌پزشك مراجعه شود.
5 ـ قبل از شيردهي از استعمال دارو روي‌بافت پستان خودداري شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار كافي از كرم يا پماد0/05%، 3 ـ 2 بار در روز و حداكثر

تا 4 هفته‌استفاده مي‌شود. بيشينه مصرف دارو 50گرم در هفته مي‌باشد.
مصرف دارو در كودكان زير 12 سال سن‌توصيه نمي‌شود.
اشكال دارويي
Topical Cream: 0.05%
Topical Ointment: 0.05%

COAL TAR

موارد مصرف كول‌تار براي درمان‌پسوريازيس و گهگاه اگزماي آتوپيك‌مزمن به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو هيپرپلازي پوست رادر برخي از اختلالات پروليفراتيو كاهش‌مي‌دهد.
موارد منع مصرف دارو در محل عفونت پسوريازيس چرك‌دار يا حاد و يا ناحيه‌بدون پوست نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ از تماس دارو با چشم‌ها،مخاط يا پوست صدمه ديده بايد اجتناب‌شود.
2 ـ مصرف دارو با متوكسالن سيستميك ياموضعي توصيه نمي‌شود.
عوارض جانبي تحريك پوستي و ضايعات‌مشابه بثورات حساسيت به نور، رنگي‌شدن پوست مو و البسه گزارش‌شده‌است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌داروهاي حساس‌كننده به نور از قبيل‌متوكسالن اسيد ناليديكسيك گريزئوفولوين فنوتيازين‌ها،سولفوناميدهاي سيستميك تتراسيكلين‌هاي سيستميك و مدرهاي‌تيازيدي با فرآورده‌هاي حاوي اين داروممكن است موجب بروز اثرات تجمعي‌حساسيت به نور شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي استفاده ازشامپو، موي سر بايد با آب گرم مرطوب‌شده با شامپو شسته و آبكشي گردد.شستشو با شامپو بايد تكرار شده و پس ازپنج دقيقه موها به‌دقت آبكشي شود.
2 ـ فرآورده‌هاي مايع حاوي اين دارو راميتوان روي پوست خشك يا مرطوب‌به‌كار برد يا آنها را به‌مقدار لازم به آب‌نيم‌گرم وان حمام افزوده و استحمام كرد.در صورت مصرف مستقيم آن بر پوست‌بايد مقدار كافي از دارو را روي موضع‌مورد نظر قرار داده و به آرامي مالش داد.
3 ـ محلول دارو آتش‌گير است و نبايد درنزديكي گرما يا شعله باز و يا هنگام سيگاركشيدن مصرف شود.
4 ـ دارو ممكن است به‌طور موقت رنگ‌موهاي بور، سفيد يا رنگي را تغيير دهد.
5 ـ به‌دليل احتمال بروز واكنش حساسيت‌به نور، تا 72 ساعت پس از مصرف دارونواحي تحت درمان نبايد در معرض نورمستقيم خورشيد قرار گيرند، مگر اينكه‌پزشك توصيه ديگري كرده باشد.
مقدار مصرف
بزرگسالان لوسيون 2 تا 5 درصد راميتوان 2-4 بار در روز به‌طور موضعي‌مصرف كرد يا اينكه آن را در آب نيم‌گرم‌وان حمام ريخته و

استحمام كرد. شامپوي‌حاوي اين دارو دوبار در هفته و يا مطابق‌دستور پزشك مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Lotion: 5%
Shampoo: 1%

DEXPANTHENOL

موارد مصرف دكسپانتنول براي تسكين‌خارش و كمك به ترميم پوست در مواردا‌گزماها و درماتوزهاي خفيف و درمان‌خارش و تحريك ملايم پوست زخمهاي‌سطحي گزيدگي و نيش حشرات پيچك‌سمي بلوط سمي و زخم قنداق نوزادان‌مصرف مي‌شود. به‌علاوه از اين داروبه‌عنوان نرم‌كننده و محافظ نواحي جراحي‌شده نيز استفاده مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو يك آنالوگ ويتامين‌ب كمپلكس است و با تحريك‌اپي‌تليزاسيون و گرانولاسيون در اگزماهاو درماتوزهاي خفيف باعث تسريع بهبودزخم و تسكين خارش مي‌شود.
فارماكوكينتيك در صورت جذب‌سيستميك به‌سرعت به اسيد پانتوتنيك‌متابوليزه مي‌شود و اغلب به‌شكل كوآنزيمA انتشار مي‌يابد. متابوليت‌هاي دارو عمدت?از طريق ادرار و بخشي نيز از راه مدفوع‌دفع مي‌شوند.
هشدارها: در صورت بروز واكنشهاي‌حساسيت مفرط، مصرف دارو بايد قطع‌شود.
عوارض جانبي خارش لكه‌هاي قرمز،درماتيت و احساس سوزش پوست ممكن‌است بروز نمايند.
نكات قابل توصيه 1 ـ دارو فقط براي‌استعمال خارجي است
2 ـ از تماس دارو با چشم‌ها اجتناب شود.
مقدار مصرف برحسب نياز روزانه 1-2بار يا بيشتر روي پوست ماليده مي‌شود.
اشكال دارويي
Topical Cream: 5%

DITHRANOL

موارد مصرف ديترانول براي درمان‌موضعي پسوريازيس خاموش يا مزمن‌پوست و فرق سر مصرف مي‌شود.مصرف دارو براي درمان طاسي موضعي‌نيز تحت بررسي مي‌باشد.
مكانيسم اثر: اين دارو با كاهش فعاليت‌سلولهاي اپيدرم هيپرپلازي شده باعث‌برگردان سرعت تكثير و كراتينيزه شدن‌اين سلول‌ها به حد طبيعي مي‌شود. بعلاوه‌ديترانول ساخت DNA را مهار مي‌كند وممكن است آزاد شدن گونه‌هاي اكسيژن‌فعال را افزايش دهد، لذا روندهاي متابوليك‌اكسيداتيو را تحت تأثير قرار مي‌دهد.
فارماكوكينتيك ديترانول به ميزان ناچيزي‌از طريق پوست جذب مي‌شود و احتمالابشكل متابوليت (عمدتا دانترون از راه‌كليه‌ها دفع مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود بثورات‌حاد يا التهاب جلدي از جمله فوليكوليت وهمچنين نارسايي كليوي با احتياط فراوان‌مصرف شود.
2 ـ حتي المقدور از مصرف دارو برصورت نواحي تناسلي يا چين خورده‌بدن بدليل احتمال بروز التهاب اجتناب‌گردد.
عوارض جانبي بثورات جلدي ناشي ازحساسيت مفرط، قرمزي و يا سايرتحريكات پوستي از عوارض جانبي دارومي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌ديترانول با ساير داروهاي حساس كننده‌پوست به نور ممكن است موجب حساسيت‌اضافي پوست نسبت به نور شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ دارو بيشتر از مقدارتوصيه شده مصرف نشود.
2 ـ از تماس دارو با چشمها و سايرغشاهاي مخاطي اجتناب گردد.
3 ـ قبل از استفاده دارو روي سر، موهابه‌خوبي شسته و خشك شوند.
4 ـ قبل از مصرف دارو، با ماليدن وازلين‌روي پوست سالم اطراف موضع مي‌توان‌از تحريك آن نواحي ممانعت كرد.
5 ـ اين دارو ممكن است به‌طور موقت‌موجب رنگي شدن پوست موها، لباسها ووسايل مورد استفاده گردد. در صورت‌لزوم استفاده از دستكش و كلاه پلاستيكي‌توصيه مي‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان براي درمان پسوريازيس‌مقدار كافي از دارو يك‌بار در روز (ترجيح?شبها) روي پوست ماليده و صبح روز بعدشسته مي‌شود. همچنين در روش درماني‌تماس كوتاه دارو يك بار روي پوست‌ماليده شده و پس از 10-30 دقيقه شسته‌مي‌شود. براي درمان طاسي موضعي مقدار كافي از دارو يك بار در روز روي‌موضع ماليده مي‌شود.

کودکان سلامت و کارآیي مصرف داروا‌ثبات نشده است
اشکال دارویي
Topical Cream: 0.25%

FIBRINOLYSIN

موارد مصرف فيبرينوليزين به منظور پاك‌كردن اجسام خارجي و بافتهاي مرده اززخم‌هاي ناشي از جراحي ضايعات‌زخم‌دار و سوختگي‌هاي درجه 2 و 3 بكارمي‌رود. در ضمن از طريق تجويز داخل‌مهبلي در درمان التهاب گردن رحم والتهاب مهبل نيز استفاده مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين تركيب مخلوطي از 2 آنزيم‌است تجويز توام اين دو آنزيم به صورت‌موضعي موجب تجزيه پروتئين‌هاي‌حاصل از فعاليت آنزيمي باكتري‌ها و درنتيجه رقيق شدن چرك و نيز حل شدن‌لخته خون يا تجزيه فيبرين در محل ضايعه‌مي‌گردد. بدين ترتيب برداشت و زدودن‌بافتهاي مرده از سطح پوست يا حفرات‌مشخصي از بدن با سهولت بيشتري‌صورت مي‌گيرد.
موارد منع مصرف در صورت وجودبيماري ترومبوآمبوليك نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: برخي از افراد ممكن است‌واكنش‌هاي حساسيت مفرط به دارو نشان‌دهند.
عوارض جانبي مصرف مقادير بالاي اين‌تركيب ممكن است ايجاد پرخوني موضعي‌نمايد.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي افزايش كارآيي‌دارو، ابتدا ضايعات خشكيده زخم وبافتهاي مرده را كاملا برداشته و سپس‌پماد مستقيما روي زخم قرار داده شود.
2 ـ در هر بار تجويز، شستشوي ترشحات ومواد زائد با يك محلول ضد عفوني كننده مثل‌آب اكسيژنه محلول نمكي نرمال يا آب گرم قبل از استفاده از پماد، توصيه مي‌شود.
3 ـ بهتر است پس از ماليدن يك لايه نازك‌از پماد روي زخم موضع پوشانيده شود.
مقدار مصرف حداقل روزي يك بار،ترجيحا 3 ـ 2 بار در روز، روي موضع‌ماليده مي‌شود. اين عمل تا بهبودي ضايعه‌ادامه مي‌يابد.
اشكال دارويي
Topical Ointment : (Fibrinolysin 30 IU +Desoxyribonuclease 20,000 IU) / 30 g

FLUOCINOLONE ACETONIDE

موارد مصرف فلوئوسينولون در درمان‌علامتي اختلالات آلرژيك و يا التهابي‌پوست نظير اگزما، انواع درماتيت
لوپوس اريتماتوز، پسوريازيس نيش‌حشرات پمفيگوئيد و پمفيگوس بكارمي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو با عبور از غشاءسلولي به گيرنده‌هاي خود در سيتوپلاسم‌متصل شده و كمپلكس دارو ـ گيرنده واردهسته سلولي مي‌شود. اين كمپلكس بااتصال به نواحي خاصي از DNA موجب‌تحريك روند رونويسي mRNA و بدنبال‌آن ساخت آنزيم‌هايي مي‌گردد كه گمان‌مي‌رود مسئول ايجاد اثرات ضد التهابي‌ميباشند.
فارماكوكينتيك متابوليسم كورتيكو ـاستروئيدها عمدتا در خود پوست صورت‌مي‌گيرد. ولي متابوليسم پوستي اين دارونسبت به ساير كورتيكواستروئيدهاي‌پوستي كمتر بوده و بهمين دليل امكان‌جذب سيستميك اين دارو نسبتا بيشترمي‌باشد. دارو داراي متابوليسم كبدي نيزمي‌باشد.
موارد منع مصرف در بيماري روزاسه وحالات التهابي زخم‌دار و يا خارش دار ونيز درمان آكنه نبايد مصرف شود.
هشدارها: از ماليدن اين دارو روي پوست‌كودكان تا حد امكان پرهيز شود.
عوارض جانبي بدليل كم بودن متابوليسم‌پوستي فلوئوسينولون و امكان جذب‌سيستميك قابل توجه عوارضي نظيرسندرم كوشينگ افزايش قند خون و وجودقند در ادرار و در دراز مدت تضعيف محورهيپوتالاموس ـ هيپوفيز ـ فوق كليه محتمل‌مي‌باشد. بروز عوارض جانبي موضعي‌مانند تشديد عفونت‌هاي درمان نشده نازك شدن پوست درماتيت تماسي اختلالات التهابي در ناحيه صورت بويژه‌در خانم‌ها و آكنه در محل كاربرد فرآورده‌نيز گزارش شده است
نكات قابل توصيه 1 ـ از مصرف خودسرانه اين دارو خودداري شود.
2 ـ از بكار بردن پوشش و يا پانسمان روي‌ناحيه تحت درمان با فلوئوسينولون‌خودداري شود.
3 ـ از تماس دارو با چشم‌ها اجتناب
شود.
4 ـ در صورتي كه با گذشت دو هفته‌عارضه‌اي كه براي آن فلوئوسينولون‌تجويز شده بهبود پيدا نكرد و يا
بدتر شد، بايد به پزشك مراجعه
شود.
5 ـ قبل از شيردهي از استفاده اين داروروي بافت پستان خودداري شود.

مقدار مصرف
بزرگسالان از کرم یا پماد 0/025%فلوئوسینولون 2 تا 4 بار در روز استفاده‌مي‌شود.
کودکان دارو تنها يك بار در روز استفاده‌مي‌شود.
اشکال دارويي
% Topical Cream: 0.025
% Topical Ointment: 0.025

HYDROCORTISONE ACETATE

موارد مصرف هيدروكورتيزون در درمان‌علامتي اختلالات ناشي از آلرژي و يا‌التهابي پوست نظير اگزما، درماتيت‌ها،لوپوس اريتماتوز، نيش حشرات پمفيگوئيد و پمفيگوس بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو با عبور از غشاءسلولي به گيرنده‌هاي خود در سيتوپلاسم‌متصل شده و كمپلكس دارو ـ گيرنده واردهسته سلولي مي‌شود. اين كمپلكس بااتصال به نواحي خاصي از DNA موجب‌تحريك روند رونويسي mRAN و بدنبال‌آن ساخت آنزيم‌هايي مي‌گردد كه گمان‌مي‌رود مسئول ايجاد اثرات ضد التهابي‌مي‌باشند.
فارماكوكينتيك متابوليسم اين دارو عمدتادر خود پوست صورت مي‌گيرد. بدنبال‌جذب سيستميك در كبد نيز متابوليزه‌مي‌شود. نيمه عمر هيدروكورتيزون آزادحدود 2 ساعت مي‌باشد.
موارد منع مصرف در بيماري روز آسه وحالات التهابي زخم‌دار و يا خارش دار ونيز درمان آكنه نبايد مصرف شود.
هشدارها: در اختلالات التهابي پوست‌شيرخواران از قبيل التهاب ناشي از ادرارسوختگي احتياط فراوان نموده و بيش از
7 ـ 5 روز مصرف نگردد.
عوارض جانبي در صورت جذب‌سيستميك هيدروكورتيزون عوارضي‌نظير سندرم كوشينگ افزايش قند خون وجود قند در ادرار و در دراز مدت تضعيف‌محور هيپوتالاموس ـ هيپوفيز ـ فوق كليه‌محتمل مي‌باشد.
بروز عوارض جانبي موضعي مانند تشديدعفونت‌هاي درمان نشده نازك شدن‌پوست درماتيت تماسي اختلالات التهابي‌در ناحيه صورت بويژه در خانم‌ها و آكنه‌در محل كاربرد فرآورده نيز گزارش شده‌است
نكات قابل توصيه 1 ـ از مصرف‌خودسرانه اين دارو خودداري شود.
2 ـ از بكار بردن پوشش و يا پانسمان روي‌ناحيه تحت درمان با هيدروكورتيزون‌خودداري شود.
3 ـ از تماس دارو با چشم‌ها اجتناب شود.
4 ـ در صورتي كه با گذشت دو هفته‌عارضه‌اي كه براي آن هيدروكورتيزون‌تجويز شده بهبود پيدا نكرد و يا بدتر شد،به پزشك مراجعه شود.
5 ـ قبل از شيردهي از استعمال اين داروروي بافت پستان خودداري شود.
مقدار مصرف در بزرگسالان از كرم يا پماد1%، 1 تا 4 بار در روز و در كودكان بالاي
2 سال 1 تا 2 بار در روز استفاده مي‌شود.ميزان مصرف اين دارو در

کودکان زیر
2 سال تاکنون مشخص نشده است
اشکال دارویي
Topical Cream: 1%
Topical Ointment: 1%

HYDROQUINONE

موارد مصرف هيدروكينون براي كاهش‌موقت زيادي رنگدانه پوست در مواردي‌مانند كك و مك كلوآسما و ملاسما،لنتيگوي دوران پيري و ساير حالات
زيادي ناخواسته رنگدانه ملانين مصرف‌مي‌شود. بعلاوه از اين دارو براي كاهش زيادي رنگدانه پوست ناشي ازحساسيت به نور همراه با التهاب ناشي
از مصرف برخي از عطرها نيز استفاده‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: هيدروكينون با مهاراكسيداسيون آنزيمي تيروزين و تضعيف‌ساير روندهاي متابوليكي ملانوسيت‌هاباعث مهار تشكيل ملانين و موجب بي‌رنگ‌شدن پوست مي‌گردد.
هشدارها: 1 ـ مصرف همزمان كرمهاي‌محافظ در برابر نور خورشيد با اين دارو ضروري مي‌باشد زيرا حتي مقاديراندكي از نور خورشيد نيز باعث باقي‌نگهداشتن فعاليت ملانوسيت‌ها مي‌شود.لذا پوشانيدن ناحيه مورد نظر با لباس
يا ساير روش‌ها در طول درمان توصيه‌مي‌شود.
2 ـ اين دارو نبايد براي جلوگيري از آفتاب‌سوختگي مصرف شود.
3 ـ در صورت بروز خارش تاول يا
التهاب شديد مصرف دارو توصيه‌نمي‌شود.
4 ـ در صورت عدم مشاهده اثرروشن‌كنندگي رنگ پوست تا دو ماه مصرف دارو بايد قطع گردد.
عوارض جانبي خشكي التهاب خفيف‌جلدي و حساس شدن پوست از جمله‌سوزش گزش و درماتيت تماسي بامصرف دارو گزارش شده است
نكات قابل توصيه 1 ـ دارو براي مصرف‌خارجي است و از تماس آن با چشم‌هااجتناب شود.
2 ـ محافظت در برابر نور خورشيد ازضروريات درمان مي‌باشد.
3 ـ اين دارو روي پوست ملتهب يا صدمه‌ديده نبايد مصرف شود.
4 ـ در صورت بروز تحريك يا بثورات‌جلدي مصرف دارو قطع و به پزشك اطلاع‌داده شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان و كودكان با سن بيشتر از12 سال لايه نازكي از كرم يا لوسيون‌دوبار در روز (صبح و شب بر ناحيه موردنظر ماليده مي‌شود. پس از دستيابي به‌پاسخ مناسب مصرف دارو فقط برحسب‌نياز و براي حفظ بي‌رنگي حاصل از درمان‌ادامه يابد.

اشكال دارويي
Topical Cream : 2%

ISOTRETINOIN

موارد مصرف ايزوترتينوئين رتينوئيدياست كه براي درمان سيستميك سيستيكنودولا و بثورات جلدي توده‌اي conglobate acne) و بثورات جلدي شديدكه به دوره‌هاي كامل درماني عوامل‌ضدميكرب پاسخ نداده‌اند و همچنين براي‌درمان بثورات جلدي خانمها در دهه‌هاي‌سوم و چهارم زندگي كه معمولا نسبت به‌درمان با آنتي‌بيوتيكها مقاوم مي‌باشند،مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: ايزوترتينوئين اندازه غده‌چربي را كاهش داده و فعاليت آنها را مهارمي‌كند و در نتيجه باعث كاهش ترشح‌سبوم مي‌شود. به‌علاوه داراي اثرات ضدكراتينيزه‌اي و ضدالتهابي نيز مي‌باشد.
فارماكوكينتيك دارو از مجراي گوارش‌به‌سرعت جذب مي‌شود و در كبد و احتمالاديواره روده متابوليزه مي‌گردد. نيمه عمرايزوترتينوئين و متابوليت اصلي‌اش10-20 ساعت است زمان لازم براي كسب‌حداكثر غلظت پلاسمايي حدود 3 ساعت‌مي‌باشد.
موارد منع مصرف دارو در دوران‌بارداري و شيردهي موارد نقص عملكردكبدي يا كليوي افزايش ويتامين Aوافزايش چربي خون نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ دارو تراتوژن است و حداقل‌يك ماه قبل از شروع درمان طي درمان وتا حداقل يك ماه پس از درمان حاملگي‌نبايد صورت گيرد.
2 ـ طي دوران درمان و حداقل تا يك ماه‌پس از پايان درمان از اهداء خون بايداجتناب شود.
3 ـ عملكرد كبدي و ميزان چربي‌هاي‌پلاسما در ابتدا و يك ماه پس از شروع‌درمان و سپس هر سه‌ماه يك‌بار بايدارزيابي گردند.
4 ـ از مصرف تتراسيكلين مقادير زيادويتامين A (بيشتر از 4-5 هزار واحد درروز) و كراتوليتيك‌ها طي دوره درمان بادارو بايد خودداري شود.
5 ـ گلوگز خون در افراد ديابتيك و همچنين‌مبتلا به كراتيت (به‌ويژه در افراد مبتلا به‌سندرم چشم خشك بايد ارزيابي شود.
عوارض جانبي ايزوترتينوئين ممكن است‌باعث بروز عوارض عديده‌اي همچون‌سوزش خارش يا ساير علايم التهابي‌چشم خونريزي از بيني پوسته پوسته‌شدن سرخي سوزش درد و ساير علايم‌التهاب لبها، دپرسيون ذهني عفونت‌پوستي و بثورات جلدي شود.
تداخل‌هاي دارويي ايزوترتينوئين احتمالاغلظت پلاسمايي كاربامازپين را كاهش‌مي‌دهد. مصرف همزمان ايزوترتينوئين وتتراسيكلين ممكن است احتمال بالا رفتن‌فشار خون داخل جمجمه‌اي را افزايش‌دهد.

نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت احتمال‌حاملگي مصرف دارو بايد قطع شده و به‌پزشك مراجعه شود.
2 ـ طي دوره درمان و تا حداقل 30 روز پس‌از تكميل آن از اهداء خون به بانك خون‌به‌دليل خطر استفاده آن براي يك بيماربادار بايد اجتناب شود.
3 ـ از مصرف همزمان ويتامين A يا سايرمكمل‌هاي حاوي ويتامين A، مگر درصورت تجويز پزشك بايد خودداري‌شود.
4 ـ در صورت كاهش ناگهاني بينايي درشب از رانندگي و كار با ماشين‌آلات و ياموارد مشابه بايد خودداري كرده و به‌پزشك مراجعه گردد.
مقدار مصرف ابتدا مقدار 500 mcg/kg درروز (در يك يا دو مقدار منقسم همراه باغذا به‌مدت 4 هفته تجويز مي‌شود. درصورت پاسخ مناسب مصرف دارو براي8-12 هفته ادامه مي‌يابد. در صورت پاسخ‌ضعيف تجويز دارو تا حد 1mg/kg/dayبراي 8-12 هفته ادامه مي‌يابد. در صورت‌عدم تحمل مقدار مصرف دارو به100-200 mcg/kg/day كاهش يابد.
اشكال دارويي
Capsule: 20 mg

MENTHOL SALICYLATE

موارد مصرف منتول سالیسیلات براي‌تسکین موضعي دردهاي عضلاني وروماتوئید، سیاتیك کمر درد، فیبروزیت سختي عضلات دردهاي مداوم عضلاني رگ به رگ شدن کشیدگي و کوفتگي‌لیگامانها و تاندونها و کبودي‌ها مصرف‌مي‌شود.
مکانیسم اثر: منتول در غلظت‌هاي کم‌به‌طور انتخابي باعث گشاد شدن عروق‌مي‌شود که با ایجاد احساس سرما موجب‌بروز اثر ضد دردي مي‌شود.سالیسیلات‌ها اثر ضد درد موضعي خودرا با متوقف کردن عامل تولید تکانه درداعمال مي‌نمایند.
فارماکوکینتیك منتول سالیسیلات از طریق‌پوست جذب مي‌شود.
موارد منع مصرف این دارو به‌صورت‌موضعي در کودکان با سن کمتر از چهارسال و نیز بر پوست ضایعه دیده یا تحریك‌شده نباید مصرف شود.
هشدارها: در صورت مصرف همزمان بااسید استیل سالیسیلیك یا سایرسالیسیلات‌ها، مقدار مصرف منتول‌سالیسیلات باید کاهش یابد.
عوارض جانبي به‌ندرت ممکن است‌واکنشهاي حساسیت پوستي مشاهده‌شود. در صورت استعمال بر نواحي‌وسیعي از پوست عوارض سالیسیلات‌هامثل وزوز گوش تهوع و استفراغ ممکن‌است بروز نماید.
تداخل‌هاي دارویي مصرف همزمان‌ترکیبات ضدانعقاد با منتول سالیسیلات‌موضعي ممکن است به تشدید اثرضدانعقادي (افزایش زمان پروترومبین منجر شود.
نکات قابل توصیه 1 ـ در صورت تداوم‌علایم بیماري با وجود مصرف دارو، به‌پزشك مراجعه شود.
2 ـ بهتر است دارو بعد از استحمام با آب‌گرم استعمال شود.
3 ـ دارو فقط روي پوست سالم مصرف‌شود.
4 ـ از مصرف دارو در نزدیکي چشم‌ها وسایر نواحي حساس اجتناب گردد.
5 ـ از نزدیك کردن دارو به آتش یا سطوح‌داغ (به‌دلیل قابلیت اشتعال اجتناب گردد.
مقدار مصرف
بزرگسالان و کودکان با سن بیشتر ازشش سال براي تسکین درد مقدار کافي ازپماد تا چهار بار در روز به آرامي روي‌موضع مالیده مي‌شود.
به‌عنوان‌ضداحتقان حدود دو سانتي‌متر از پماد به‌آب داغ اضافه و استنشاق مي‌شود و یا قبل‌از خواب روي سینه مالیده مي‌شود.
اشکال دارویي

Topical Ointment: Methyl Salicylate15% + Menthol 10%

METHOXSALEN

موارد مصرف متوكسالن همراه با اشعه‌ماوراء بنفش A براي درمان ويتيليگو(تحرك رنگدانه سازي ، افزايش مقاومت‌پوست به نور آفتاب طاسي موضعي التهابات پوستي اگزما و درمان‌پسوريازيس كه به ساير درمانها پاسخ‌نمي‌دهد، به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: متوكسالن همان‌طور كه ازساخت DNA، تقسيم سلولي و ساخت وتخريب سلولهاي اپيدرم ممانعت مي‌كند،ممكن است باعث افزايش فعاليت تيروزينازدر سلولهاي سازنده ملانين شود. رنگدانه‌سازي موفقيت‌آميز نيازمند حضورملانوسيت‌هاي فعال است
فارماكوكينتيك جذب متوكسالن از دستگاه‌گوارش خيلي متغير است متوكسالن‌توسط اشعه ماوراء بنفش Aبا طول موج‌بلند (UVA) در محدوده طول موج320-400 نانومتر (حداكثر اثر در 365نانومتر) فعال شده و در كبد متابوليزه‌مي‌شود. نيمه عمر متوكسالن 1/1 ساعت‌است و زمان لازم براي شروع اثر آن دردرمان ويتيليگو حداكثر تا شش ماه دردرمان پسوريازيس تا 30 بار مصرف‌دارو (10 هفته يا بيشتر)، براي افزايش‌حساسيت پوست به نور آفتاب تايك‌ساعت و براي برنزه كردن پوست چندروز مي‌باشد. 80-90 درصد اين دارو طي‌هشت ساعت و 95 درصد آن طي 24ساعت به‌صورت متابوليت از طريق كليه‌هاو 4-10 درصد آن از راه مدفوع دفع‌مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود زالي هيدرآ، كاهش رنگدانه‌سازي پوست بامنشأ عفوني لوپوس اريتماتوز حاد،پورفيري يا خشكي پوست پيگمانتوز، آب‌مرواريد، سابقه ابتلاي به سرطان پوست مصرف آرسنيك يا درمان با داروهاي‌سيتوتوكسيك قطران زغال سنگ اشعه‌ايكس و UVB بايد با احتياط مصرف شود.
2 ـ مصرف متوكسالن و UVA در انسان‌باعث افزايش خطر بروز سرطان سلولهاي‌سنگفرشي پوست شده است اين خطر دربيماران داراي عوامل مساعد كننده از قبيل‌داشتن پوست نازك يا حساسيت مفرط،نور آفتاب سابقه ابتلاي به سرطان‌پوست قرار گرفتن در معرض اشعه‌هاي‌يونيزه كننده قرار گرفتن بيش از حد درمعرض نور آفتاب يا سابقه درمان با قطران‌زغال سنگ و UVB به مدت طولاني‌وآرسينك يا تماس موضعي با گاز خردل بيشتر مي‌باشد.
3 ـ منافع مصرف دارو در برابر مخاطرات‌آن در موارد بيماري‌هاي زالي هيدره‌آ يالكودرما با منشأ عفوني لوپوس اريتماتوزحاد و پورفيريايي كه با افزايش حساسيت‌به نور همراه مي‌باشد، بايد سنجيده شود.

عوارض جانبي بروز آب مرواريد بامصرف دارو گزارش شده‌است اماچنانچه به‌هنگام قرار گرفتن در معرض نورآفتاب يا اشعه ماوراء بنفش تا مدت 24ساعت بعد از مصرف از عينكهاي آفتابي‌جاذب UVA استفاده شود، خطر بروز اين‌بيماري خيلي كاهش مي‌يابد. علائم مصرف‌بيش از حد دارو يا بيش از حد قرار گرفتن‌در معرض اشعه ماوراء بنفش شامل تاول‌زدن يا پوسته ريزي پوست قرمزي و زخم‌شدن پوست و ورم به‌ويژه در پا يا قسمت‌تحتاني ساق پا مي‌باشد. عوارض شايعي‌مانند خارش پوست و تهوع نيز گزارش‌شده‌است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌سيستميك يا موضعي متوكسالن با سايرداروهاي حساس‌كننده به نور مانند قطران‌زغال سنگ يا مشتقات آن مدرهاي‌تيازيدي گريزئوفولوين اسيدناليديكسيك فنوتيازين‌ها، سولفوناميدهاو تتراسيكلين‌ها مي‌تواند باعث حساسيت‌بيشتر به نور شود. مصرف همزمان‌فنوتيازين‌ها با متوكسالن به‌صورت‌سيستميك ممكن است باعث تشديد آسيب‌فتوشيميايي به مشيميه شبكيه و عدسي‌شود. مصرف همزمان متوكسالن با موادغذايي حاوي فوروكومارين مانند ليمو،انجير، جعفري هويج فرنگي خردل هويج‌و كرفس به‌دليل خطر بروز مسموميت‌اضافي ناشي از نور توصيه نمي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ اثربخشي دارو ممكن‌است نيازمند 6-8 هفته زمان باشد، لذا نبايدمقدار دارو يا مدت قرار گرفتن در معرض‌اشعه را (به‌دليل خطر بروز سوختگيهاي‌وخيم افزايش داد.
2 ـ چنانچه مصرف يك نوبت از داروفراموش يا به تأخير افتاد، براي‌برنامه‌ريزي مجدد درمان با نور، بايد به‌پزشك مراجعه شود.
3 ـ از قرار دادن پوست در معرض آفتاب حتي از شيشه پنجره يا در روز ابري براي حداقل 24 ساعت قبل از مصرف داروو 8 ساعت پس از درمان بايد خودداري‌شود.
4 ـ در طول روز (حتي در نور غيرمستقيم بايد تا 24 ساعت پس از مصرف دارو ازعينك آفتابي استفاده گردد و لبها تا 15ساعت بعد از درمان با مواد محافظت‌كننده‌در برابر آفتاب پوشانيده شوند.
5 ـ بهتر است دارو بر نواحي محدودي ازپوست استعمال شود و متعاقب قرار گرفتن‌در معرض آفتاب يا اشعه ماوراء بنفش ازروي پوست برداشته شود.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان و كودكان با سن بيشتر از12 سال براي درمان ويتيليگو مقدار30-40 mg/day براي 2-3 بار در هفته 2-4 ساعت قبل از قرار گرفتن در معرض‌اشعه ماوراء بنفش مصرف مي‌شود. بين‌دفعات مصرف

دارو حداقل 48 ساعت‌فاصله لازم است زمان اوليه قرارگرفتن‌در معرض آفتاب نبايد از ده دقيقه براي‌پوستهاي با رنگ روشن يا بيست دقيقه‌براي پوستهاي گندم‌گون تجاوز نمايد.ممكن است براساس ميزان اريتم ياحساسيت پوست هر روز پنج دقيقه به اين زمان افزوده شود.
در مورد نور مصنوعي زمان اوليه‌نبايد از نصف مدت زماني كه در نتيجه قرارگرفتن در معرض آفتاب باعث بروز اريتم‌مي‌گردد، تجاوز نمايد و يا اينكه براساس‌حداقل مقدار سميت نوري و دستورالعمل‌كارخانه سازنده دارو براي منابع خاصي‌از نور تنظيم شود. براي درمان‌پسوريازيس مقدار 0/6 mg/kg/day براي2-3 بار در هفته 2-3 ساعت قبل از قرارگرفتن در معرض نور براساس نوع پوست‌و پاسخ به درمان و همچنين برحسب‌دستورالعمل كارخانه سازنده دارو براي‌استفاده از منابع خاصي از نور تعيين‌مي‌شود. دفعات استفاده از دارو را مي‌توان‌به‌تدريج تا ميزان لازم براي درمان‌نگهدارنده كاهش داد و مدت زمان قرارگرفتن در معرض UVA را براساس پاسخ‌بيمار به دارو تنظيم كرد.
موضعي
بزرگسالان مقدار كمي از لوسيون روي‌ضايعات ويتيليگو ماليده مي‌شود. مدت1-2 دقيقه صبر كرده تا خشك شود وسپس مصرف دارو تكرار مي‌شود. اين‌عمل 2-2/5 ساعت قبل از قرار گرفتن درمعرض UVA انجام مي‌شود. زمان اوليه‌قرار گرفتن در معرض آفتاب نبايد از يك‌دقيقه تجاوز نمايد و اين زمان با احتياطزياد مي‌گردد. در مورد نور مصنوعي زمان اوليه نبايد از نصف مدت زماني كه درنتيجه تماس با آفتاب باعث بروز اريتم‌مي‌شود، تجاوز كند و يا اينكه براساس‌حداقل مقدار سميت نوري و دستورالعمل‌كارخانه سازنده براي منابع خاصي از نورتنظيم گردد. درمان پيشنهادي كارخانه‌سازنده هفته‌اي يكبار است معهذا برخي ازپزشكان درمان هر 5 ـ 3 روز را توصيه‌مي‌نمايند.
اشكال دارويي
Tablet: 10 mg
Topical Soultion: 1%

METHYL SALICYLATE

موارد مصرف متيل ساليسيلات براي‌تسكين موضعي دردهاي عضلاني يامفاصل و از بين بردن التهاب موضعي‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: ساليسيلات‌ها اثر ضد دردموضعي خود را با متوقف كردن عامل‌توليد تكانه درد اعمال مي‌نمايند.
فارماكوكينتيك متيل ساليسيلات از راه‌پوست جذب مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ دارو به‌دليل بوي مطبوع‌به‌طور شايعي به‌وسيله كودكان خورده‌شده‌است كه اين امر مي‌تواند منجر به مرگ‌شود.
2 ـ مصرف دارو در كودكان به‌دليل خطربروز مسموميت بايد با احتياط صورت‌گيرد.
عوارض جانبي به‌ندرت ممكن است‌واكنشهاي حساسيت پوستي مشاهده‌شود. در صورت استعمال بر نواحي وسيع‌از پوست عوارض ساليسيلات‌ها مثل‌وزوز گوش تهوع و استفراغ ممكن است‌بروز نمايد.
تداخل دارويي مصرف همزمان داروهاي‌ضدانعقاد با متيل ساليسيلات موضعي‌ممكن است به تشديد اثر ضدانعقادي افزايش زمان پروترومبين منجر شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت تداوم‌علايم بيماري با وجود مصرف دارو، به‌پزشك مراجعه شود.
2 ـ بهتر است دارو بعد از استحمام با آب‌گرم استعمال شود.
3 ـ دارو فقط روي پوست سالم مصرف‌شود.
4 ـ از مصرف دارو در نزديكي چشم‌ها وساير نواحي حساس اجتناب گردد.
مقدار مصرف براي تسكين درد مقدار كافي‌از پماد تا چهار بار در روز به آرامي روي‌موضع ماليده شود.
اشكال دارويي
Topical Ointment: 30%

موارد مصرف مايكونازول در درمان‌كانديدياز جلدي و مهبلي ـ فرجي ناشي ازكانديدا آلبيكنس و ساير گونه‌هاي كانديدا،درمان كچلي بدن كشاله ران و پا ناشي ازتريكوفيتون روبروم تريكوفيتون‌منتاگروفيس و اپيدرموفيتون فلكوزوم درمان تينه‌آورسيكالر ناشي از مالاسزيافورفور و درمان كچلي سر، ريش وپارونشيا مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: مايكونازول يك ايميدازول‌متوقف كننده رشد قارچ است كه با توجه به‌غلظت ممكن است باعث مرگ قارچ نيزگردد. دارو بيوسنتز ارگوسترول يا سايراسترول‌ها را مهار مي‌كند و باعث ايجادآسيب در غشاء سلولي قارچ و تغييرنفوذپذيري آن مي‌شود. بعلاوه با مهارفعاليت آنزيم‌هاي اكسيداتيو و پراكسيداتيوباعث افزايش غلظت داخل سلولي پراكسيدهيدروژن تا حد سمي مي‌شود كه اين امرممكن است به مرگ سلول كمك نمايد. اين‌دارو تبديل بلاستوسپورها را به شكل‌ميسلي مهاجم در كانديدا آلبيكنس متوقف‌مي‌كند.
فارماكوكينتيك مقادير جزئي مايكونازول‌پس از استعمال داخل مهبلي به‌طورسيستميك جذب مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت بروز حساسيت‌به دارو منافع مصرف در برابر مخاطرات‌آن سنجيده شود.
2 ـ در سه ماهه دوم و سوم بارداري يك‌دوره درماني يك هفته‌اي به جاي‌درمان‌هاي كوتاه مدت‌تر توصيه مي‌شود.
عوارض جانبي بثورات جلدي تاول سوزش و قرمزي يا ساير علائم تحريك‌پوست كه قبل از مصرف موضعي‌مايكونازول وجود نداشته‌است از عوارض‌جانبي اين دارو هستند.
مقدار مصرف مقدار مصرف كرم واژينال‌در بزرگسالان يك اپليكاتور پر (5 گرم هنگام خواب به مدت 7-14 روز است كه درصورت نياز دوره درمان تكرار مي‌شود.كرم مايكونازول براي درمان كانديدياز‌پوستي يا تيناكورپورس تيناكروريس ياتيناپديس دو بار در روز صبح و عصر ودر درمان تينا ورسيكالر يك بار در روز به‌مدت 10 روز مصرف مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ دوره درمان حتي درصورت بهبودي علايم بيماري كامل گردد.
2 ـ چنانچه مصرف يك نوبت از داروفراموش گرديد، دارو بمحض بيادآوردن‌استعمال گردد مگر آنكه تقريب؟ زمان دوزبعدي فرا رسيده باشد.
3 ـ اقدامات بهداشتي در طول درمان براي‌بهبودي عفونت و ممانعت از

عود مجدد آن‌رعايت گردد.
4 ـ به‌طور معمول درمان همسر بيمارضروري نيست مگر آنكه علايم موضعي‌خارش يا التهاب پوست نواحي تناسلي‌بروز نمايد.
اشكال دارويي
Topical Cream: 2%
Vaginal Cream: 2%

(MINOXIDIL (Topical

موارد مصرف مينوكسيديل موضعي براي‌درمان طاسي مردانه آندروژنيك در مردان‌و زنان به‌كار مي‌رود. احتمالا تأثير اين‌دارو در مرداني كه بيشتر موهاي قسمت‌جلوي سرشان ريخته است كمتر ازافرادي است كه مبتلا به طاسي آندروژنيك‌ساير نواحي مي‌باشند.
مكانيسم اثر: به‌نظر مي‌رسد كه اين اثر داروبه‌واسطه افزايش جريان خون جلدي ناشي‌از گشادي عروق تحريك فوليكولهاي مواز وضعيت استراحت به رشد فعال وتحريك سلولهاي فوليكول مو باشد.
فارماكوكينتيك مقدار ناچيزي ازمينوكسيديل موضعي از طريق پوست‌سالم جذب مي‌شود. اثر دارو حداقل چهارماه پس از شروع درمان دو بار در روز باداروي 2% شروع شده و طي يك‌سال به‌حداكثر مي‌رسد. به‌نظر مي‌رسد كه 3-4ماه پس از قطع درمان موهاي جديدحاصل از درمان شروع به ريزش نمايند وپيشرفت ريزش مو مجدد؟ از سرگرفته‌شود. تقريب؟ 95% از دارويي كه به‌طورسيستميك جذب شده است طي چهار روزاز بدن دفع مي‌گردد.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود بيماريهاي‌قلبي ـ عروقي زيادي فشار خون التهاب ياجراحت پوست از قبيل پسوريازيس‌پوست سر يا آفتاب سوختگي شديد داروبايد با احتياط مصرف شود.
2 ـ فشار خون ضربان قلب و وزن بيماران‌تحت درمان با مينوكسيديل موضعي رابايد تحت نظر قرار داد.
3 ـ مصرف مكرر مينوكسيديل موضعي‌ممكن است منجر به جذب سيستميك آن وبروز عوارض جانبي دارو شود.
عوارض جانبي بروز مشكلات نادري‌همچون واكنش آلرژيك (بثورات جلدي وورم صورت ، خارش تشديد طاسي سوختن پوست سر، سرگيجه اگزما،التهاب فوليكولها، سردرد، كاهش توانايي‌جنسي خستگي اختلالات بينايي و كاهش‌دقت بينايي با مصرف اين دارو گزارش‌شده‌است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌مينوكسيديل موضعي با فرآورده‌هاي‌حاوي كورتيكواستروئيدها، مشتقات
نفتي و يا رتينوئيدها ممكن است با
افزايش نفوذپذيري استراتوم كورنئوم‌باعث تشديد جذب جلدي دارو شود.مصرف همزمان مينوكسيديل موضعي وسيستميك به‌دليل احتمال جذب سيستميك‌داروي موضعي ممكن است خطر سميت‌آن را افزايش دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ به‌دليل خطر جذب‌سيستميك دارو بيشتر از مقادير و

دفعات‌توصيه شده و يا بر ساير نقاط بدن‌استعمال نگردد.
2 ـ از استعمال ساير فرآورده‌هاي پوستي‌بر نواحي تحت درمان با دارو اجتناب
شود.
3 ـ از تماس دارو با چشم‌ها، بيني يا دهان‌خودداري گردد. در صورت تماس اتفاقي نواحي آلوده با مقادير زياد آب شستشوداده شوند.
4 ـ دستهاي آغشته به دارو بلافاصله پس‌از استعمال شستشو داده شوند. براي‌تسريع در خشك كردن موها از سشواراستفاده نگردد.
5 ـ ريزش مو ممكن است تا دو هفته پس ازشروع درمان ادامه يابد.
مقدار مصرف
بزرگسالان تا سن 65 سالگي بدون توجه‌به ميزان نواحي بدون مو، يك تا حداكثر دو ميلي‌ليتر از محلول 2%
دو بار در روز بر فرق سر استعمال‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Topical Solution: 20 mg/ml

MUPIROCIN

موارد مصرف موپي‌روسين به‌صورت‌موضعي در درمان عفونت‌هاي مختلف‌پوست به‌ويژه عفونت‌هاي ناشي ازباكتري‌هاي گرم مثبت (از جمله‌استافيلوكوك مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو از طريق مهاربيوسنتز پروتئين‌ها اثر مي‌كند و بسته به‌غلظت ممكن است باكتريواستاتيك يا‌باكتريسيد باشد.
فارماكوكينتيك مقادير كمي ازموپي‌روسين پس از مصرف موضعي‌جذب سيستميك مي‌شود كه به‌سرعت‌متابوليزه مي‌شود.
نكات قابل توصيه به‌دليل احتمال بروزمقاومت ميكروبي به دارو، مصرف آن به‌مدت طولاني (بيش از 10 روز) يا دربيمارستانها توصيه نمي‌شود.
مقدار مصرف به مقدار لازم 3 بار در روز تاحداكثر 10 روز در موضع ماليده مي‌شود.
اشكال دارويي
Topical Ointment: 2%

NITROFURAZONE

موارد مصرف نيتروفورازون به‌صورت‌موضعي در سوختگيها، زخمها وعفونتهاي پوستي و نيز براي آماده ساختن‌موضع براي پيوند پوست مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو يك مشتق‌نيتروفوران با طيف اثر ضدميكروبي‌گسترده است اما اثر ناچيزي برپسودوموناس آئروژينوزا دارد.
هشدارها: 1 ـ مصرف نيتروفورازون ممكن‌است موجب بروز عفونت ثانويه ناشي ازميكروارگانيسم‌هاي غيرحساس به‌ويژه‌پسودوموناس آئروژينوزا و قارچها شود.در صورت بروز عفونت ثانويه مصرف‌اين دارو بايد قطع شود و درمان مناسب‌ديگري جايگزين گردد.
2 ـ اين دارو در بيماران مبتلا به كمبود G6PDبايد با احتياط مصرف شود.
عوارض جانبي حساس شدن پوست وبروز واكنش‌هاي آلرژيك با مصرف اين‌دارو گزارش شده است
نكات قابل توصيه در صورت تحريك‌موضعي ناشي از مصرف دارو يا بدترشدن عفونت بايد به پزشك مراجعه شود.
مقدار مصرف مقدار كافي از كرم روي‌موضع ماليده مي‌شود.
اشكال دارويي
Topical Cream: 0.2%

PABA

موارد مصرف پابا به‌عنوان محافظت‌کننده‌پوست در مقابل نور خورشيد مصرف‌مي‌شود.
عوارض جانبي با مصرف اين دارو ممكن‌است درماتيت تماسي بروز كند.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت بروزتحريك يا بثورات جلدي از مصرف داروبايد خودداري شود.
2 ـ از تماس دارو با چشم‌ها خودداري‌شود.
3 ـ اين دارو ممكن است باعث تغيير رنگ‌لباس‌ها شود.
مقدار مصرف مقدار كافي از دارو
روي مناطقي از پوست كه در معرض
آفتاب قرار دارد ماليده مي‌شود. مصرف‌دارو بايد هر دو ساعت يك‌بار يا بعد
از شنا كردن يا تعريق بيش از حد تكرارشود.
اشكال دارويي
Lotion: 5%

## (POTASSIUM PARA AMINOBENZOATE (PABA-K

موارد مصرف پتاسيم پابا در در درمان‌انواع اختلالات همراه با فيبروز وسيع ازقبيل اسكلرودرما، درماتوميوزيت مورفئا،پمفيگوس و بيماري پيروني (Peyrony)مصرف شده‌است
فارماكوكينتيك بهبود فيبروز معمولا طي‌سه ماه اول درمان بروز مي‌نمايد.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود ديابت‌مليتوس يا كاهش قندخون و يا عيب كاركليه‌ها بايد با احتياط مصرف شود.
2 ـ غلظت گلوكز خون به‌ويژه نزد بيماراني‌كه بهر دليل غذاي كافي نمي‌خورند (تهوع ياكاهش اشتها) با مصرف دارو ممكن است‌كاهش يابد.
3 ـ تعداد گويچه‌هاي سفيد خون با
مصرف اين دارو ممكن است موقت? كاهش‌يابد.
عوارض جانبي كاهش اشتها و تهوع ازعوارض شايع مصرف اين دارو هستند.
تداخلهاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با آمينوسالسيلات‌ها ياسولفوناميدها ممكن است اثر ضدميكربي‌آنها را مهار نمايد. زيرا باكتريهاي‌بيماري‌زا، پتاسيم آمينوبنزوآت را بهتر ازسولفوناميدها و آمينوسالسيلات‌ها جذب‌مي‌كنند.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي كاهش‌ناراحتيهاي گوارشي دارو با غذا مصرف‌شود و در صورت تداوم مشكلات‌گوارشي به پزشك مراجعه گردد.
2 ـ مصرف هر يك از دفعات دارو با يك‌ليوان آب يا شير، ناراحتي‌هاي گوارشي رابه حداقل مي‌رساند.
3 ـ پودر يا قرص دارو قبل از مصرف درآب يا آب ميوه حل شده و ميل گردد.
4 ـ مصرف دارو بدون تغذيه مناسب طي‌روزهاي متوالي ممكن است به كاهش قندخون منجر شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان روزانه مقدار 12 گرم معمولادر 4-6 مقدار منقسم با غذا تجويزمي‌گردد.
كودكان روزانه 220 mg/kg معمولا در4-6 مقدار منقسم با غذا مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 500 mg

PYRITHIONE ZINC

موارد مصرف پيريتيون براي كنترل شوره‌و درماتيت سبوره‌اي پوست سر مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو با اثرات ضد ميتوزباعث كاهش ساخت و ساز سلول‌هاي‌اپي‌تليال مي‌شود. پيريتيون همچنين اثرات‌ضد قارچ و ضد باكتري نيز دارد.
عوارض جانبي حساسيت پوست ازعوارض جانبي دارو است
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو بايد حداقل 2بار در هفته مصرف شود.
2 ـ قبل از مصرف شامپو بايد موها راخوب خيساند و بعد از مصرف نيز بخوبي‌آبكشي كرد.
3 ـ از تماس دارو با چشم‌ها بايد اجتناب‌شود.
مقدار مصرف پوست سر دو بار در هفته بامقدار كافي از شامپو شسته مي‌شود.
اشكال دارويي
Shampoo: 2%

SALICYLIC ACID

موارد مصرف اسيد ساليسيليك براي‌درمان موضعي اختلالات هيپركراتوتيك‌پوست عفونتهاي قارچي پوست بويژه‌تينه‌آ و آكنه ولگاريس التهابات سبوره‌اي‌پوست سر و همچنين درمان پسوريازيس‌بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اسيد ساليسيليك از طريق حل‌كردن ماده چسباننده بين سلولي كه‌پوسته‌ها را در لايه شاخي به هم متصل‌مي‌كند پوسته ريزي را تسريع و در نتيجه‌باعث سست شدن كراتين مي‌شود. اين اثركراتوليتيك دارو ممكن است باعث يك اثرضد قارچي نيز شود. اسيد ساليسيليك‌داراي اثر ضد عفوني كننده خفيف نيزمي‌باشد.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود ديابت يابيماري عروق محيطي التهاب تحريك ياعفونت پوست بايد با احتياط فراوان تجويزشود.
2 ـ از استعمال دارو روي پوست برهنه ياملتهب اجتناب گردد.
3 ـ در صورت درمان نواحي وسيعي ازبدن با دارو، خطر بروز مسموميت باساليسيلاتها وجود دارد.
4 ـ از مصرف دارو در بارداري و كودكان‌زير 5 سال سن اجتناب شود.
عوارض جانبي تحريكات متوسط تا شديدپوست كه قبل از درمان وجود نداشته‌اند وزخم يا سائيدگي پوست بويژه متعاقب‌مصرف فرآورده‌هاي حاوي غلظت بالايي‌از اسيدساليسيليك و واكنش‌هاي‌حساسيت بيش از حد از عوارض اين داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌صابونهاي ساينده طبي يا پاك كننده سايرتركيبات موضعي ضد آكنه تركيبات‌حاوي الكل صابون‌ها با اثر خشك كنندگي‌قوي ايزوترتينوئين تركيبات حاوي‌عوامل پوسته ريز موضعي مثل بنزوئيل‌پراكسيد، رزورسينول سولفور ياترتينوئين با اسيد ساليسيليك ممكن است‌موجب بروز اثر تجمعي تحريكي يا خشك‌كننده شده و پوست را بيش از حد تحريك‌نمايد.
نكات قابل توصيه 1 ـ از تماس دارو باچشم‌ها و ساير غشاهاي مخاطي بايداجتناب گردد. در صورت تماس فوراموضع به مدت 15 دقيقه با آب شستشوداده شود.
2 ـ در صورت تماس دستها با فرآورده دستها بلافاصله بايد شسته شوند مگراينكه تحت درمان باشند.
3 ـ دارو روي صورت نواحي تناسلي بيني يا زگيل دهاني زگيلهاي مودار و خالهاي مادرزادي بكار برده‌نشود.
مقدار مصرف به عنوان سوزاننده وكراتوليتيك موضعي هر روز يا يك روزدر ميان محلول 12-50% روي پوست‌استعمال مي‌شود. براي درمان

زگيل‌هامحلول موضعي 27ـ5% يك يا دو بار درروز روي پوست بكار مي‌رود. براي درمان‌ميخچه‌ها و پينه‌ها محلول موضعي27ـ12% يك يا دو بار در روز روي پوست‌استعمال مي‌شود. براي درمان موضعي‌آكنه محلول موضعي 0/5-2% تا حد سه باردر روز روي پوست بكار مي‌رود.

اشكال دارويي

Topical Solution : Salicylic Acid 16.7%+ Lactic Acid 16.7% + Collodion qs to100%

SELENIUM SULFIDE

موارد مصرف سولفيد سلنيوم براي درمان‌شوره يا درماتيت سبوره‌اي پوست سر وهمچنين تينه‌آورسيكالر بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو ممكن است از طريق‌اثر ضد ميتوزي عمل نمايد و موجب كاهش‌فرآيند ساخت و تكثير سلولهاي اپيدرم‌گردد. بعلاوه سولفيد سلنيوم داراي
اثرات تحريك كنندگي موضعي ضدباكتريايي و ضد قارچي خفيف نيز مي‌باشدكه ممكن است در اثر بخشي آن مشاركت‌كند.
هشدارها: در صورت وجود التهاب يااگزوداي حاد پوست (احتمال افزايش‌جذب بايد با احتياط مصرف شود.
عوارض جانبي خشكي يا چرب شدن غيرمعمول مو يا پوست سر، از عوارض شايع‌اين دارو هستند.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت وجودتاول جراحات يا زخم بهبود نيافته روي‌پوست سر، از مصرف دارو اجتناب شود.
2 ـ از تماس دارو با چشم‌ها خودداري‌گردد. در صورت تماس اتفاقي چشم‌ها باآب شسته شوند.
3 ـ قبل از استعمال دارو لازم است موها وپوست سر با آب نيم گرم خيس شوند وسپس مقدار كافي از شامپو روي سرماليده تا كف نمايد. پس از 3 ـ 2 دقيقه موهاآبكشي شده و مجدد? شامپو مصرف‌گردد.
4 ـ براي كاهش احتمال تغيير رنگ موها،لازم است پس از استعمال شامپو آنها رابخوبي آبكشي نمود.
مقدار مصرف براي درمان شوره يادرماتيت سبوره‌اي پوست سر، لوسيون 1يا 2/5% دو بار در هفته بمدت دو هفته وسپس بصورت كمتر يك بار در يك يا دوهفته يا بيشتر تكرار مي‌شود. براي درمان‌تينه‌آورسيكالر، مقدار كافي از لوسيون 1%روزانه يك بار بمدت چند روز بر بدن (بجزصورت و نواحي تناسلي استعمال و پس‌از ده دقيقه با آب شسته مي‌شود.
اشكال دارويي
Shampoo (Lotion): 1%, 2.5%

SILVER SULFADIAZINE

موارد مصرف سولفاديازين نقره براي‌پيشگيري و درمان عفونت زخمهاي‌سوختگي به‌كار مي‌رود. به‌علاوه به‌عنوان‌داروي كمكي براي درمان كوتاه مدت‌عفونت زخمهاي پا، پيشگيري از عفونت‌محل برداشت پوست در پيوند پوست وسائيدگي وسيع پوست و درمان زخمهاي‌سرانگشت نيز مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو بر بسياري ازارگانيسم‌هاي گرم منفي و گرم مثبت داراي‌اثر باكتريسيدي مي‌باشد. از نظر مكانيسم‌متفاوت از سديم سولفاديازين يا نيترات‌نقره بوده و فقط بر غشاء ديواره سلول اثرمي‌كند. به‌علاوه در برابر مخمرها وكانديدا آلبيكانس نيز فعال است
فارماكوكينتيك جذب سولفاديازين نقره‌متفاوت بوده و به درصد سطح بدن كه‌دارو روي آن قرار گرفته و شدت صدمه‌بافت وابسته است
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود نقص‌عملكرد كبدي و كليوي و كمبود G6PD بايدبا احتياط مصرف شود.
2 ـ در صورت بروز واكنش‌هاي آلرژيك مصرف دارو بايد قطع گردد.
3 ـ احتمال بروز حساسيت متقاطع باسولفوناميدها بايد در نظر گرفته شود.
4 ـ مصرف دارو در نوزادان تا سن يك ماهگي به‌دليل خطر بروز كرنيكتروس‌توصيه نمي‌شود.
5 ـ درمان سطوح وسيع پوست با داروممكن است منجر به كسب غلظت‌هاي‌درماني دارو در پلاسما و احتمال بروزعوارض جانبي يا تداخلات دارويي باسولفوناميدها گردد.
عوارض جانبي با مصرف دارو واكنش‌هاي‌آلرژيك شامل سوزش خارش و بثورات‌جلدي مشاهده شده‌است متعاقب مصرف‌طولاني مدت دارو بد رنگ شدن پوست ومخاط ناشي از نقره گزارش شده‌است بعلاوه با مصرف دارو لوكوپني نيز ممكن‌است بروز نمايد كه بايد كنترل شود.
نكات قابل توصيه دوره درمان با اين
دارو بايد كامل گردد تا سوختگي بهبوديافته يا بيمار براي پيوند پوست آماده‌شود.
مقدار مصرف با استفاده از دستكش‌جراحي يك لايه نازك 1/5 ميلي‌متري ازدارو يك يا دو بار در روز روي ناحيه‌سوخته كه نسوج مرده و زائد آن برداشته‌و تميز شده‌است ماليده مي‌شود.
اشكال دارويي
Topical Cream: 10 mg/g

TOLNAFTATE

موارد مصرف تولنفات براي درمان كچلي‌سر، بدن كشاله ران دست‌ها و پاها ناشي‌از گونه‌هاي تريكوفيتون ميكروسپوروم واپيدرموفيتون به‌كار مي‌رود. به‌علاوه ازاين دارو براي درمان تينه‌آورسيكالر ناشي‌از مالاسزيافورفور نيز استفاده مي‌شود.
مكانيسم اثر: احتمالا با ايجاد تغيير شكل دررشته‌هاي ميسليوم موجب توقف رشدميسليوم در قارچهاي حساس مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ مصرف اين دارو در كودكان‌كوچكتر از دو سال توصيه نمي‌شود.
2 ـ در صورت بروز التهاب آلرژي ياحساسيت بيش از حد در طول درمان مصرف دارو بايد قطع گردد.
عوارض جانبي عوارضي همچون التهاب خارش و درماتيت تماسي پوست وهمچنين حساسيت بيش از حد پوستي بامصرف اين دارو گزارش شده‌است
نكات قابل توصيه 1 ـ از تماس دارو باچشم‌ها خودداري گردد.
2 ـ قبل از مصرف دارو، موضع تحت‌درمان بايد به خوبي شسته و خشك شود.
3 ـ در صورت عدم مشاهده نشانه‌اي ازپيشرفت درمان طي چهار هفته بايد به‌پزشك مراجعه شود.
4 ـ مصرف دارو در بيماران با سن كمتر از12 سال بايد تحت نظر بالغين انجام شود.
مقدار مصرف دارو معمولا دو بار در روزبراي مدت حداقل 4 - 2 هفته مصرف‌مي‌شود. با وجود اين ممكن است ادامه‌درمان براي 4-6 هفته به‌ويژه اگر پوست‌ضخيم شده‌باشد، ضروري باشد. براي‌كاهش احتمال عود مجدد بيماري درمان باتولنفات بايد تا دو هفته پس از برطرف‌شدن علايم ادامه يابد.
اشكال دارويي
Topical Cream: 1%
Topical Soultion: 1%

TRETINOIN

موارد مصرف ترتينوئين براي درمان‌موضعي آكنه ولگاريس به‌كار مي‌رود.به‌علاوه از اين دارو گهگاه در درمان‌اختلالات كراتين‌سازي (پسوريازيس ايكتيوز لايه‌اي و كراتوز فوليكولي وزگيل‌هاي صاف نيز استفاده مي‌شود.
مكانيسم اثر: ترتينوئين فرم اسيدي‌ويتامين A است كه احتمالا با افزايش ميتوزسلولي اپيدرم و سرعت ساخت و تجزيه‌آن باعث ايجاد يك لايه شاخي سست‌مي‌شود كه به سادگي قابل كندن است اين‌عمل برداشت كومدون موجود را تسهيل‌نموده و احتمالا ساخت كومدون جديد رانيز مهار مي‌نمايد. ترتينوئين از ساخت‌كراتين نيز ممانعت به‌عمل مي‌آورد.
فارماكوكينتيك مقدار كمي از دارو از راه‌پوست جذب و در ادرار ترشح مي‌شود.جذب دارو به‌دنبال استعمال آن در نواحي‌وسيعي از سطح بدن يا مصرف طولاني‌مدت در درماتوزهاي گسترده مزمن ايكتيوز) افزايش مي‌يابد.
موارد منع مصرف اين دارو در حاملگي اگزما، پوست برهنه يا آفتاب سوخته وسابقه شخصي يا خانوادگي اپيتليوماي‌جلدي نبايد مصرف شود.
هشدارها: قرمزي و كنده شدن پوست‌ممكن است كتعاقب چند روز استعمال داروبروز نمايد كه البته با گذشت زمان فروكش‌مي‌نمايد.
عوارض جانبي تحريكات پوستي اريتم جدا شدن پوست تغيير در رنگدانه سازي حساسيت به نور، پوسته‌ريزي و احساس‌گرما با مصرف دارو ممكن است مشاهده‌شود.
تداخلهاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با صابونهاي ساينده يا طبي پاك‌كننده‌ها، فرآورده‌هاي ضدآكنه يافرآورده‌هاي حاوي مواد پوسته‌ريز مانندبنزوئيل‌پراكسيد، رزورسينول اسيدسالسيليك يا گوگرد، فرآورده‌هاي‌موضعي حاوي الكل ايزوترتينوئين ممكن‌است سبب بروز اثر تحريكي تجمعي ياخشك‌كنندگي شود. مصرف همزمان‌ترتينوئين با ساير داروهاي حساس‌كننده‌پوست به نور مانند ايزوترتينوئين ممكن‌است احتمال بروز حساسيت به نور راافزايش دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ از تماس دارو باچشم‌ها، دهان بيني و غشاءهاي مخاطي‌اجتناب شود.
2 ـ به‌طور همزمان با ساير عوامل‌پوسته‌ريز مصرف نشود (مي‌تواند باتناوب 12 ساعته با بنزوئيل پراكسيدمصرف گردد).
3 ـ دارو بر زخمهاي باز و پوست آفتاب‌سوخته استعمال نشود.
4 ـ از مواجهه با نور ماوراء بنفش اجتناب‌گردد و مواجه شدن با نور

خورشید نیز به‌حداقل برسد.
5 ـ احتمال افزایش حساسیت پوست به بادیا سرما وجود دارد.
مقدار مصرف براي درمان آکنه
ولگاریس هر شب موقع خواب مقدار کافي‌از دارو یکبار روي محل ضایعه مالیده‌شود.
اشکال دارویي
Lotion: 0.05%
Topical Cream: 0.05%
Topical Gel: 0.025%

(TRIAMCINOLONE ACETONIDE (Topical

موارد مصرف تريامسينولون در درمان‌علامتي اختلالات ناشي از آلرژي و يااختلالات شديد التهابي پوست نظير اگزما،درماتيت‌ها، لوپوس اريتماتوز،پسوريازيس نيش حشرات پمفيگوئيد وپمفيگوس به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو با عبور از غشاءسلولي به گيرنده‌هاي خود در سيتوپلاسم‌متصل شده و متعاقب? كمپلكس دارو ـگيرنده وارد هسته سلولي مي‌شود. اين‌كمپلكس با اتصال به نواحي خاصي ازDNA موجب تحريك روند رونويسيmRNA و به‌دنبال آن ساخت آنزيم‌هايي‌مي‌گردد كه گمان مي‌رود مسئول ايجاداثرات التهابي مي‌باشند.
فارماكوكينتيك متابوليسم‌كورتيكواستروئيدها عمدت? در خود پوست‌صورت مي‌گيرد ولي متابوليسم پوستي‌اين دارو نسبت به سايركورتيكواستروئيدهاي پوستي كمترمي‌باشد و به‌همين دليل جذب سيستميك‌دارو نسبت? بالا مي‌باشد. اين دارو داراي‌متابوليسم كبدي نيز مي‌باشد.
موارد منع مصرف در شيرخواران كمتر ازيكسال پلاك‌هاي منتشر و گسترده‌پسوريازيس عفونتهاي باكتريايي قارچي‌و يا ضايعات ويروسي پوستي و درمان‌نشده روزاسه و درماتيت‌هاي اطراف‌دهان و براي درمان آكنه نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: از ماليدن اين دارو روي پوست‌بچه‌ها تا حد امكان پرهيز شود.
عوارض جانبي به‌دليل كم‌بودن متابوليسم‌تريامسينولون در پوست امكان جذب‌سيستميك آن بالا بوده و عوارضي نظيرسندرم كوشينگ افزايش قند خون وجودقند در ادرار و در دراز مدت تضعيف محورهيپوتالاموس ـ هيپوفيز ـ فوق‌كليه محتمل‌مي‌باشد.
بروز عوارض جانبي موضعي مانندتشديد عفونت‌هاي درمان نشده نازك‌شدن پوست درماتيت تماسي اختلالات‌التهابي در ناحيه صورت به‌ويژه درخانم‌ها و آكنه در محل كاربرد فرآورده نيزگزارش شده‌است
نكات قابل توصيه 1 ـ از مصرف‌خودسرانه اين دارو خودداري شود.
2 ـ از به‌كاربردن پوشش و يا پانسمان‌روي ناحيه تحت درمان با تريامسينولون‌خودداري شود.
3 ـ از تماس دارو با چشم‌ها اجتناب گردد.
4 ـ در صورتي كه بعد از دو هفته‌عارضه‌اي كه براي آن تريامسينولون‌تجويز شده بهبود پيدا نكرد و يا بدتر شد،بايد به پزشك مراجعه شود.
5 ـ قبل از شيردهي از استفاده اين داروروي بافت پستان خودداري شود.
مقدار مصرف

بزرگسالان از کرم یا پماد 0/1% 2 تا 4 باردر روز و در کودکان تنها يك بار در روزاستفاده مي‌شود.
اشکال دارويي
Topical Cream: 0.1%
Topical Ointment: 0.1%

موارد مصرف اين دارو در درمان‌كانديدياز پوستي و التهاب پوست همراه باعفونت كانديديائي يا باكتريائي تجويزمي‌شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت ابتلاء بيمار به‌تبخال اگزما و يا ساير عفونت‌هاي‌ويروسي پوستي بايد با احتياط تجويزشود.
2 ـ مصرف بيش از دو هفته و يا بيش از يك‌بار در روز دارو در كودكان ممكن است‌باعث افزايش جذب دارو و عوارض‌سيستميك آن گردد.
3 ـ مصرف طولاني مدت اين دارو يامصرف آن روي نواحي وسيع از پوست‌بدن باعث افزايش جذب موضعي‌تريامسينولون مي‌گردد.
عوارض جانبي تاول سوزش خارش پوسته پوسته شدن بثورات قرمزي ياورم پوست كه قبل از درمان وجودنداشته‌اند از عوارض جانبي دارو هستند.
نكات قابل توصيه قبل از مصرف دارو،موضع بايد با آب و صابون شسته و كاملاخشك شود.
1 ـ از مصرف خودسرانه اين داروخودداري شود.
2 ـ از به‌كاربردن پوشش و يا پانسمان‌روي ناحيه تحت درمان با تريامسينولون‌خودداري شود.
3 ـ از تماس دارو با چشم‌ها اجتناب گردد.
4 ـ در صورتي كه بعد از دو هفته‌عارضه‌اي كه براي آن تريامسينولون‌تجويز شده بهبود پيدا نكرد و يا بدتر شد،بايد به پزشك مراجعه شود.
5 ـ قبل از شيردهي از استفاده اين داروروي بافت پستان خودداري شود.
مقدار مصرف مقدار كافي از دارو روزي2-3 بار روي موضع ماليده مي‌شود.
اشكال دارويي
Topical Ointment: (Triamcinoloneacetonide 1 mg + Neomycin sulfide 2.5mg + Nystatine 100,000 U) /g

(VITAMIN A+D (Topical

موارد مصرف اين تركيب براي محافظت‌پوست و تسريع در بهبود التهاب و تحريك‌مناطقي از پوست بدن نوزاد كه در تماس باادرار است سوختگيهاي خفيف سوختگي‌ناشي از نور خورشيد و تحريك خفيف‌پوست مصرف مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو فقط براي‌استعمال خارجي است و از مصرف آن درچشم‌ها بايد خودداري شود.
2 ـ پيش از مصرف دارو، ناحيه مورد نظربايد با آب گرم و صابون شستشو داده‌شود.
مقدار مصرف پماد به مقدار مورد نيازروي موضع ماليده شده و در صورت‌لزوم موضع پانسمان گردد.
اشكال دارويي
Topical Ointment: (Vit. A 850 IU + Vit.D 85 IU) / g

ZINC OXIDE

موارد مصرف اكسيد روي براي پيشگيري‌از آفتاب سوختگي پيري زودرس پوست درمان خشكي پوست اختلالات پوستي وعفونتهايي نظير سوختگي‌هاي خفيف اگزما، آماس سوزش‌دار، خراشيدگي‌ها،آكنه ولگاريس ادرار سوختگي شوره وسبوره سميت با پيچك سمي كچلي خارش پسوريازيس گزش حشرات زردزخم و زخم‌هاي واريسي به‌كارمي‌رود.
مكانيسم اثر: اكسيد روي با ايجاد يك سدفيزيكي باعث بازتاب پراكنده كردن وجذب اشعه ماوراء بنفش و اشعه مرئي نورخورشيد شده و نفوذ آن را از طريق اپيدرم‌به حداقل مي‌رساند. به‌علاوه داراي اثرهاي‌قابض محافظ و ضدعفوني‌كننده پوست‌نيز مي‌باشد. اين دارو مهاركننده رشدباكتريها نيز مي‌باشد كه تا حدودي به اثركاهش pH ناشي از آن مربوط مي‌باشد.
هشدارها: سالمندان ممكن است متعاقب‌مصرف عوامل ضدآفتاب دچار كمبودويتامين D شده و به‌دنبال آن به نرمي‌استخوان پوكي استخوان يا شكستگي‌استخوان مبتلا شوند.
عوارض جانبي مصرف عوامل ضدآفتاب‌ندرت? ممكن است باعث جوش درماتيت‌آلرژيك تماسي (سوزش و خارش پوست ،درماتيت تماسي فتوآلرژيك (قرمزي والتهاب زودهنگام پوست ، تحريك پوستي سوختگي خارش و قرمزي پوست وبثورات پوستي شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ از تماس دارو باچشم‌ها بايد خودداري شود.
2 ـ در صورتي‌كه زخم مورد نظر عميق‌باشد يا سوختگي شديد وجود داشته‌باشد،به پزشك بايد مراجعه گردد.
3 ـ دارو بايد نيم‌ساعت قبل از قرار گرفتن‌در معرض نور خورشيد، به‌طور يكنواخت روي پوست ماليده شود.
مقدار مصرف به‌مقدار مورد نياز روزي‌چند بار روي ضايعه ماليده مي‌شود.
اشكال دارويي
Topical Ointment: 20%

APOMORPHINE HCl

موارد مصرف آپومرفين براي تشخيص ودرمان بيماري پاركينسون مخصوصا درکنترل اثر on-offاستفاده مي‌شود. اين داروبراي کنترل نوسانات سرکش حرکتي دربيماري پاركينسون (دوره off) مقاوم به‌لودوپا يا ساير داروهاي دوپامينرژيك‌تجويز مي‌شود. به منظور تشخيص‌افتراقي انواع سندرم پاركينسون نيزمصرف مي‌شود. همچنين براي تشخيص‌پاسخ‌دهي سيستم دوپامينرژيك درانواع‌سندرم پاركينسون به‌کار مي‌رود، تاپاسخ‌دهي بيمار نسبت به لوودوپامشخص گردد.
مکانيسم اثر: آپومرفين محرك قوي‌گيرنده‌هاي دوپاميني D2 است که گاهي‌اوقات جهت تثبيت وضعيت بيماراني که‌درطول درمان‌با لودوپا دوره‌هاي‌غيرقابل‌پيش‌بيني off را تجربه مي‌کنند،سودمند است بهبودي علائم پاركينسون‌بااستفاده‌از آپومرفين پاسخ‌دهي مثبت‌بيمار به لوودوپا را نشان مي‌دهد.آپومرفين همچنين با تحريكchemoreceptor tigger zone در مغز درحدود چند دقيقه مي‌تواند باعث استفراغ‌شود.
فارماکوکينتيك بمنظور جلوگيري از اثراولين عبور، اين دارو بايد از راه تزريق زيرجلدي تجويز شود.
موارد منع مصرف در موارد ضعف تنفسي‌يا CNS، حساسيت‌مفرط به اپيوئيدها،مشکلات عصبي- رواني يا زوال‌عقل اين‌دارو نبايد مصرف شود. همچنين درصورتي که پاسخ onبه لوودوپا با اختلال‌حرکتي شديد و هيپوتوني يا اثرات رواني‌همراه باشد، استفاده از آپومرفين توصيه‌نمي‌شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو باعث تهوع واستفراغ‌مي‌شود، لذا در بيماراني که مستعد به تهوع‌و استفراغ مي‌باشند يا استفراغ براي آنهاخطرناك محسوب مي‌شود، آپومرفين بايدبا احتياط مصرف شود.
2 ـ در موارد زير با احتياط تجويز شود:بيماريهاي ريوي قلبي ـ عروقي و غدددرون‌ريز، بيماران سالمند و ناتوان سابقه‌کاهش فشار خون وضعيتي (در ابتداي‌مصرف دارو بايد مراقبت هاي ويژه مدنظرباشد).
3 ـ ارزيابي دوره‌ائي عملکرد کبد، کليه قلب‌و عروق و سيستم خون‌ساز ضروري‌است
4 ـ درموقع تجويز اين‌دارو به‌همراه‌لوودوپا ابتداو سپس هر شش ماه يکباربروز کم‌خوني هموليتيك برررسي شود.
5 ـ مصرف آن در افراد زير 18 سال‌توصيه نمي‌شود.
عوارض جانبي اختلال حرکتي در طول‌دوره‌هاي on بيماري پاركينسون (درموارد شديد ممکن است نياز به قطع داروباشد)، ناپايداري وضعيتي و سقوط(ناتواني در صحبت کردن و تعادل ممکن‌است بهبود نيابد)، افزايش

ناتواني هاي‌ادراكي تغيير شخصيتي تهوع و استفراغ گيجي و توهمات خواب آلودگي كاهش‌فشار خون وضعيتي كاهش ضربان قلب سرخوشي سبكي سر، بيقراري لرزش كم خوني هموليتيك در صورت مصرف‌همزمان با لوودوپا) و واكنشهاي پوستي ازعوارض جانبي اين دارو هستند.
تداخل هاي دارويي اثرات درماني‌آپومرفين ممكن است بوسيله داروهاي‌ضدجنون ياساير مهاركننده‌هاي دوپامين‌در CNS مهار شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ در طول درمان باآپومرفين بيمار بايد تحت نظر متخصص ودر بيمارستان باشد.
2 ـ در تزريقات مكرر، محل تزريق عوض‌شود.
مقدار مصرف بعد از قطع درمان پاركينسون‌بمدت يك شب ( براي تحريك يك دوره off)،مقادير تشخيصي آپومرفين از 1/5 تا 7ميلي‌گرم يا گهگاهي 10 ميلي‌گرم در فواصل4 ساعت بطور افزاينده واز راه زير جلدي‌تزريق شود، تا حداقل مقدارمولد پاسخ‌تعيين گردد. وقتي كه درمان معمول‌ضدپاركينسون دوباره براي بيمار شروع‌شد، اين‌مقدار بايددر شروع علائم offتزريق‌شود. سپس مقدار و نوبت‌هاي مصرف براساس پاسخ ايجادشده تنظيم مي‌شود.
تزريق زير جلدي معمولا 30mg/day-3 به‌صورت منقسم تجويز مي‌شود (نه بيشتراز10 ميلي‌گرم درهر بار). در افرادي كه به‌تزريق بيش از 10 بار در روز نياز دارند،ممكن است انفوزيون زيرجلدي ارجح‌باشد. در انفوزيون زير جلدي ابتدا 1mg/hrتا حصول پاسخ تزريق مي‌شود. درصورت عدم بروز پاسخ در طي 4 ساعت اين مقدار را مي‌توان (حداقل در فواصل 4ساعته و هر بار با افزايش 0/5 ميلي‌گرم به‌مقدار قبلي تا 4mg/hr افزايش داد.
هر 12 ساعت بايد محل انفوزيون عوض‌شود و انفوزيون فقط در طول ساعات‌بيداري انجام شود (انفوزيون 24 ساعته‌توصيه نمي‌شود مگراينكه علائم شبانه‌شديد باشند). حداكثر مصرف روزانه‌آپومرفين 100 ميلي گرم است
اشكال دارويي
Injection: 10mg/ml

BARIUM SULFATE

موارد مصرف سولفات باريم به عنوان ماده‌حاجب اشعه X براي آزمايشات پرتونگاري‌و توموگرافي كامپيوتري قسمتهاي مختلف‌دستگاه گوارش مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: سولفات باريم زماني كه ازبدن عبور مي‌كند، ميزان جذب اشعه X راافزايش مي‌دهد. بنابراين شكل و ساختمان‌دستگاه گوارش را آشكار مي‌كند.
فارماكوكينتيك اين دارو در صورتي كه‌خالص باشد از دستگاه گوارش جذب‌نمي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در صورت‌انسداد روده بزرگ و يا وجود سوراخ دردستگاه گوارش ابتلا به كوليت اولسراتيو،ديورتيكوليت مزمن نبايد مصرف شود.
هشدارها: سولفات باريم در صورت‌احتمال بارداري و وجود دهيدراتاسيون‌نبايد مصرف شود.
عوارض جانبي احتمال بروز يبوست تجمع‌مدفوع متراكم انسداد روده و آپانديسيت‌پس از مصرف (خوراكي يا تنقيه داروووجود دارد. سوراخ شدن روده‌ها توسطدارو نيز ممكن‌است منجربه پريتونيت چسبندگي روده‌ها ومرگ گردد. استنشاق‌اين پودر موجب بيماري ريوي مي‌گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ چندين ساعت قبل ازانجام آزمايش از خوردن و آشاميدن‌خودداري شود.
2 ـ استفاده از سولفات باريم تا 1-2 هفته‌بعد از نمونه‌برداري از روده بزرگ وركتوم توصيه نمي‌شود.
3 ـ بعد از انجام آزمايش پرتونگاري به‌منظور جلوگيري از تجمع مدفوع متراكم‌بيمار بايد مقادير زيادي مايعات دريافت‌كند. بعضي اوفات ممكن است استفاده ازملين‌ها نيز ضروري شود.
مقدار مصرف مقدار مصرف به نوع‌آزمايش و روش پرتونگاري بستگي دارد.براي عكسبرداري از مري تا 150ميلي‌ليتراز سوسپانسيون 50-200w/v% از راه‌خوراكي مصرف مي‌شود. براي معاينه‌معده و دوازدهه تا 300 ميلي‌ليتر ازسوسپانسيون 30-150w/v% از راه‌خوراكي و براي معاينه روده بزرگ تا 2ليتر از سوسپانسيون 20-130w/v%بصورت تنقيه مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Powder for suspension: 135g/Sachet

CORTICOTROPHIN

موارد مصرف كورتيكوتروپين به‌عنوان‌يك‌عامل تشخيصي عملكرد غده‌فوق‌كليوي مصرف مي‌شود. همچنين دردرمان اسپاسم ميوكلونيك نوزادان وپورپوراي ترومبوسيتوپنيك ايديوپاتيك‌استفاده مي‌شود.
كورتيكوتروپين‌اگرچه‌يك كورتيكواستروئيد نمي‌باشد،ولي ممكن است در تمامي موارد مصرف‌كورتيكواستروئيدها مصرف شود.
مكانيسم اثر: كورتيكوتروپين هورمون‌طبيعي قسمت قدامي هيپوفيز (ACTH)
است كه مي‌تواند با تحريك بخش قشري‌غده فوق كليوي باعث ترشح‌كورتيكواستروئيدها شود.
فارماكوكينتيك 45-60 دقيقه پس از تزريق‌داخل وريدي يا زير جلدي و يك ساعت پس‌از تزريق داخل عضلاني كورتيكوتروپين غلظت پلاسمائي كورتيزول به حداكثرمي‌رسد. در مورد تجويز فرآورده‌هاي‌طولاني‌اثر اين زمان به 8 ساعت رسيده وافزايش غلظت بيش از 24 ساعت ثابت‌مي‌ماند.
موارد منع مصرف براي بيماران مبتلا به‌اسكلرودرم پوكي استخوان عفونتهاي‌قارچي سيستميك عفونت هرپسي چشم قرحه‌گوارشي ياسابقه ابتلابه آن نارسائي‌احتقاني قلب و فشار خون بالا نبايد مصرف‌شود. در درمان بيماريهاي همراه بانارسائي اوليه غده فوق كليه نبايد استفاده‌شود.
هشدارها: 1 ـ تا مادامي كه پاسخ‌دهي غددفوق‌كليه محرز نشده باشد، اين‌فرآورده‌نبايد تجويز شود.
2 ـ شدت بيماري غلظتهاي ادراري‌وپلاسمائي كورتيكواستروئيدها و پاسخ‌اوليه بيمار، جهت تعيين مقدارمصرف ودفعات‌مصرف بايدموردتوجه‌قرار گيرند.
3 ـ كورتيكوتروپين تنها براي مقاصدتشخيصي يا براي درمان پورپوراي‌ترومبوسيتوپنيك ايديوپاتيك دربزرگسالان بصورت داخل وريدي تزريق‌مي‌شود.
4 ـ در هنگام استفاده از دارو بايستي بيماررا از نظر واكنشهاي حساسيتي تحت نظرقرار داد. بروز اين واكنشها به خصوص درتزريق زيرجلدي رايج مي‌باشد. استفاده‌درماني طولاني مدت احتمال بروز چنين‌واكنشهائي را افزايش مي‌دهد.
5 ـ عوارض جانبي غيرقابل‌برگشت بيشتربا تجويز مزمن مقادير بيش از 40 واحد درروز مشاهده مي‌شود.
6 ـ كاهش در ميزان مصرف دارو باطولاني كردن فواصل بين تزريق يا

باكاهش مقدار كورتيكوتروپين در هر بارتجويز انجام مي‌پذيرد.
7 ـ در افراد مسن و بخصوص خانمهاي‌يائسه احتمال ايجاد پوكي استخوان وافزايش فشار خون افزايش مي‌يابد.
عوارض جانبي درمان طولاني مدت باكورتيكوتروپين بيمار را مستعد ابتلا به‌بيماريهاي عفوني مي‌كند و از طرفي علائم‌عفونت نيز پنهان مي‌شود.
قطع مصرف‌كورتيكوتروپين بعد از مصرف مزمن آن‌باعث بروز علائم كم‌كاري غده فوق‌كليوي‌مي‌شود. مصرف مقادير زيادكورتيكوتروپين مي‌تواند اختلالات رواني‌را تشديد كند. آب مرواريد، كاهش يا تاري‌ديد، تكرر ادرار و ديابت بيمزه قرحه‌گوارشي علائم شبه كوشينگ آكنه درددر ناحيه سريني و افزايش فشار خون ازعوارض جانبي دارو مي‌باشند.
تداخل هاي دارويي همزمان باواكسن هاي‌زنده آمفوتريسين B، داروهاي ضد ديابت انسولين داروهاي مدر دفع كننده پتاسيم داروهاي ضد التهاب غير استروئيدي نبايداز اين فرآورده استفاده نمود.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت مصرف‌طولاني مدت دارو، سير بيماري و اثرات‌جانبي دارو بايد مرتب؟ ارزيابي شود.
2 ـ در طول درمان مصرف سديم بايستي‌محدودشده و مصرف مكمل‌هاي حاوي‌پتاسيم توصيه مي‌شود.
3 ـ مصرف دارو در افراد ديابتي بايستي بااحتياط انجام گيرد.
4 ـ معاينات چشم پزشكي در طول درمان‌دراز مدت بايد بطور مرتب انجام گيرد.
مقدار مصرف در تشخيص عملكرد محورهيپوفيز ـ غدد فوق كليوي مقادير 10-25واحد در 500 ميلي‌ليتر دكستروز 5% درطي مدت 8 ساعت بصورت انفوزيون داخل‌وريدي تجويز مي‌شود. قبل و بعد از تجويزكورتيكوتروپين غلظت پلاسمائي‌كورتيزول اندازه‌گيري مي‌شود.
ميزان مصرف در كودكان به صورت داخل‌وريدي يا زير جلدي 1/6IU/kg يا 50IU/m2هر 24 ساعت در 3 يا 4 نوبت بطور منقسم‌مي‌باشد. همچنين از راه داخل عضلاني1/6IU/kg يا 50IU/m2 هر 24 ساعت بطوريك‌جا يا در سه مقدار منقسم نيز تجويزمي‌شود.
اشكال دارويي
Injection: 40 or 80IU/ml

ETHIODIZED OIL

موارد مصرف اين دارو براي عكسبرداري‌از رحم و لوله هاي رحمي براي تشخيص‌تومورهاي داخل لوله و گردن رحم و سايراختلالات داخل لوله‌هاي رحمي مصرف‌مي‌شود. اين دارو همچنين براي‌عكسبرداري از سيستم لنفاوي به منظورتشخيص تومورهاي سرطاني و ارزيابي‌آنها به كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: داروهاي حاجب يددار درحين عبور از مجاري مختلف بدن با جذب‌اشعه X ميزان تمايز بافتي را افزايش داده وساختمانهاي داخلي بدن را ترسيم مي‌كنند.ميزان يد اين دارو 37 درصد است
موارد منع مصرف در صورت حساسيت‌مفرط به دارو، نبايد مصرف گردد.
همچنين‌اين دارو نبايد براي عكسبرداري ازبرونشها يا از راههاي داخل عروقي يادا‌خل نخاعي استفاده شود. عكسبرداري ازرحم و لوله‌هاي رحمي در موارد ذيل‌ممنوع است حاملگي داخل رحمي خونريزي داخل رحمي يا 30 روز پس ازكورتاژ يا نمونه برداري مخروطي از گردن‌رحم براي بيماران مبتلابه بيماري التهابي‌حاد لگني ضايعات مشخص گردن رحم‌يا‌التهاب لايه داخلي گردن رحم همراه باخونريزي داخل رحمي عكسبرداري ازمجاري لنفاوي در موارد ذيل ممنوع است بيماران با شانت راست به چپ قلبي مبتلايان به بيماريهاي پيشرفته ريوي و دربيماراني كه پرتونگاري ريوي داشته‌اند.
هشدارها: 1 ـ در تمام اوقات تجهيزات كامل‌فوريتهاي پزشكي و احياء بايد به آساني‌قابل دسترسي باشد و پزشك تجويز كننده‌بايد در تشخيص و درمان علائم به هرميزان توانائي كافي داشته باشد.
2 ـ در بيماراني كه به يد و ساير داروهاي‌حاجب يددار حساسيت نشان داده‌اند بااحتياط مصرف گردد.
3 ـ بدليل احتمال بروز مرگهاي ناشي ازآمبولي در بيماران داراي نقص ظرفيت‌انتشار ريوي و يا كاهش جريان خون‌ريوي با احتياط مصرف شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ بايد بدقت و با رعايت‌اصول آسپتيك از دارو استفاده شود.
2 ـ تا 24 ساعت بعد از عكسبرداري از رحم‌و لوله‌هاي آن براي تشخيص نشت داروبه حفره صفاقي بيمار بايد تحت نظر باشد.
3 ـ اين دارو را بايد در دماي 15-30 درجه‌سانتيگراد و به دور از نور نگهداري كرد.
تداخل هاي دارويي از آنجاكه داروهاي‌حاجب يددار ممكن است نتايج آزمايشات‌عمل غده تيروئيد را تغيير دهند، در صورت‌لزوم اينگونه آزمايشات بايد قبل از تجويزدارو انجام شود.

عوارض جانبي ممكن است در پرتونگاري‌از رحم و لوله هاي آن واكنشهاي‌حساسيتي واكنشهاي جسم خارجي وتشديد بيماري التهابي حاد لگني رخ دهد.در پرتونگاري از مجاري لنفاوي احتمال‌آمبولي ريوي وجود دارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان براي عكسبرداري از رحم ولوله‌هاي رحمي بايد در مرحله قبل ازتخمك گذاري (بر اساس ثبت درجه حرارت‌پايه بدن و بيشتر از دو روز بعد از قطع‌جريان قاعدگي انجام شود. 5 ميلي‌ليترد‌ارو را با فشار در داخل رحم و لوله هاي‌آن تزريق مي‌كنند، در صورتي‌كه لوله‌هاي‌رحم پس از عكسبرداري پر به نظر برسندنتيجه مطلوب است در صورت لزوم‌مي‌توان تا 2 ميلي‌ليتر ديگر نيز استفاده‌نمود.

براي عكسبرداري از مجاري لنفاوي داروبايد با سرعت كم (0/1 ml/min تا 0/2)توسط كانول در يك مجراي لنفاوي مناسب‌تزريق شود. ابتدا 1-2 ميلي‌ليتر تزريق ودر صورت مناسب بودن محل تزريق 6-8ميلي‌ليتر ديگر نيز تزريق شود. براي نمايان‌كردن گره‌هاي لنفاوي زيربغلي وفوق‌ترقوه‌اي مقدار 2-4 ميلي‌ليتر بداخل‌اندام فوقاني تزريق شود. براي پرتونگاري‌عروق لنفاوي آلت تناسلي مرد 2-3ميلي‌ليتر، براي ناحيه گردن رحم 1-2ميلي‌ليتر، براي عروق يك طرفه اندام‌فوقاني 2-4 ميلي‌ليتر، براي اندام تحتاني6-8 ميلي ليتر تزريق شود.

كودكان با احتياط تزريق شود و حداكثر0/25mg/kg يا در حد 1-6 ميلي ليتراستفاده گردد.

اشكال دارويي

Injection: 10ml

FLUORESCEIN SODIUM

موارد مصرف فلورسئين به صورت‌موضعي براي اندازه‌گيري فشار سطح‌محدب چشم پيدا كردن ضايعات سطح‌چشم تعيين محل زخم و اجسام خارجي‌در چشم و قرار دادن لنز سخت به كارمي‌رود. همچنين بصورت تزريق داخل‌وريدي و به عنوان ماده كمكي درآنژيوگرافي شبكيه چشم ارزيابي عروق‌عنبيه تشخيص بافتهاي مرده وتومورهاي مختلف چشم تعيين زمان‌گردش خون چشم و مشاهده جريان مايع‌داخل چشم مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: وقتي بطور موضعي بر روي‌چشم استفاده شود، مناطق خراشيده يازخمي قرنيه و مايعات چشمي را رنگي‌مي‌كند. ضايعات در نور معمولي سبز ودرنور آبي زرد روشن به نظر مي‌رسد.اجسام خارجي در چشم كه توسط بافت‌پوشيده نشده باشند توسط يك حلقه‌سبزرنگ مشخص مي‌شوند.
موارد منع مصرف در صورت حساسيت‌به فلوروسئين يا هر يك از اجزاء فرآورده‌و يا همراه با عدسيهاي تماسي نرم نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در افرادي كه
داراي حساسيتها و آلرژي شديد بوده
و يا آسم دارند بايد با احتياط مصرف
گردد وهميشه درابتدا بامقاديركم آزمايش‌شود.
2 ـ اين دارو عدسيهاي تماسي نرم پوست‌و البسه را رنگي مي‌كند.
3 ـ در صورت تزريق داخل وريدي وسايل لازم براي احياء (اپي‌نفرين1000:1، آنتي‌هيستامين‌ها، استروئيدها،آمينوفيلين تزريقي و اكسيژن بايد دردسترس باشد. در صورت بروز حساسيت‌مصرف دارو رابايد قطع كرد.
عوارض جانبي بامصرف اين دارو، گاهي‌اوقات تهوع و سردرد، ناراحتي گوارشي استفراغ و گاهي علائم حساسيت مانندكاهش فشارخون ايست قلبي و ايسكمي ويا كهير غول‌آسا مشاهده مي‌گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ اگر محلول حاوي‌رسوب بود، از مصرف آن خودداري شود.
2 ـ بعد از مصرف اين فرآورده رنگ ادرار(به مدت 24-36 ساعت به زرد روشن‌تغيير مي‌نمايد.
3 ـ وقتي فلوروسئين استفاده شد، چشم رابايد با سرم نمكي استريل شستشو داد وحداقل يك ساعت از گذاشن مجدد عدسي‌تماسي خودداري شود.

4 ـ در هنگام تزريق بايد از هر گونه نشت‌عروقي جلوگيري كرد، زيرا نشت عروقي‌فلوروسئين موجب ضايعات بافتي و دردشديد در بازو مي‌شود.
مقدار مصرف به صورت موضعي درموضع بر روي يك استريپ كه توسط آب‌استريل خيس شده و بر روي ملتحمه جشم‌قرار داده شده است چكانده مي‌شود وسپس استريپ را برداشته و بيمار چندين‌بار پلك مي‌زند.
به‌صورت تزريقي در بزرگسالان500-750 ميلي‌گرم و در كودكان مقدار7/5mg/kg بسرعت در ورید ساعد تزريق‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection: 10%
Strip: 1mg/strip

IOHEXOL

موارد مصرف ايوهگزول از راه داخل‌نخاعي براي ميلوگرافي سينه سرويكس ولومباروتوموگرافي كامپيوتري از راه‌داخل عروقي براي‌آنژيوكارديوگرافي ونوگرافي اوروگرافي دفعي توموگرافي‌كامپيوتري مغز و بدن از راه داخل‌مجرابراي پانكراتوگرافي برگشتي كولانژيوپانكراتوگرافي برگشتي و از راه‌داخل مايع‌سينوويال براي‌آرتروگرافي‌مفصل مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: ايوهگزول يك تركيب‌غيريونيزه آلي‌يد مي‌باشد. تركيبات آلي يددر هنگام عبور از مجاري مختلف بدن باجذب اشعه X باعث تشخيص ساختار بافت‌موردنظر مي‌شوند. شدت جذب اشعه به‌غلظت يد بستگي دارد.
فارماكوكينتيك وقتي داخل نخاعي تزريق‌مي‌شود، به سرعت در قسمتهاي مختلف‌مغز توزيع مي‌شود كه در بيماران نرمال‌ظرف چند ساعت به داخل خون مي‌رود وحذف مي‌شود. در داخل عروق به سرعت‌در مايعات خارج سلولي توزيع مي‌شود،اما در جائي رسوب نمي‌كند. ضمن? از اين‌طريق از سد خوني ـ مغزي عبور نمي‌كند،گرچه در تومورهاي مغزي به دليل از بين‌رفتن سد خوني ـ مغزي در محل تومورتوزيع مي‌گردد و نيمه عمر دارو تقريب? 2ساعت (در صورت سلامت كليه مي‌باشد.
موارد منع مصرف در صورت وجودحساسيت به تركيبات حاوي يد، سابقه‌آسم يا آلرژي دهيدراتاسيون اين دارو رانبايد از هيچكدام از راههاي مصرف تجويزنمود.
همچنين براي هر يك از راهها موارد منع‌مصرف بطور اختصاصي در زير ذكر شده‌است خونريزي زير عنكبوتيه سابقه‌صرع بيماريهاي عفونت بيماري مولتيپل‌اسكلروزيس (از راه داخل نخاعي ;پركاري غده تيروئيد، فئوكروموسيتوما،كم خوني داسي شكل (از راه داخل‌عروقي ; نارسائي قلبي و افزايش فشارخون ريوي (براي آنژيوكارديوگرافي ;آرترواسكلروز پيشرفته فشار خون‌شديد، كهولت سن ترومبوزيس هموسيستينوريا (براي آرتريوگرافي مغز);بيماري برگر، ايسكمي شديد (براي‌آرتريوگرافي محيطي ; آنوري ديابت‌قندي (براي اوروگرافي دفعي ; عفونت‌مجاور مفصل مورد نظر (براي پرتونگاري‌از مفصل
هشدارها: 1 ـ احتمال بروز دهيدراتاسيون‌در اطفال وجود دارد. در اطفالي كه‌كم‌ادراري زيادي‌ادرار و يا ديابت دارند،اين مشكل بيشتر ديده مي‌شود.
2 ـ احتمال بروز نارسائي كليوي دربيماران سالخورده وجود دارد.
3 ـ اين دارو در بيماران مبتلا به‌فئوكروموسيتوم ممكن است باعث

تشديدحمله فشار خون گردد.
عوارض جانبي عوارض جانبي معمولا به‌غلظت دارو، ويسكوزيته ميزان و سرعت‌تجويز بستگي دارد. معمولا عوارض‌ايوهگزول مانند بقيه تركيبات حاجب يددارغيريونيزه كمتر از انواع يونيزه آن است احتمال بروز ترومبوآمبولي منجر به‌انفاركتوس ميوكارد وجود دارد. در افرادمبتلابه دهيدراتاسيون سردرد دامنه‌دارممكن است پس از تزريق داخل نحاعي‌بروزنمايد.
عوارض جانبي شايع شامل سردرد شديد،كمردرد، سختي گردن تهوع و سرگيجه‌مي‌باشد. در تزريق داخل نخاعي التهاب‌غير عفوني مننژ، گيجي درد عصب‌سياتيك درد درناحيه پشت و درد و تورم‌مفصل مشاهده مي‌شود.
تداخل هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با داروهاي ضدافسردگي سه حلقه‌اي‌و يا مهار كننده منوآمينواكسيداز باعث‌افزايش اثرآنها مي‌شود.
تجويز داخل‌نخاعي اين دارو براي بيماري كه فنوتيازين‌مصرف مي‌كند، ممكن است باعث بروزحملات صرعي گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو در افرادي‌كه به پني‌سيلين حساسيت دارند با احتياطمصرف گردد.
2 ـ به منظور جلوگيري از دهيدراتاسيون بايد قبل از آزمايش به مقدار كافي مايعات‌به بيمار داده شود.
3 ـ دو ساعت قبل از آزمايش بيمار بايد ازخوردن خودداري كند، فقط مي‌توان درصورت لزوم از مايعات استفاده كرد.
4 ـ پس از مصرف اين دارو احتمال
بروز تداخل در آزمايش تيروئيد وجوددارد.
5 ـ سعي شود كه پس از مصرف دارو ازتحرك زياد بيمار جلوگيري شود.
مقدار مصرف
داخل عروقي براي ميلوگرافي بسته به‌ناحيه تزريق در حدود 6-17 ميلي‌ليترمحلول دارو حاوي 240-300mg/ml يدمصرف مي‌شود. براي آنژيوكارديوگرافي20-75 ميلي‌ليتر محلول دارو حاوي350mg/ml يد به طور يكجا تزريق‌مي‌گردد. براي آرتروگرافي انتخابي‌كرونري 3-14 ميلي‌ليتر محلول داروحاوي 350mg/ml استفاده مي‌شود. براي‌آنژيوگرافي 4-45 ميلي‌ليتر از محلول داروحاوي 40mg/ml (بسته به عضو موردنظر) مصرف مي‌شود. براي اوروگرافي‌دفعي معادل 200-350mg/kg وزن بدن‌محلول دارو حاوي 300-350mg/ml يداستفاده مي‌شود. براي CT مغز 120-250ميلي ليتر محلول دارو حاوي 240mg/ml يدو براي CTبدن 50-200 ميلي ليتر محلول‌دارو حاوي 300mg/ml يد مصرف مي‌شود.
داخل مجرا: براي پانكراتوگرافي وكولانژيوگرافي برگشتي 10-50 ميلي‌ليتراز محلول دارو حاوي 240mg/ml استفاده‌مي‌گردد.

داخل مايع سينوويال براي پرتونگاري ازمفصل 15-0/5 ميلي‌ليتر بسته به مفصل‌مورد نظر از محلول دارو حاوي240mg/ml يد مصرف مي‌شود.
در كودكان ميزان مصرف دارو بر اساس‌سن كودك و با نظر پزشك تعيين مي‌گردد.
اشكال دارويي
حاوي 240mgI/ml(10, 20, 50, 100, 200ml):Injection
حاوي 300mgI/ml(10, 20, 50, 100, 200ml):Injection
حاوي 350mgI/ml(10, 20, 50, 100, 200ml):Injection

موارد مصرف اين دارو به‌عنوان داروي‌تشخيصي در بيماريهاي عروقي اختلالات‌مجاري صفراوي اختلالات مغزي اختلالات وريد باب يا وريد طحال واختلالات مجاري ادرار مصرف مي‌شود.همچنين به‌عنوان ماده حاجب در تشخيص‌بيماريهاي مفصل و ديسك افزايش دهنده‌كنتراست در مقطع‌نگاري كامپيوتري ازبدن اختلالات‌گوارشي و بيماريهاي‌قلبي‌استفاده مي‌شود.
مكانيسم اثر: تركيبات آلي يد در هنگام عبوراز مجاري مختلف بدن با جذب اشعه Xباعث تشخيص ساختار بافت موردنظرمي‌شوند. شدت جذب اشعه به غلظت يدبستگي دارد.
فارماكوكينتيك اين دارو به‌مقدار كمي ازمجراي گوارشي جذب مي‌شود. بعدازتزريق بين‌مهره‌اي داخل مفصلي داخل‌عضلاني يا داخل طحال به سرعت جذب‌شده و پس‌از تزريق وريدي در عروق‌به‌سرعت در مايعات بين‌سلولي توزيع‌مي‌گردد. اتصال آن‌به پروتئينهاي پلاسماكم‌است و در صورت عملكرد طبيعي كليه نيمه عمر پلاسمائي آن 30-60 دقيقه‌مي‌باشد. دفع دارو از طريق كليه است
موارد منع مصرف در موارد سابقه‌حساسيت مفرط به يد يا مواد حاجب يددار،براي ميلوگرافي براي آنژيوگرافي مغزي‌يا توموگرافي كامپيوتري مغز در بيماران‌مبتلا به خونريزي زير عنكبوتيه و براي‌هيستروسالپنژگرافي در حضور عفونت ياالتهاب حفره لگني هنگام خونريزي‌قاعدگي و بارداري از اين دارو نبايداستفاده كرد.
هشدارها: 1 ـ با مصرف دياتريزوات‌مگلومين تزريقي به خصوص در صورت‌تزريق‌هاي مكرر، احتمال بروز تشنج درشيرخواران وجود دارد.
2 ـ به علت اثر اسموتيك اين داروها در دفعو از دست رفتن آب بدن از طريق ادرار، درشيرخواران خردسالان يا بيماران‌سالخورده به خصوص در صورت ابتلاي‌به پرادراري كم ادراري ديابت يا كاهش‌قبلي آب بدن ممكن است بدتر شود.
3 ـ در صورت وجود تصلب شرائين‌مغزي افزايش فشار داخل جمجمه ضايعات اوليه يا متاستاتيك مغز با احتياطمصرف گردد.
عوارض جانبي عوارض جانبي معمولا به‌غلظت دارو، ويسكوزيته ميزان و سرعت‌تجويز بستگي دارد. بدليل مقادير كم يدموجود در فرآورده يا آزاد شده از آن‌ممكن است موجب پركاري غده تيروئيدگردد. در صورت تزريق اين دارو با غلظت60% در داخل فضاي زير عنكبوتيه ممكن‌است تشنج و مرگ بروز كند. بروزنارسائي حاد كليوي پس از تزريق داخل‌عروقي دياتريزوات در طول پرتونگاري‌دفعي از مجاري ادراري به خصوص

دربيماران مبتلا به آسيب كليوي ناشي ازبيماريهاي ديگر گزارش شده است ضعف‌شديدو غيرعادي ناشي از كاهش فشارخون خس‌خس يا اشكال در تنفس احساس گرمي و برافروختگي غيرعادي‌پوست تهوع و استفراغ طعم فلزي سرگيجه سردرد، التهاب بيني سرفه خارش اختلال بينائي عطسه بزرگي غددبزاقي كاهش يا افزايش ضربان قلب اختلالات ECG، آريتمي قلبي شوك وايست قلبي از عوارض عمومي نسبتا شايع‌هستند. از عوارض موضعي مي‌توان ازدردو آسيب بافتي در ناحيه تزريق ترومبوفلبيت ترومبوزيس اسپاسم‌وريدي و آمبوليسم نام برد.
تداخل هاي دارويي تركيباتي كه براي‌پرتونگاري از كيسه صفرا مصرف‌مي‌شوند در صورتي كه همزمان يا مدت‌كوتاهي بعداز تزريق وريدي‌دياتريزوآت‌ها مصرف شوند، ممكن است‌خطر بروزمسموميت كليه را افزايش دهند.مصرف همزمان با داروهاي تنگ كننده‌عروق مي‌تواند خطرات بروز اثرات عصبي‌اين دارو را افزايش دهد.
مصرف تركيبات حاجب يددار ممكن است‌با تستهاي عملكرد تيروئيد، آزمايشات‌انعقاد خون و بعضي از تستهاي خاص‌ادرار تداخل داشته باشد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در ميلوگرافي يامعاينه كيست‌ها يا سينوس‌هاي پشتي كه‌ممكن است با فضاي زير عنكبوتيه مرتبطباشند، استفاده از اين مواد حاجب توصيه‌نمي‌شود.
2 ـ براي جلوگيري از آسپيراسيون‌محتويات معده پيش از انجام آزمون غذامصرف نشود، اما خوردن مايعات رقيق‌منعي ندارد.
3 ـ براي بيماران آسمي‌يا افراد با سابقه‌آلرژي بيماران مبتلابه نارسائي‌كليوي‌ياكبدي و بيماران مستعدبه ابتلاء به‌نارسائي كليوي با احتياط مصرف شود.
4 ـ قبل از تجويز مقدار اصلي تزريق داخل‌وريدي 0/5-1 ميلي ليتر از فرآورده به‌منظور تست حساسيت توصيه مي‌شود.اگرچه وسايل لازم براي جلوگيري ازواكنشهاي حساسيتي بايد در دسترس‌باشند.
5 ـ در افراد خيلي جوان يا پير و بيماران‌ناتوان بيماران مبتلا به فشارخون بالا،بيماري قلبي پيشرفته فئوكوموسيتوم كم‌خوني داسي‌شكل و پركاري غده‌تيروئيد، احتمال بروز عوارض جانبي‌افزايش مي‌دهد.
مقدار مصرف در بزرگسالان براي‌پرتونگاري از مجراي گوارشي مقدار30-90 ميلي‌ليتر بصورت خوراكي ويامقدار 240 ميلي‌ليتر از محلول 76% ازراه‌مقعدي مصرف مي‌شود. براي‌تصويربرداري از بدن (240 CT) ميلي‌ليترمحلول رقيق شده 15-30 دقيقه قبل‌ازآزمايش مصرف مي‌شود. محلول‌رقيق‌شده را مي‌توان از حل‌كردن 25ميلي‌ليتر آن در يك ليتر آب آشاميدني‌به‌دست آورد. مقدار مصرف آن براي‌پرتونگاري از مجراي گوارشي در كودكان‌تا سن 5 سال مقدار 30 ميلي‌ليتر و دركودكان 5-10

سال مقدار 60 ميلي‌ليتر
به صورت خوراكي است براي پرتونگاري‌از قلب و عروق مقدار 30-50 ميلي ليتر
از محلول 76% ازطريق كاتتر بسرعت طي1-2 ثانيه در يك وريد بزرگ محيطي و
يا در حفرات قلب يا عروق بزرگ مرتبطتزريق مي‌شود. در آنژيوگرافي مغز
براي نمايان ساختن عروق مغزي مقدار10 ميلي‌ليتر از محلول 60% به وسيله‌جراحي در شريان سبات اصلي تزريق‌مي‌شود.
براي پرتونگاري از آئورت مقدار
15-40 ميلي ليتر از محلول 76% از طريق‌كاتتر برگشتي به صورت يكجا تزريق‌مي‌شود. در پرتونگاري انتخابي ازشريانهاي كليوي مقدار 5-10 ميلي ليتر ازمحلول 76% از طريق كاتتر در شريان‌كليوي تزريق مي‌شود و در صورت نيازاين مقدار تكرار مي‌گردد. در ساير
موارد از محلول 76% با نظر پزشك‌استفاده گردد. مقدار مصرف دارو درکودکان نيز با توجه به وزن بدن با نظرپزشك تعيين مي‌گردد.
اشكال دارويي
Injection: 76%, 60% (MeglumineDiatrzoate + Sodium Diatrzoate)
Oral Solution: 40% (400 mg/ml)(Meglumine Diatrzoate + SodiumDiatrzoate)

METRIZAMIDE

موارد مصرف اين دارو با تزريق داخل‌نخاعي براي انجام ميلوگرافي ناحيه كمر،سينه گردن يا تمام ستون فقرات مصرف‌مي‌شود. تزريق مستقيم آن با استفاده ازروشهاي راديولوژي استاندارد براي نمايان‌ساختن سيسترن قاعده‌اي مغز استفاده‌مي‌شود. موارد مصرف ديگر اين داروعبارتند از: سيسترنوگرافي از فضاهاي‌زيرعنكبوتيه مشخص‌كردن بطنهاي مغز باراديولوژي استاندارد، تزريق داخل عروقي‌براي آنژيوكارديوگرافي در كودكان وآرتريوگرافي شريانهاي محيطي‌بزرگسالان آرتريوگرافي سر و گردن وپرتونگاري از مفاصل همچنين به عنوان‌افزايش دهنده كنتراست در مقطع‌نگاري‌كامپيوتري از بدن مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: تركيبات آلي يد در هنگام عبوراز مجاري مختلف بدن با جذب اشعه Xباعث تشخيص ساختار بافت موردنظرمي‌شوند. شدت جذب اشعه به غلظت يدبستگي دارد. از اثرات ديگر اين دارو مهاررقابتي جايگاه گلوكز در هگزوكيناز مغزي‌است
موارد منع مصرف در صورت وجودحساسيت به يد و تركيبات حاوي يد،دهيدراتاسيون بيماريهاي كليوي يا كبدي‌و نارسائي شديد كليوي اين دارو را نبايد ازهيچكدام از راههاي مصرف تجويز نمود.
همچنين براي هر يك از راهها موارد منع‌مصرف بطور اختصاصي در زير ذكر شده‌است
فئوكروموسيتوما (داخل عروقي ، ديابت‌قندي و عدم تشكيل ادرار (اوروگرافي‌دفعي ، عفونت در نزديك مفصل مورد نظر(پرتونگاري از مفصل .
هشدارها: به علت اثر اسموتيك اين داروهادر دفع و از دست رفتن آب بدن از طريق‌ادرار، در شيرخواران خردسالان يابيماران سالخورده به خصوص درصورت ابتلاي به پرادراري كم ادراري ديابت يا كاهش قبلي آب بدن ممكن است‌بدتر شود.
عوارض جانبي عوارض جانبي معمولا به‌غلظت دارو، ويسكوزيته ميزان و سرعت‌تجويز بستگي دارد. عوارض جانبي اين‌دارو معمولا محدود و كوتاه مدت است درافراد صرعي احتمال بروز تشنجات‌صرعي ناشي از تزريق دارو مشاهده شده‌است يكي از عوارض اين دارو از دست‌رفتن آب بدن بيمار به خصوص‌خردسالان و يا سالخوردگان است كه‌نسبت به اين عارضه حساستر مي‌باشند.از عوارض شايع اين دارو در تزريق
داخل نخاعي سردرد، تهوع و استفراغ‌مي‌باشد.
تداخل هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو به صورت تزريق داخل نخاعي

باداروهاي ضد افسردگي سه حلقه‌اي داروهاي محرك سيستم عصبي مركزي داروهاي كاهنده اشتها، كافئين فنوتيازين‌ها، داروهاي مقلد سمپاتيك وگزانتين‌ها و مهاركننده‌هاي‌منوآمينواكسيداز ممكن است باعث افزايش‌حملات صرعي گردند. مصرف همزمان‌گلوكوكورتيكوئيدها با اين دارو در تزريق‌زير عنكبوتيه ممكن است منجر به بروزالتهاب گردد، اگرچه تجويز اين دو داروگاهي اوقات با فاصله مناسب صورت‌مي‌گيرد.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي بيماران مبتلا به‌آلرژي يا آسم ديابت بيماريهاي پيشرفته‌عروقي بيماريهاي عفوني بايد با احتياطمصرف شود.
2 ـ در طول مدت تزريق و چند ساعت بعداز آن بايد از حركت بيمار جلوگيري كرد.
3 ـ بيمار بايد از تحرك و بلعيدن طي تزريق‌براي آرتريوگرافي سر و گردن خودداري‌كند.
4 ـ محلولهاي تزريقي يكبار مصرف است‌و بنابراين باقيمانده آن بايد دور ريخته‌شود.
مقدار مصرف 3/75 گرم متريزاميد حاوي1/81 ميلي‌گرم يد مي‌باشد و براي رقيق‌كردن آن از محلولهاي 0/005 درصدبيكربنات سديم استفاده مي‌گردد. درميلوگرافي در ناحيه كمر 10-15 ميلي‌ليتر،در ميلوگرافي ناحيه سينه 12 ميلي‌ليتر، درميلوگرافي ناحيه گردن 10 ميلي‌ليتر و درميلوگرافي تمام ستون فقرات و كمر نيز 10ميلي‌ليتر از اين دارو تزريق مي‌گردد. درسيسترنوگرافي كامپيوتري (تزريق درناحيه كمر) 4-6 ميلي‌ليتر تجويز مي‌شود.
در آرتريوگرافي شريانهاي محيطي25-65 ميلي‌ليتر، در ناحيه سر و گردن30-60 ميلي‌ليتر تزريق مي‌شود كه‌مي‌توان در سه‌بار تزريق و حداكثر تا 120ميلي‌ليتر از محلول اين دارو استفاده كرد.ميزان يد معادل در ميلوگرافي220-300mg/ml و در آرتريوگرافي370mg/ml مي‌باشد.
حداكثرمقدار يدتزريقي در مورد داخل نخاعي 3 گرم و درمورد تزريق داخل عروقي 87/5 گرم است در كودكان در ميلوگرافي ناحيه كمر ياسينه و سر و گردن با توجه به سن بيمار از2 ماهگي تا 18 سال از مقادير 10 ـ 2 ميلي‌ليتر تا 10 ميلي ليتر تزريق مي‌گردد. ميزان‌يد آن نيز در حدود 170-230mg/ml تنظيم‌مي‌گردد. در سيسترنوگرافي از طريق‌تزريق مستقيم در كودكان با سن تا دو ماه‌مقدار 2-3 ميلي‌ليتر از محلول حاوي170-220mg/ml يد و در بيماران با سن8-18 سال 3-6 ميلي‌ليتر از همين محلول‌مصرف مي‌گردد. براي ونتريكولوگرافي وموارد ديگر مقدار مصرف بسته به سن‌بيمار جداگانه تعيين مي‌گردد.
اشكال دارويي
Injection: 3.75g/20ml

METYRAPONE

موارد مصرف متي راپون براي تشخيص‌نارسائي غده فوق كليوي ناشي از نقص درمحور هيپوفيز - هيپوتالاموس مصرف‌مي‌شود. اين دارو براي تشخيص ميزان‌ذخيره ACTH هيپوفيز قدامي استفاده‌مي‌شود، اما بدليل غير اختصاصي بودن‌آن فقط در مواردي كه تست مستقيم‌امكان‌پذير نيست مثل افرادي كه تست‌هيپوگليسمي انسوليني در آنها منع شده‌است استفاده مي‌شود. متي راپون‌همچنين به عنوان داروي تشخيصي براي‌تعيين سندرم كوشينگ ناشي از سرطان‌غده فوق كليوي هيپرپلازي غده فوق‌كليوي و بيماري كوشينگ مصرف‌مي‌شود.
متي راپون براي درمان كوتاه مدت‌سندروم كوشينگ نيز مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو موجب مهار آنزيم 11بتا ـ هيدروكسيلاز مي‌شود و بدينوسيله‌سنتز گلوكورتيكوستروئيدها (كورتيزون وكورتيزول و همچنين آلدوسترون را مهارمي‌كند. كاهش سطح پلاسمائي‌گلوكوكورتيكوئيدها باعث تحريك هيپوفيزقدامي و ترشح كورتيكوتروپين مي‌شود.كورتيكوتروپين به نوبه خود باعث تحريك‌توليد بيشتر 11 - دزوكسي كورتيكوسترون‌و پيش سازهاي ديگر مي‌شود كه در كبدمتابوليزه و از راه ادرار دفع مي‌شوند كه ازاين طريق قابل اندازه‌گيري هستند. بنابراين‌متي‌راپون در بيماران مبتلا به سندروم‌كوشينگ به منظور آزمايش مكانيسم خودتنظيمي هيپوتالاموس هيپوفيز استفاده‌مي‌شود. اگرچه آزمايش مهار دگزامتازون‌ممكن است ترجيح داده شود.
فارماكوكينتيك متي راپون به سرعت و به‌خوبي از دستگاه گوارش جذب مي‌گردد.نيمه عمر آن 20-26 دقيقه است و حداكثرغلظت پلاسمائي آن طي يكساعت به دست‌مي‌آيد. متابوليسم اين دارو توسط كبد وكليه انجام مي‌شود.
موارد منع مصرف متي راپون ممكن است‌منجر به بروز نارسائي حاد كليه گردد
و بنابراين براي افرادي كه بي‌كفايتي‌فعاليت غده فوق كليوي دارند، نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ متابوليسم متي‌راپون ممكن‌است در بيماران مبتلا به بيماري كبدي به‌تاخيرافتد.
2 ـ قبل‌از استفاده‌از اين دارو بايد كليه را ازنظر نارسائي اوليه مورد بررسي قرارداد،زيرا در صورت وجود نارسائي‌اوليه اين‌دارو ممكن‌است باعث‌ايجاد نارسائي حادكليوي گردد.
3 ـ زنان باردار يا بيماران مبتلا به كم‌كاري‌تيروئيد ممكن‌است‌به متي‌راپون

كمترازحدمعمول پاسخ‌دهند.
عوارض جانبي واكنشهاي آلرژيك تهوع استفراغ ناراحتي شكمي كاهش فشارخون سردرد، سرگيجه و خواب آلودگي‌از عوارض جانبي اين دارو مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي فني توئين باعث‌افزايش متابوليسم متي‌راپون و كاهش‌غلظت پلاسمائي آن به سبب القاء آنزيمي‌در كبد مي‌گردد. بيماراني كه استروژن‌ها،پروژسترون‌ها، كورتيكوستروئيدها،فنوتيازين ها، كلرديازپوكساييد،كلرپرومازين آمي‌تريپ‌تيلين متي سرژايديا فنوباربيتال مصرف مي‌كنند، ممكن‌است‌به متي‌راپون كمتراز حد معمول پاسخ‌دهند. داروهاي ضدبارداري‌خوراكي‌ممكن‌است باعث افزايش و يا كاهش اثرمتي‌راپون گردند.
نكات قابل توصيه 1 ـ آزمايش متي راپون‌براي بررسي ذخيره ACTHدروني به‌اندازه آزمايش كاهش قند خون ناشي ازانسولين قابل اعتماد نيست و در بيماران‌سالخورده ترجيح داده مي‌شود.
2 ـ دارو همراه شير يا غذا مصرف شود.
3 ـ در صورت بروز تاري ديد به پزشك‌مراجعه شود.
4 ـ قبل و يا طي درمان با متي‌راپون ازمصرف كورتيكوستروئيدها خودداري‌شود.
مقدار مصرف بعد از اثبات پاسخ‌دهي غده‌فوق كليوي براي بزرگسالان متي‌راپون ازراه خوراكي به مقدار 750mg هر 4 ساعت‌براي شش نوبت استفاده مي‌شود. براي‌كودكان متي‌راپون از راه خوراكي به مقدار15mg/kg (حداقل 250mg) هر 4 ساعت‌براي شش نوبت استفاده مي‌شود. دربيماران با غده هيپوفيز سالم دفع 17 - 17-هيدروكسيكورتيكوستروئيدها، 2-4 برابرافزايش و دفع كتواسيدها، 2 برابرافزايش نشان مي‌دهد.
متي راپون براي درمان سندروم كوشينگ‌و با مقدار 250mg-6g در شش مقدارمنقسم مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Scored Tablet: 250mg

PENTAGASTRIN

موارد مصرف پنتاگاسترين به عنوان‌داروي كمكي براي تشخيص عملكردترشحي اسيد معده در بيماران مشكوك به‌فقدان اسيد معده گاستريت آتروفيك و ياكارسينوم معده افراد با قطع عصب واگ ويا قسمتي از معده آنها برداشته شده است مصرف مي‌شود. اين دارو همچنين درتشخيص زخم دوازدهه و تشخيص تومورزولينگر-اليسون مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: پنتاگاسترين يك پلي پپتيدصناعي است كه بدليل مشابهت باگاسترين طبيعي سلولهاي مسئول ترشح‌اسيدمعده را واداربه ترشح اسيد مي‌نمايد.
فارماكوكينتيك پس‌از تزريق به‌سرعت جذب‌مي‌گردد. اثر آن پس‌از 10دقيقه قابل مشاهده‌است حداكثر پاسخ 20-30دقيقه بعدازتجويز ظاهر مي‌شود، طول اثرآن حداكثر60-80دقيقه است واز راه‌كليه دفع مي‌گردد.
موارد منع مصرف در افراد با زخمهاي‌عميق و يا سوراخ‌شدگي حاد، انسدادي و ياخونريزي دهنده دستگاه گوارش حساسيت يا ايديوسنكرازي نسبت به‌پنتاگاسترين نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در افراد مبتلا به بيماري فعال‌مجاري صفراوي كبدي يا لوزالمعده بااحتياط مصرف شود.
2 ـ مقادير بيش از ميزان توصيه شده باعث‌مهار توليد اسيد معده مي‌گردد.
3 ـ سلامت مصرف دارو در بارداري وبراي كودكان اثبات نشده است
عوارض جانبي ايجاد گاز در معده تهوع واستفراغ درد معده و احساس دفع فوري‌مدفوع از عوارض جانبي شايع دارومي‌باشند. همچنين دربعضي افراد واكنش‌حساسيتي پوستي ايجاد مي‌كند.
تداخل هاي دارويي مصرف همزمان‌ضداسيدها و داروهاي آنتي‌كولينرژيك وهمچنين سايمتيدين و رانيتيدين به دليل‌تاثير در ميزان ترشح و آزادسازي‌اسيدمعده در آزمايش تشخيصي تداخل‌مي‌كنند.
نكات قابل توصيه 1 ـ شب قبل از انجام‌آزمايش از خوردن غذا و چهار ساعت‌پيش از انجام آن از نوشيدن مايعات‌خودداري شود
2 ـ از مصرف داروهاي آنتي‌اسيد پيش ازآزمايش خودداري شود.
3 ـ 24 ساعت قبل از آزمايش از مصرف‌داروهاي آنتي كولينرژيك سايمتيدين رانيتيدين و هر دارويي كه بر ميزان
اسيد معده تاثير مي‌گذارد خودداري
شود.
مقدار مصرف مقدار 6mcg/kg/hr به‌صورت زير جلدي و يا

0/6mcg/kg/hr به‌صورت انفوزيون وريدي (در سرم نمكي0/9%) تجويز مي‌گردد.

اشكال دارويي

Injection: 0.5mg/2ml

ALUMINIUM HYDROXIDE

موارد مصرف هيدروكسيد آلومينيوم براي‌درمان علامتي سوزش معده ناشي ازترشح اسيد، سوء هضم ناشي از اسيد وترش كردن جلوگيري از عوارض برگشت‌محتويات معده به‌مري و همچنين جهت‌جلوگيري از تشكيل سنگهاي ادراري‌فسفاته براي كاهش فسفات خون استفاده‌مي‌گردد.
مكانيسم اثر: به‌عنوان ضداسيد، اين دارواسيد معده را خنثي مي‌نمايد ولي به‌طورمستقيم روي توليد اسيد تاثيري ندارد.هيدروكسيد آلومينيوم موجود در اين‌فرآورده با يون فسفات در روده پيوندياقته و فسفات آلومينيوم نامحلول تشكيل‌مي‌دهد كه از راه مدفوع دفع مي‌گردد.بنابراين فسفات سرم و ادرار را كاهش‌مي‌دهد.
فارماكوكينتيك مقادير كمي از آلومينيوم‌موجود در اين فرآورده جذب مي‌گردد. اثراين دارو در صورت مصرف قبل از غذابه‌عنوان ضداسيد 60ـ20 دقيقه و يك‌ساعت در صورت مصرف بعد از غذا تا سه‌ساعت باقي مي‌ماند. دفع اين دارو از راه‌مدفوع و در صورت جذب از طريق كليه‌صورت مي‌گيرد.
موارد منع مصرف اين دارو در صورت‌وجود كمي فسفات خون و انسداد روده‌نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد زير اين دارو بااحتياط مصرف شود: بيماري آلزايمر،وجود علايم آپانديسيت يبوست انسدادمجراي معده ـ روده هموروئيد و عيب كاركليه
2 ـ ظرفيت خنثي‌سازي اسيد در موردهيدروكسيد آلومينيوم در مقايسه باضداسيدهاي حاوي منيزيم كمتر است
3 ـ در صورت مصرف طولاني مدت‌به‌خصوص در بيماران با شكستگي‌استخوان بايد رژيم جبران‌كننده فسفات‌داده شود.
عوارض جانبي در صورت مصرف طولاني‌مدت اين دارو در بيماران با نارسايي مزمن‌كليه ممكن است ايجاد تغييرات خلقي ورواني كند. بامصرف طولاني مدت ممكن‌است باعث ايجاد يبوست درد استخواني‌ناشي از تخليه فسفات كاهش اشتها،كاهش غيرعادي وزن و سفيدشدن مدفوع‌گردد.
تداخل‌هاي داروئي اين دارو زماني كه‌همزمان با بسياري از داروها مصرف‌گردد، مي‌تواند در جذب آنها مداخله پيداكند و بنابراين بايد از لحاظ مقدار مصرف‌و زمان مصرف مورد دقت بيشتري قرارگيرد. از جمله اين داروها مي‌توان ازكينيدين داروهاي ضدانعقاد خوراكي تركيبات ضددپسكينزي داروهاي‌ضدموسكاريني سايمتيدين رانيتيدين گليكوزيدهاي ديژيتال ايزونيازيد،كتوكونازول فنوتيازين‌ها، ويتامين A،تتراسايكلين‌ها،

تيوگزانتين‌ها و فلوئورسديم نام برد.
به‌طوركلي بايد به بيمار توصيه نمود ازمصرف داروها طي 2 ـ 1 ساعت پس ازمصرف آنتاسيدها خودداري كنند.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي درمان زخم‌هاي‌گوارشي بهترين اثر دارو زماني خواهدبود كه 3ـ1 ساعت بعد از غذا و يا هنگام‌خواب مصرف شود.
2 ـ سوسپانسيون را قبل از مصرف بايدتكان داد و قرص را به‌خوبي جويد.
3 ـ احتمال بروز يبوست با مصرف اين‌دارو وجود دارد كه مي‌توان بااستفاده ازفيبرهاي غذايي ميزان آن را كاهش داد.
مقدار مصرف به‌عنوان ضداسيد1200ـ600 ميلي‌گرم از سوسپانسيون ياقرص 6ـ4 بار در روز بين غذا و هنگام‌خواب مصرف مي‌شود. به‌عنوان كمك‌درمان زخم گوارشي 3600ـ960 ميلي‌گرم‌از سوسپانسيون هر 2ـ1 ساعت در روزمصرف مي‌شود. در موارد شديد 4/8ـ2/6گرم باآب رقيق كرده مصرف گردد.به‌عنوان پايين آورنده فسفات خون4/8ـ1/9 گرم از سوسپانسيون سه تا چهاربار در روز همراه با رژيم‌غذايي كم فسفات‌استفاده گردد. مقدار مصرف در كودكان‌توسط پزشك تعيين گردد.
اشكال دارويي
Chewable Tablet: 300 mg
Suspension: 320 mg / 5 ml

ALUMINIUM Mg

موارد مصرف اين دارو براي درمان‌علامتي سوزش معده ناشي از ترشح اسيد،سوء هضم ناشي از اسيد و ترش كردن ودرمان علامتي برگشت محتويات معده به‌مري نيز به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: به‌عنوان ضداسيد، اين دارو ازطريق شيميائي اسيدمعده را خنثي‌مي‌نمايد.
فارماكوكينتيك مقادير كمي از آلومينيوم‌موجود در هيدروكسيد آلومينيوم وهمچنين 10 درصد منيزيم موجود درفرآورده جذب مي‌گردد. اثر اين دارو درصورت مصرف قبل از غذا به‌عنوان‌ضداسيد 60ـ20 دقيقه و در صورت‌مصرف يكساعت بعد از غذا تا سه ساعت‌طول مي‌كشد.
موارد منع مصرف اين فرآورده در عيب‌شديد كار كليه كمبود فسفات خون وانسداد روده نبايد مصرف گردد.
هشدارها: در كودكان و بيماراني كه ناراحتي‌شديد كليه دارند، بااحتياط مصرف گردد.
عوارض جانبي اين دارو در بيماران بانارسايي مزمن كليه در صورت مصرف‌طولاني مدت ممكن است تغييرات خلقي ورواني ايجاد كند. بامصرف طولاني مدت‌ممكن است باعث ايجاد يبوست درداستخواني ناشي از تخليه فسفات كاهش‌اشتها، كاهش غيرعادي وزن و سفيدشدن‌مدفوع بشود.
تداخل‌هاي داروئي اين دارو زماني كه‌همزمان با بسياري از داروها مصرف‌گردد مي‌تواند در جذب آنها مداخله كند وبنابراين بايد از لحاظ مقدار مصرف وزمان مصرف مورد دقت بيشتري قرارگيرد.
به‌طوركلي بايد به بيمار توصيه نمود ازمصرف ساير داروها طي 2 ـ 1 ساعت پس‌از مصرف آنتاسيدها خودداري كنند.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي درمان زخم‌هاي‌گوارشي بهترين اثر زماني خواهد بود كه3ـ1 ساعت بعد از غذا يا هنگام خواب‌مصرف شود.
2 ـ احتمال بروز يبوست با مصرف اين‌دارو وجود دارد ولي مي‌توان بااستفاده ازفيبرهاي غذايي ميزان آن را كاهش داد.
مقدار مصرف مقدار 20ـ 5 ميلي‌ليترسوسپانسيون يا 4ـ1 قرص چهاربار درروز 20 دقيقه تا يكساعت بعد از غذامصرف مي‌گردد.
اشكال دارويي
Chewable Tablet: Aluminium Hydroxide200mg + Magnesium Hydroxide 200 mg

Suspension: (Aluminium Hydroxide225mg + Magnesium Hydroxide 200mg)/5ml

ALUMINIUM MgS

موارد مصرف اين دارو براي درمان‌علامتي سوزش معده ناشي از ترشح اسيد،سوء هضم ناشي از اسيد و ترش كردن‌درمان علامتي برگشت محتويات معده به‌مري نيز به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: به‌عنوان ضداسيد، اين دارو ازطريق شيميائي اسيد معده را خنثي مي‌نمايد.
سايمتيكون موجود در اين فرآورده نيز اثرضدنفخ دارد.
فارماكوكينتيك مقادير كمي از آلومينيوم‌موجود در هيدروكسيد آلومينيوم وهمچنين 10 درصد منيزيم موجود درفرآورده جذب مي‌گردد. اثر اين دارو درصورت مصرف قبل از غذا به‌عنوان‌ضداسيد 60ـ20 دقيقه و در صورت‌مصرف يكساعت بعد از غذا تا سه ساعت‌طول مي‌كشد.
موارد منع مصرف در عيب شديد كار كليه كمبود فسفات خون و انسداد روده نبايدمصرف گردد.
هشدارها: در كودكان و بيماراني كه‌ناراحتي شديد كليه دارند، با احتياطمصرف گردد.
عوارض جانبي اين دارو در بيماران بانارسايي مزمن كليه در صورت مصرف‌طولاني مدت ممكن است تغييرات خلقي ورواني ايجاد كند.
بامصرف طولاني مدت‌ممكن است باعث ايجاد يبوست درداستخواني ناشي از تخليه فسفات كاهش‌اشتها، كاهش غيرعادي وزن و سفيدشدن‌مدفوع شود.
تداخل‌هاي داروئي اين دارو زماني كه‌همزمان با بسياري از داروها مصرف‌گردد مي‌تواند در جذب آنها مداخله كند وبنابراين بايد از لحاظ مقدار مصرف وزمان مصرف مورد دقت بيشتري قرارگيرد.
به‌طوركلي بايد به بيمار توصيه نمود ازمصرف ساير داروها طي 2 ـ 1 ساعت پس‌از مصرف آنتاسيدها خودداري كنند.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي درمان زخم‌هاي‌گوارشي بهترين اثر زماني خواهد بود كه3ـ1 ساعت بعد از غذا يا هنگام خواب‌مصرف شود.
2 ـ احتمال بروز يبوست با مصرف اين‌فرآورده وجود دارد، ولي مي‌توان‌بااستفاده از فيبرهاي غذايي ميزان آن راكاهش داد.
مقدار مصرف مقدار 20ـ 5 ميلي‌ليترسوسپانسيون يا 4ـ1 قرص چهار بار درروز 20 دقيقه تا يكساعت بعد از غذا وهنگام غذا مصرف مي‌گردد.
اشكال دارويي
Chewable Tablet: Aluminium Hydroxide200 mg + Magnesium Hydroxide 200 mg+ Simethicone 25 mg

Suspension: (Aluminium Hydroxide 225mg + Magnesium Hydroxide 200 mg +Simethicone 25 mg) / 5 ml

ANTIHEMORRHOID

موارد مصرف شكل پماد اين دارو دردرمان علامتي هموروئيد خارجي وهموروئيد پرولاميس و ساير بيماريهاي‌دردناك اطراف مقعد و در درمان خارش‌قسمت خارجي دستگاه تناسلي زنان وخارش مقعد مصرف مي‌شود.
شياف اين‌دارو در درمان هموروئيد داخلي و ديگراختلالات مجراي مقعدي مانند التهاب‌راست روده شقاق مقعد و فيستول همراه‌آن مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين فرآورده به‌دليل داشتن‌تركيبات بي‌حس‌كننده موضعي گلوكو ـكورتيكوئيد و قابض اثر التيام‌دهنده دارد.
هشدارها: 1 ـ در كودكان و سالخوردگان در صورت مصرف بيش از حد امكان بروزمسموميت ناشي از بي‌حس كننده موضعي‌وجود دارد.
2 ـ احتمال بروز عفونت در موضع پس ازمصرف بيش از حد دارو وجود دارد.
عوارض جانبي عوارض جانبي اين‌فرآورده بيشتر در اثر مصرف بيش از حدآن حاصل مي‌گردد و شامل عفونت ونكروز در ناحيه استعمال مي‌باشد.
تداخل‌هاي داروئي داروهاي مسددبتاآدرنرژيك از طريق كاهش جريان خون‌كبدي ممكن است سرعت متابوليسم‌ليدوكائين موجود در فرآورده را كاهش‌دهند. سايمتيدين از طريق كاهش‌متابوليسم داروهاي موجود در اين‌فرآورده ممكن است متابوليسم آنها رابه‌تاخير بياندازد.
نكات قابل توصيه در صورت بروز عفونت‌در موضع استعمال به‌پزشك مراجعه‌شود.
مقدار مصرف برحسب شدت بيماري ودستور پزشك روزانه چندين بار مصرف‌مي‌گردد.
اشكال دارويي
(Suppositories(/g)Rectal Ointment(/g
mg50 mgLidocaine 60
mg2.75 mgHydrocortisone Acetate 5
mg35 mgAluminium Subacetate 50
mg180 mgZinc Oxide 400

موارد مصرف اين دارو به‌صورت كمكي دردرمان زخم معده سندرم روده‌تحريك‌پذير و درمان كمكي در آنتروكوليت‌باكتريايي به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: آتروپين هيوسيامين وهيوسين (آلكالوئيدهاي بلادونا) داراي اثرضدموسكاريني هستند و فنوباربيتال اثرتسكيني برروي CNSدارد.
فارماكوكينتيك متابوليسم دارو كبدي‌است دفع دارو عمدت? از راه كبد صورت‌مي‌گيرد. طول مدت اثر دارو حدود 6ـ4ساعت مي‌باشد.
موارد منع مصرف اين دارو در صورت‌وجود گلوكوم با زاويه بسته نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ احتمال بروز هيجان اضطراب خواب‌آلودگي يا اغتشاش شعوربويژه در سالمندان وجود دارد.
2 ـ احتمال بروز خشكي دهان و احتباس‌ادرار وجود دارد.
3 ـ در هيپرتروفي پروستات يا احتباس‌ادرار و گلوكوم بااحتياط مصرف شود.
عوارض جانبي يبوست كاهش تعريق سرگيجه خواب‌آلودگي خشكي دهان بيني گلو و يا پوست از عوارض شايع دارومي‌باشند.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان اين‌دارو با داروهاي بيهوش‌كننده عمومي داروهاي پايين آورده فشارخون ومضعف CNSاثر تضعيفي آنها را افزايش‌مي‌دهد. اين دارو همچنين باجذب‌گريزوفولوين و كينيدين و كتوكونازول‌تداخل دارد. اين دارو اثر آنتي‌موسكاريني‌داروهاي ضدهيستاميني ديسوپيراميد،هالوپريدول فنوتيازين‌ها و تيوگزانتين‌هارا افزايش مي‌دهد همچنين با گليكوزيدهاي‌ديژيتال گوانتيدين متوكلوپراميد و ضددردهاي مخدر شبه تريالك و داروهاي‌ضدافسردگي سه حلقه‌اي تداخل دارد.
نكات قابل توصيه 1 ـ دارو نيم تا يك ساعت‌قبل از غذا ميل شود.
2 ـ بافاصله يكساعت از داروهاي ضداسيدو ضداسهال مصرف گردد.
3 ـ احتمال بالا رفتن دماي بدن درفعاليت‌هاي شديد بدني پس از مصرف اين‌دارو وجود دارد.
4 ـ احتمال خشكي دهان بيني و گلو وجوددارد.
5 ـ احتمال بروز تاري ديد يا خواب آلودگي‌با مصرف اين دارو وجود دارد.
مقدار مصرف
بزرگسالان 10ـ 5 ميلي‌ليتر الگزير سه ياچهار بار در روز يا 2ـ1 قرص 4ـ2 بار درروز مصرف مي‌شود.
كودكان باوزن كمتر از 9 كيلوگرم

0/75 ـ 0/5 ميلي‌ليتر الگزير هر 6 ـ 4 ساعت‌و كودكان بالاي 9 كيلوگرم تا 45 كيلوگرم‌از 2 ميلي‌ليتر تا 7/5 ميلي‌ليتر الگريز هر 6 ـ 4 ساعت مصرف مي‌گردد.

اشكال دارويي

Tablet, Elixir(/5 ml): Atropin Sulfate19.4mcg + Hyoscine HBr 6.5 mcg +Hyoscyamine Sulfate 103.7 mcg +Phenobarbital 16.2 mg

BISMUTH SUBCITRATE

موارد مصرف بيسموت براي درمان‌زخمهاي معده و روده و همراه با سايرداروها در درمان عفونت‌هاي‌گوارشي هليكوباكتر پيلوري مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو اسيد معده را تا حدي‌خنثي مي‌كند و احتمالا اثر ضد هليكوباكترآن مستقيم است همچنين تا حدي باعث‌تحريك توليد پروستاگلاندين در جدارمعده و دوازدهه مي‌گردد.
فارماكوكينتيك به‌مقدار ناچيز از دستگاه‌گوارش جذب مي‌گردد و معمولا پس ازمصرف طولاني آن غلظت پلاسمايي آن‌افزايش مي‌يابد. دفع اين دارو از راه كليه‌است ولي مقداري از آن ممكن است دراستخوان و ساير بافت‌ها ذخيره گردد.
موارد منع مصرف اين دارو در نارسايي‌حاد كليوي نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در سالخوردگان و افرادي كه‌نارسائي خفيف كليوي دارند با احتياطمصرف گردد.
2 ـ اگرچه اين دارو همزمان باتتراسايكلين‌ها تجويز مي‌گردد اما مي‌تواندااثربخشي آنها را كاهش دهد.
عوارض جانبي ممكن است باعث سياهي‌زبان و يا مدفوع گردد. تهوع و استفراغ نيزپس از مصرف اين دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي داروئي در صورت مصرف‌همزمان با امپرازول جذب اين دارو افزايش‌مي‌يابد. اين دارو همچنين باعث كاهش‌جذب تتراسيكلين‌ها مي‌گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت تجويزدارو با تتراسيكلين‌ها، حداقل با فاصله‌يك‌ساعت از هم مصرف گردد.
2 ـ در صورت بروز عوارض گوارشي تهوع و استفراغ شديد به پزشك مراجعه‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار 2 قرص روزانه يا يك‌قرص 4 بار در روز براي 28 روز مصرف‌مي‌شود كه در صورت لزوم يك دوره ديگرتجويز مي‌گردد.
اشكال دارويي
Tablet: 120 mg

CHOLESTYRAMINE

موارد مصرف اين دارو در درمان زيادي‌كلسترول و LDL خون در بيماراني كه به‌درمان با رژيم غذايي يا ساير روشها پاسخ‌كافي نداده‌اند، مصرف مي‌شود. اين داروهمچنين براي پيشگيري اوليه بيماري‌كرونر قلب در مردان با سن 35-59 سال‌كه مبتلا به زيادي اوليه كلسترول خون‌بوده و به درمان با رژيم غذايي يا سايرروشها پاسخ كافي نداده‌اند، در درمان‌خارش همراه با توقف نسبي صفرا وسيروز اوليه صفراوي و اسهال ناشي ازبيماري كرون يا واگوتومي يا پرتوهاي‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: كلستيرامين يك رزين‌تعويض‌كننده آنيون است كه از طريق پيوندبا اسيدهاي صفراوي و ممانعت از بازجذب آنها تبديل كلسترول به اسيدهاي‌صفراوي در كبد را تسريع مي‌كند.كلستيرامين به‌طور قابل توجهي ميزان‌كلسترول ـ LDL را كاهش مي‌دهد، ولي‌مي‌تواند زيادي تري‌گليسريد خون راتشديد نمايد. كاهش اسيدهاي صفراوي‌سرم و متعاقب آن كاهش اسيدهاي‌صفراوي اضافي كه در بافت پوست‌رسوب نموده‌اند، ممكن است منجر به‌كاهش خارش گردد.
فارماكوكينتيك اين دارو از مجراي گوارش‌جذب نمي‌شود. معمولا طي 1-2 هفته پس‌از شروع درمان كلستيرامين موجب‌كاهش غلظت پلاسمايي كلسترول مي‌شود.بهبود خارش ناشي از توقف صفرا معمولاطي 1-3 هفته پس از شروع درمان ديده‌مي‌شود. پس از قطع مصرف كلستيرامين غلظت كلسترول در حدود 2-4 هفته به‌ميزان اوليه برگشته و خارش ناشي ازتوقف صفرا نيز طي 1-2 هفته بعد از قطع‌مصرف دارو، مجدد? ايجاد مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در توقف كامل‌جريان صفرا نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ مصرف همزمان ويتامين‌هاي‌محلول در چربي و اسيدفوليك ممكن است‌با مصرف مقادير زياد اين دارو، به‌ويژه دركودكان ضروري باشد.
2 ـ اين دارو در صورت وجود يبوست وفنيل‌كتونوري بايد با احتياط مصرف شود.
3 ـ مصرف اين دارو در كودكان با سن‌كمتر از 10 سال بايد با احتياط صورت‌گيرد، زيرا كلسترول براي نمو طبيعي‌كودكان ضروري است
4 ـ اين دارو براي سالخوردگان (بالاي 60سال كه احتمال بروز عوارض جانبي‌گوارشي و تغذيه‌اي ناشي از اين دارو درآنها بيشتر مي‌باشد، بايد با احتياط تجويزشود.
عوارض جانبي تهوع و استفراغ يبوست يااسهال سوزش سردل نفخ و

ناراحتي‌شكم با مصرف اين دارو گزارش‌شده‌است
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان‌داروهاي ضدانعقاد خوراكي با اين داروممكن است با تخليه ويتامين K از بدن
سبب افزايش قابل ملاحظه اثر داروهاي‌ضدانعقاد گردد. از طرفي كلستيرامين‌ممكن است از طريق پيوند به داروهاي‌ضدانعقاد در مجراي گوارشي سبب‌كاهش اثرات آنها گردد. كلستيرامين‌مي‌تواند سبب كاهش نيمه عمر ديگوكسين‌گردد. مصرف همزمان اين دارو با اشكال‌خوراكي تتراسيكلين مدرهاي تيازيدي پروپرانولول هورمونهاي تيروئيد
و وانكومايسين خوراكي ممكن است منجربه پيوند كلستيرامين به اين داروها وكاهش جذب آنها گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ بدون مشورت باپزشك از مصرف ساير داروها بايدخودداري شود.
2 ـ قبل از قطع مصرف دارو، بايد با پزشك‌مشورت شود، زيرا ممكن است غلظت‌چربي در خون به ميزان قابل توجهي‌افزايش يابد.
3 ـ براي درمان زيادي چربي خون كنترل‌رژيم غذايي از اهميت بيشتري برخورداراست
4 ـ قبل از مصرف بهتر است دارو را بايدمايعات مخلوط كرد به اين ترتيب كه داروبه مايع افزوده و 2 ـ 1 دقيقه صبر شود وپس از هم زدن مصرف كرده علاوه بر آب‌مي‌توان از شير، سوپ رقيق يا آب ميوه‌استفاده كرد.
5 ـ در صورت ضرورت مصرف سايرداروها، بايد آنها را يك ساعت قبل يا 6 ـ 4 ساعت بعد از كلستيرامين مصرف‌نمود.
مقدار مصرف
بزرگسالان ابتدا 4 گرم 1 يا 2 بار در روزقبل از غذا مصرف مي‌شود و سپس‌برحسب پاسخ بيمار مقدار مصرف تنظيم‌مي‌شود. به‌عنوان مقدار نگهدارنده 24g/day-8 در 2-6 مقدار منقسم مصرف‌مي‌شود. بيشينه مقدار مصرف در زيادي‌چربي خون تا 24 g/day و در درمان‌خارش ناشي از توقف صفرا، تا 16 g/dayاست
همچنين در درمان اسهال به مقدار24g/day ـ 12 در 4 ـ 1 دوز منقسم براي
4 ـ 3 هفته مصرف مي‌شود و سپس برحسب پاسخ بيمار مقدار مصرف تنظيم‌مي‌شود. بيشينه مقدار مصرف در اين‌مورد تا 36g/day است
كودكان ابتدا 4 گرم در 2 مقدار منقسم وبه‌عنوان مقدار نگهدارنده g/day 24-8 در2 يا چند مقدار منقسم مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
For Suspension: 4 g / sachet

CIMETIDINE

موارد مصرف سايمتيدين در درمان كوتاه‌مدت زخمهاي فعال دوازدهه يا زخمهاي‌فعال و خوش‌خيم معده حالات مرضي‌ترشح بيش از حد اسيد معده مانند سندروم‌زولينگر ـ اليسون برگشت محتويات معده‌به مري و ساير مواردي كه كاهش اسيدمعده براي آن مفيد است مانند جراحي‌دستگاه گوارش مورد استفاده قرارمي‌گيرد.
مكانيسم اثر: اين دارو از طريق رقابت باهيستامين در سطح گيرنده‌هاي H2 درسلول‌هاي جداره‌اي ترشح پايه‌اي وهمچنين تحريك ترشح اسيد توسط غذا،پنتاگاسترين و ساير محركهاي ترشح‌اسيد معده را مهار مي‌كند.
فارماكوكينتيك اين دارو به‌خوبي وبه‌سرعت از دستگاه گوارش جذب‌مي‌گردد. متابوليسم آن كبدي است و درحدود 30-40 درصد دارو در اولين عبوراز كبد بي‌اثر مي‌گردد. نيمه عمر آن 2-3ساعت است و حداكثر غلظت پلاسمايي پس‌از 45-90 دقيقه پس از تجويز خوراكي آن‌حاصل مي‌گردد.
هشدارها: 1 ـ در بيماران سالخورده‌احتمال كاهش كليرانس كليوي و افزايش‌غلظت سرمي دارو وجود دارد.
2 ـ در سيروز كبدي و ناراحتي‌هاي كليوي‌متوسط تا شديد خطر بروز عوارض‌جانبي به‌خصوص عوارض عصبي دارووجود دارد.
3 ـ به‌طور كلي مصرف سايمتيدين و سايرمسددهاي گيرنده H2 براي پيش از 8 هفته‌بندرت ضروري است براي مصارف‌طولاني مدت اين داروها مطالعه‌اي صورت‌نگرفته است
عوارض جانبي اغتشاشش شعور(برگشت‌پذير)، اختلالات خوني خستگي ياضعف غير عادي ضربان آهسته سريع ونامنظم قلب (بويژه با تزريق وريدي مقاديرزياد دارو)، كاهش توانايي جنسي اسهال سرگيجه يا سردرد، كرامپ عضلاني بثورات جلدي تورم سيناپسها در زنان ومردان آسيب برگشت‌پذير كبد يا كليه بامصرف اين دارو گوارش شده‌اند.
تداخل‌هاي داروئي جذب سايمتيدين
در حضور آنتي‌اسيدها كاهش مي‌يابد.متابوليسم داروهاي ضدانعقاد خوراكي بنزوديازپين‌ها به‌خصوص‌كلردياز‌پوكساید و ديازپام مترونيدازول فني‌توئين پروپرانولول و گزانتين‌ها درصورت مصرف همزمان با سايمتيدين‌كاهش مي‌يابد. سايمتيدين ممكن است دفع‌پروكائين آميد، آميودارون و كينيدين راكاهش دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ بهتر است اين
دارو با هر وعده غذا و قبل از خواب‌مصرف شود.

2 ـ احتمال تشديد درد مفاصل پس ازتزريق دارو وجود دارد.
3 ـ آمپول تزريقي سايمتيدين با سرمهاي‌تزريقي سازگار است
4 ـ تزريق وريدي مقادير زياد اين داروتوصيه نمي‌شود زيرا خطر بروز اريتمي‌قلبي وجود دارد.
5 ـ كشيدن سيگار موجب كاهش اثر اين‌دارو مي‌شود.
مقدار مصرف
خوراكي و تزريقي
بزرگسالان در درمان زخم دوازدهه 300ميلي گرم 4 بار در روز (همراه هر وعده غذاو موقع خواب يا 400 ميلي گرم دوبار درروز (صبح و موقع خواب مصرف‌مي‌شود. براي پيشگيري از بازگشت زخم‌دوازدهه 300 ميلي گرم دو بار در روز يا400 ميلي گرم موقع خواب براي مدت‌طولاني مصرف مي‌شود.
در درمان زخم معده خوش خيم 300ميلي‌گرم 4 بار در روز يا 400 ميلي گرم
دو بار در روز مصرف مي‌شود. در ترش‌كردن معده يا سوزش سر دل 200ميلي‌گرم موقع بروز علايم مصرف‌مي‌شود. براي كاهش ترشح اسيد معده
در بيماري‌هاي نظير سندرم زولينجر ـالسيون 300 ميلي گرم 4 بار در روز يا بر حسب نياز بيمار تا رفع علايم
باليني مصرف مي‌شود. در درمان‌بازگشت محتويات معده به مري
1600mg/day ـ 800 در مقادير منقسم براي12 هفته مصرف مي‌گردد.
همچنين دردرمان خونريزي معده 300 ميلي گرم 4 باردر روز يا 600 ميلي گرم 2 بار در روزمصرف مي‌شود. بيشينه مقدار مصرف‌بزرگسالان 2/4 g/day است
كودكان در درمان زخم دوازدهه يا زخم‌معده 40 mg/kg/day ـ 20 در 4 مقدار منقسم با هر وعده غذا و موقع خواب ، و دردرمان بازگشت محتويات معده به مري80 mg/kg/day ـ 40 در 4 مقدار منقسم يا براساس نياز بيمار مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Film Coated Tablet: 200 mg
Syrup: 200 mg / 5ml
Injection: 200 mg / 2ml

CISAPRIDE

موارد مصرف سيساپراید براي درمان‌علائم و ضايعات ناشي از برگشت‌محتويات معده به مري بهبود عوارض‌ناشي از رفع كندي تخليه معده در اثرديابت اسكلروز سيستميك نورويا‌تي‌اعصاب خودكار و در درمان سوء هاضمه‌ديسپپسي تجويز مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو موجب آزادشدن‌استيل كولين از اعصاب كولينرژيك دردستگاه گوارش مي‌شود. بدين ترتيب اين‌دارو فعاليت و انقباض عضلات اسفنكترتحتاني مري را افزايش مي‌دهد و تخليه‌معده را تسريع مي‌كند كه در نتيجه زمان‌عبور محتويات روده كوتاه مي‌شود.
فارماكوكينتيك جذب اين دارو سريع وكامل است متابوليسم دارو كبدي و دفع آن‌از طريق كليه و مدفوع مي‌باشد.
موارد منع مصرف اين دارو در مواردي كه‌تحريك معدي ـ روده‌اي خطرناك باشد(مانند خونريزي انسداد يا سوراخ شدت‌لوله گوارش نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ مقدار مصرف اين دارو دربيماران مبتلا به عيب كار كليه يا كبد درابتداي درمان بايد نصف مقادير معمول‌باشد.
2 ـ مصرف اين دارو در بيماران‌سالخورده يا مبتلا به اختلالات قلبي بايد بااحتياط صورت گيرد.
عوارض جانبي كرامپ شكمي و اسهال افزايش دفعات دفع ادرار، سردرد، تشنج تكرر ادرار، اثرات خارج هرمي اختلال درعملكرد كبد و آريتمي بطني از عوارض‌جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان‌يكسري از داروها با سيساپراید خطر بروزآريتمي بطني كه ممكن است كشنده باشد،را افزايش مي‌دهد. از اينرو مصرف‌همزمان سيساپراید با مسدودكننده‌هاي‌كانال كلسيم و داروهاي آنتي هيستامين‌توصيه نمي‌شود. همچنين اريترومايسين فلوكونازول كتوكونازول و مايكونازول‌احتمالا از طريق مهار متابوليسم اين دارو،غلظت پلاسمايي آن و خطر بروز آريتمي راافزايش مي‌دهند. داروهاي ضد درداوپيوئيدي و داروهاي آنتي موسكاريني‌اثرات سيساپراید را خنثي مي‌سازند.
سيساپراید اثر داروهاي ضد انعقادخوراكي را ممكن است افزايش دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در نارسايي كبد وكليه مقدار مصرف دارو نصف شود.
2 ـ توصيه مي‌شود كه اين دارو 15 دقيقه‌قبل از غذا و در موقع خواب (در موردعلائم شبانه همراه با يك آب يا نوشيدني‌ديگر مصرف گردد.

مقدار مصرف در ضايعات مخاطي ناشي ازبرگشت محتويات معده به مري 10ميلي‌گرم 3-4 بار در روز يا 20 ميلي‌گرم‌دو بار در روز (طول دوره درمان 12 هفته مصرف مي‌شود. درمان نگهدارنده‌عبارتست از 20 ميلي‌گرم در موقع خواب يا10 ميلي‌گرم 2 بار در روز (در صورتي‌كه‌ضايعات خيلي شديد باشند 20 ميلي‌گرم‌دوبار در روز، در صورتي‌كه كرامپ‌هاي‌شكمي شديد بروز كند مقدار 20 ميلي‌گرم‌نصف و دفعات مصرف دو برابر مي‌شود).در كندي تخليه معده ناشي از ديابت اسكلروز سيستميك و نوروپاتي اعصاب‌خودكار، 10 ميلي‌گرم 3-4 بار در روز به‌مدت 6 هفته مصرف مي‌شود (در صورت‌لزوم مي‌توان طول دوره درمان را بيشتركرد). در درمان علائم سوء هاضمه 10ميلي‌گرم 3 بار در روز (طول دوره درمان‌معمولا 4 هفته تجويز مي‌شود.

اشكال دارويي

Scored Tablet: 5 mg, 10 mg

Suspension: 1 mg/ml

موارد مصرف اين دارو به‌طور كلي دردرمان زخمهاي گوارشي و سندرم روده‌تحريك‌پذير به‌كار مي‌رود. اين داروهمچنين به‌عنوان داروي كمكي در كاهش‌ترشحات اسيدمعده و در درمان‌آنتروكوليت حاد مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: كليدينيوم بامهار گيرنده‌هاي‌موسكاريني باعث كاهش ترشحات وحركات دودي دستگاه گوارش مي‌شود.كلرديازپوكساييد بااثر برروي گيرنده‌هاي‌گاما آمينوبوتيريك اسيد (GABA) در CNSباعث كاهش تحريكات عصبي گرديده وبه‌صورت كمكي در كاهش ترشحات‌دستگاه گوارش موثر است
فارماكوكينتيك جذب گوارشي كليدينيوم‌كم و متغير است طول اثر آن در حدود سه‌ساعت است راه اصلي دفع كليدينيوم ازطريق مدفوع است كلرديازپوكسايدبه‌خوبي جذب مي‌شود و پس از جذب‌متابوليزه شده و گاهي تا چند هفته‌متابوليت‌هاي آن دفع مي‌گردد.
هشدارها: 1 ـ بيماران سالخورده‌به‌عوارض ضدموسكاريني كليدينيوم واحتمال بروز ناگهاني گلوكوم حساسترهستند.
2 ـ در عيب كار كبد، ناپايداري وضعيت‌قلبي عروقي فتق مري هيپرتروفي‌پروستات و كوليت اولسروز شديد انسدادروده مياستني گراو، استعداد ابتلاي به‌گلوكوم و احتباس ادرار با احتياط مصرف‌مي‌شود.
عوارض جانبي به‌دليل اثرات آنتي‌موسكاريني احتمال افزايش سريع درجه‌حرارت بدن در مناطق گرم وجود دارد. ازعوارض شايع آن احساس نفخ كاهش‌تعريق و سرگيجه را مي‌توان نام برد.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان اين‌فرآورده با داروهاي مضعف CNS وداروهاي پايين آورنده فشارخون با اثرتضعيف CNS ممكن است منجر به‌افزايش‌اثر تسكيني اين داروها گردد. مصرف‌همزمان با آمانتادين داروهاي‌ضدهيستاميني ساير داروهاي ضدموسكاريني ديسوپيراميد، هالوپريدول ومهاركننده‌هاي مونوآمين اكسيداز (MAO)موجب افزايش اثرات آرام‌بخش و ضدموسكاريني اين داروها مي‌گردد. مصرف‌همزمان اين دارو با داروهاي ضداسيد يادارو‌هاي ضداسهال جاذب ممكن است‌منجر به‌كاهش اثرات درماني كليدينيوم‌شود. مصرف همزمان ديگوكسين باكليدينيوم به‌علت كاهش حركات مجراي‌گوارش ممكن است منجر به‌افزايش غلظت‌سرمي ديگوكسين شود. تجويز همزمان‌اين فرآورده با كتوكونازول ممكن است‌منجر به‌كاهش قابل ملاحظه‌اي در جذب‌كتوكونازول شود. كليدينيوم ممكن است‌بااثرات متوكلوپراميد بر روي حركات‌مجراي گوارش مقابله كند. مصرف‌همزمان كليدينيوم با كلرور پتاسيم

ممکن است منجر به‌افزایش شدت ضایعات‌گوارشي حاصل از کلرور پتاسیم
شود.
مصرف همزمان کلیدینیوم با داروهاي‌ضد میاستني ممکن است موجب کاهش هرچه بیشتر حرکات روده‌ها شود.
نکات قابل توصیه 1 ـ توصیه مي‌شود این‌دارو نیم ساعت تا یکساعت قبل از غذامصرف شود.
2 ـ در صورت بروز سرگیجه منگي خواب‌آلودگي یا تاري دید احتیاط شود.
3 ـ از مصرف داروهاي ضداسهال طي 2ـ1ساعت پس از مصرف این دارو خودداري‌گردد.
4 ـ بامصرف این دارو ممکن است خشکي‌دهان بیني یا گلو بروز نماید.
5 ـ در هنگام فعالیت بدني یا در هواي گرم‌باید احتیاط کرد.
مقدار مصرف در بزرگسالان یك یا دوقرص 4ـ1 بار در روز 60ـ30 دقیقه قبل ازغذا مصرف شده و سپس مقدار مصرف‌دارو براساس نیاز و تحمل بیمار تنظیم‌مي‌شود. در کودکان بنا به‌نظر پزشك‌مصرف مي‌گردد.
اشکال دارویي
Tablet: Clidinium Bromide 2.5 mg +Chlordiazepoxide HCl 5 mg

DICYCLOMINE

موارد مصرف دي‌سيكلومين به‌صورت‌كمكي در ناراحتي‌هاي دستگاه گوارش كه‌همراه با اسپاسم عضلات صاف مي‌باشداستفاده مي‌گردد.
مكانيسم اثر: اين دارو به‌دليل اثرات‌ضدموسكاريني خود مي‌تواند باعث‌شل‌شدن عضلات صاف و مهار اسپاسم وترشحات در دستگاه گوارش گردد.
فارماكوكينتيك پس از تجويز خوراكي ياعضلاني به‌سرعت جذب مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در موارد زيرنبايد مصرف شود: گلوكوم با زاويه بسته بازگشت محتويات معده به مري انسدادفلجي روده انسداد روده بيماريهاي‌انسدادي مجاري ادرار و مياستني گراو،همچنين مصرف اين دارو در كودكان باسن كمتر از 6 ماه توصيه نمي‌شود.
هشدارها: 1 ـ در افراد سالخورده بابيماري‌انسدادي مجاري ادرار يا بزرگي پروستات‌بااحتياط مصرف شود.
2 ـ در موارد زير بااحتياط مصرف شود:
تاكيكاردي نارسائي قلبي انسداد فلجي‌روده كوليت اولسروز و تنگي پيلور.
3 ـ بامصرف الگزير اين دارو، بروز
علائم تنفسي مانند اشكال در تنفس تنگي‌نفس كلاپس تنفسي و آپنه همچنين‌حملات تشنجي گزارش شده كه احتمالابه‌دليل آسپيره‌شدن دارو به‌داخل ريه‌هااست
عوارض جانبي خشكي دهان اشكال در بلع‌و نوشيدن و برافروختگي گشادشدن‌مردمك افزايش فشار داخل كره چشم خشك شدن پوست يبوست اشكال دردفع ادرار، برادي‌كاردي و به‌دنبال آن‌تاكيكاردي واكنشي و تپش قلب و آريتمي‌از عوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان اين‌دارو، باداروهاي مضعف CNS مي‌تواند اثرآنها را تشديد نمايد. مصرف همزمان اين‌دارو با داروهاي ضدافسردگي سه‌حلقه‌اي آنتي‌هيستامين‌ها، ضدجنون‌ها و داروهاي‌دوپامينرژيك اثرات آنتي‌كلينرژيك اين‌داروها تشديد مي‌گردد.
مصرف همزمان‌دي سيكلومين با كتوكونازول باعث كاهش‌جذب آن مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي كاهش تحريك‌معده اين دارو همراه غذا يا شير مصرف‌شود.
2 ـ از مصرف داروهاي ضداسيد ياداروهاي ضداسهال بافاصله كمتر از 2ـ1ساعت از مصرف اين دارو، خودداري‌گردد.
3 ـ در صورت فعاليت شديد بويژه درهواي گرم احتمال بالارفتن دماي

بدن‌وجود دارد.
4 ـ پس از مصرف اين دارو از كار باوسايل‌و آلاتي كه به‌هوشياري نياز دارند ازجمله‌رانندگي خودداري گردد.
5 ـ از تزريق وريدي اين دارو خودداري‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار 20ـ10 ميلي‌گرم سه باردر روز مصرف مي‌شود.
كودكان در كودكان 24ـ6 ماهه 10ـ 5ميلي‌گرم حداكثر 4ـ3 بار در روز قبل از غذامصرف مي‌گردد. در كودكان 12ـ2 سال‌مقدار 10 ميلي‌گرم سه بار در روز مصرف‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Coated Tablet: 10 mg
Elixir: 10 mg/5 ml
Injection: 20 mg/2 ml

DIGESTIVE

موارد مصرف دايجستيو در درمان‌اختلالات گوارشي ناشي از بيماريهاي‌كيسه صفرا يا كبد، بيماري مزمن معده ياروده اختلالات گوارشي ناشي از جراحي‌كيسه صفرا و روده‌ها و نفخ مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: به‌علت وجود فعاليت‌هاي‌آنزيماتيك (پروتئاز، آميلاز و ليپاز) در اين‌دارو هضم چربي‌ها و پروتئين‌ها و نشاسته‌در مجراي گوارش باسهولت بيشتري انجام‌مي‌شود. فعاليت اين دارو در زمينه هضم‌چربي‌ها از پانكراتين بيشتر است
موارد منع مصرف اين دارو در آسيب‌شديد كليوي انسداد مجاري صفراوي وعفونت كيسه صفرا نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ بيماراني كه نسبت‌به‌پروتئين‌هاي حيواني عدم تحمل نشان‌مي‌دهند ممكن است اين دارو را نيز تحمل‌نكنند.
2 ـ در صورت جويده‌شدن قرص احتمال‌بروز تحريك لبها و زبان وجود دارد.
عوارض جانبي بيشتر عوارض ناشي ازمصرف بيش از حد دارو مي‌باشد كه‌مي‌تواند منجر به‌تحريك دهان و مري‌شود.
تداخل‌هاي داروئي جذب فرآورده‌هاي‌خوراكي حاوي آهن در مصرف همزمان‌بااين دارو كاهش مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو همراه با غذايا بلافاصله قبل يا بعد از غذا ميل شود.
2 ـ از جويدن قرصها خودداري شود.
3 ـ در صورت بروز اسهال درد شكمي وناراحتي‌هاي ديگر گوارشي باپزشك‌مشورت گردد.
مقدار مصرف 3ـ2 قرص همراه باغذا يا پس‌از آن مصرف شود.
اشكال دارويي
Entric Coated Tablet: Pancreatin(Amylase 6000 fipu + Lipase 10500 fiup+ Protease 600 fipu) + Simethicone40mg

DIMETHICONE

موارد مصرف اين دارو در كنترل علائم‌ناشي از احتباس گاز در دستگاه گوارش‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: دايمتيكون احتمالا باعث‌كاهش كشش سطحي حباب‌هاي گازمي‌شود.
فارماكوكينتيك اين دارو بدون تغيير ازطريق مدفوع دفع مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ رعايت رژيم‌غذائي وانجام ورزش مناسب براي جلوگيري ازايجاد گاز و مشكلات ناشي از آن اهميت‌دارد.
2 ـ اين دارو بهتر است بعد از غذا و هنگام‌خواب مصرف شود.
3 ـ قرص‌هاي دايمتيكون بايد كاملا جويده‌شوند.
4 ـ مصرف اين دارو در درمان قولنج‌نوزادان توصيه نمي‌شود.
مقدار مصرف مقدار 40 ميلي‌گرم از قطره يا2ـ1 قرص در روز بعد از غذا و هنگام خواب‌مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Drop: 40 mg/ml
Chewable Tablet: 40mg

DIPHENOXYLATE

موارد مصرف ترکیب دیفنوکسیلات وآتروپین به‌صورت کمکي در درمان‌علامتي اسهال‌هاي مزمن و حاد و همچنین‌کولیت اولسرز خفیف و مزمن مصرف‌مي‌شود.
مکانیسم اثر: دیفنوکسیلات احتمالابه‌صورت موضعي و مرکزي باعث مهارحرکات دودي روده مي‌شود. آتروپین که‌عمدت? به‌دلیل جلوگیري از سوء استفاده‌داروئي به‌این فرآورده اضافه مي‌گردد،داراي خاصیت ضدموسکاریني مي‌باشد.
فارماکوکینتیك متابولیسم دیفنوکسیلات‌کبدي است و متابولیت اصلي دارو نیزاثري مشابه خود دارو دارد. نیمه‌عمردیفنوکسیلات 2/5 ساعت و نیمه‌عمرمتابولیت آن در حدود 12 ساعت است زمان لازم براي شروع اثر یك ساعت ومدت اثر آن 4ـ3 ساعت مي‌باشد. دفع دارواز طریق مدفوع و کلیه است
موارد منع مصرف در اسهال شدید ناشي‌از کولیت اولسراتیو یا ناشي از کولیت‌پسودوممبران نباید مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ کودکان و بیماران‌سالخورده به‌ضعف تنفسي ناشي ازدیفنوکسیلات حساستر هستند.
2 ـ در افراد مبتلا به‌دهیدراتاسیون و مبتلابه‌اسهال ناشي از میکروارگانیسم‌هابااحتیاط فراوان مصرف مي‌گردد.
عوارض جانبي عوارض آن معمولا کم وشامل تاري دید، مشکل در دفع ادرار،خشکي پوست و دهان یاتب مي‌باشد.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان‌باسایر داروهاي اعتیادآور و مضعف CNSخطر اعتیاد را افزایش مي‌دهد. مصرف‌همزمان با داروهاي پائین آورنده‌فشارخون با اثر تضعیف CNS مي‌تواند اثرمضعف CNSدیفنوکسیلات را افزایش‌دهد. اثر ضدموسکاریني آمانتادین هالوپریدول فنوتیازین‌ها و پروکائین‌آمیدممکن است اثرات آتروپین موجود در این‌فرآورده را افزایش دهد. مصرف همزمان‌باداروهاي مهارکننده مونوآمینواکسیداز (MAO)ممکن است منجر به‌بروز ناگهاني‌بحران زیادي فشارخون شود.
نکات قابل توصیه 1 ـ در صورت بروزتحریك معده همراه غذا مصرف شود.
2 ـ در صورت مصرف طولاني مدت احتمال وابستگي به‌دارو وجود دارد.مصرف طولاني مدت این دارو، فقط درصورت بهبود علایم بالیني بیماري و زیرنظر پزشك باید صورت گیرد.
3 ـ به‌دلیل بروز خواب‌آلودگي یا سرگیجه‌از انجام کارهایي که نیازمند دقت هستندازجمله رانندگي خودداري گردد.

مقدار مصرف
بزرگسالان براي شروع 5 ـ 2/5 ميلي‌گرم
(2 ـ 1 قرص از اين دارو 4ـ3 بار در روز وبه‌عنوان مقدار نگهدارنده مقدار 2/5ميلي‌گرم 3ـ2 بار در روز برحسب نيازمصرف شود.
کودکان در کودکان با سن بيش از 12 سال‌به‌مقدار 0/4 mg/kg/day ـ 0/3 در مقاديرمنقسم تجويز گردد.
اشکال دارويي
Tablet: Diphenoxylate HCl 2.5 mg +Atropine Sulfate 0.025 mg

FAMOTIDINE

موارد مصرف فاموتيدين در درمان‌زخمهاي خوش‌خيم معده و دوازدهه زخم‌ناشي از برگشت محتويات معده به‌مري وسندروم زولينگر ـ اليسون به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو از طريق رقابت‌باهيستامين در سطح گيرنده‌هاي H2 درسلول‌هاي جداره‌اي ترشح پايه‌اي اسيدمعده و همچنين تحريك ترشح اسيد توسطغذا، پنتاگاسترين و ساير محركهاي ترشح‌اسيدمعده را مهار مي‌كند.
فارماكوكينتيك اين دارو به‌سرعت ولي‌به‌طور ناقص 45 ـ 40 درصد از مجراي‌گوارش جذب مي‌گردد و به‌ميزان كمي دراولين عبور كبدي خود متابوليزه مي‌گردد.اتصال دارو به‌پروتئينهاي پلاسما كم است اوج غلظت سرمي آن طي 2 ساعت پس ازمصرف و طول اثر دارو 12 ـ 10 ساعت‌مي‌باشد. بيشتر دارو به‌صورت تغييرنيافته از كليه دفع مي‌گردد.
هشدارها: 1 ـ بيماراني كه به‌سايمتيدين‌عدم تحمل نشان مي‌دهند، ممكن است اين‌دارو را نيز تحمل نكنند.
2 ـ در صورت وجود عيب كار كبد يا كليه وبا احتياط مصرف شود.
3 ـ به‌طوركلي مصرف داروهاي مسددگيرنده H2 بندرت براي بيش از 8 هفته‌ضروري است براي مصارف طولاني مدت‌اين داروها مطالعه‌اي صورت نگرفته است
عوارض جانبي عوارض اين دارو شايع‌نيست و بيشتر شامل اسهال يا يبوست‌سرگيجه يا سردرد و نفخ شكم مي‌باشد.
تداخل‌هاي داروئي جذب اين دارو درحضور آنتي‌اسيدها كاهش مي‌يابد.
با وجود آنكه رايمنتيدين در مقايسه باسايمتيدين يك مهاركننده ضعيف‌ترآنزيم‌هاي كبدي است با اين وجود درمصرف همزمان ساير داروها با اين داروبايد احتياط كرد.
نكات قابل توصيه 1 ـ كشيدن سيگار موجب‌كاهش اثر اين دارو مي‌شود.
2 ـ براي بيماران سالخورده يا مبتلا به‌نارسايي كبدي يا كليوي ممكن است به‌كاهش مقدار مصرف دارو نياز باشد.
مقدار مصرف در زخم خوش‌خيم معده ودوازدهه 40 ميلي‌گرم هرشب به‌مدت 8ـ4هفته مصرف مي‌شود. مقدار مصرف‌نگهدارنده آن 20 ميلي‌گرم در هر شب‌مي‌باشد. در درمان عوارض بازگشت‌محتويات معده به مري 40ـ20 ميلي‌گرم‌دوبار در روز براي مدت 12ـ6 هفته‌مصرف مي‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده‌آن 20 ميلي‌گرم دوبار در روز مي‌باشد.
درسندرم زولينگر ـ اليسون 20 ميلي‌گرم هر 6ساعت تجويز مي‌شود كه

مقدار مصرف رامي‌توان تا 800mg/day در مقادير منقسم‌افزايش داد.
اشكال دارويي
Film Coated Tablet: 20 mg
Film CoatedTablet: 40 mg

HYOSCINE-N-BUTYL BROMIDE

موارد مصرف اين دارو در اسپاسم گوارشي‌يا ادراري ـ تناسلي قاعدگي دردناك همراه‌با اسپاسم اسپاسم حاد، مانند قولنج‌صفراوي يا كليوي به‌كار برده مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو به‌دليل اثرات ضدموسكاريني سبب شل‌شدن عضلات صاف‌اعضاي حفرات شكمي و لگن مي‌گردد.
فارماكوكينتيك به‌مقدار كمي از مجراي‌گوارش جذب مي‌شود. طول مدت اثر آن‌كوتاهتر از آتروپين مي‌باشد.
موارد منع مصرف 1 ـ به‌دليل بروزاحتمالي اثر گشادكننده مردمك چشم اين‌دارو نبايد در بيماران مبتلا به‌گلوكوم‌تجويز شود.
2 ـ اين دارو در بيماران مبتلا به پورفيري‌نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در افراد سالخورده بابيماري‌انسداد مجاري ادرار يا بزرگي پروستات‌بااحتياط مصرف شود.
2 ـ در موارد زير بااحتياط مصرف شود:
تاكيكاردي نارسائي قلبي انسداد فلجي‌روده كوليت اولسروز و تنگي پيلور.
عوارض جانبي بروز خشكي دهان كاهش‌موقت تطابق چشم و گاهي تاكيكاردي ازعوارض جانبي اين دارو هستند.
نكات قابل توصيه 1 ـ در طول مصرف اين‌دارو، به‌دليل احتمال بروز خواب‌آلودگي ازراننده‌گي و كار باابزار و آلاتي كه نيازبه‌هوشياري دارند، خودداري گردد.
2 ـ محلول تزريقي اين دارو را مي‌توان بامحلول‌هاي تزريقي دكستروز وكلرورسديم 0/9 درصد مخلوط نمود.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان 20 ميلي‌گرم چهار بار در روزمصرف مي‌شود.
كودكان در كودكان 12ـ6 سال مقدار 10ميلي‌گرم سه بار در روز تجويز شود.
تزريقي
مقدار 20 ميلي‌گرم بصورت عضلاني و ياوريدي (در اسپاسم شديد) تزريق مي‌شودكه در صورت لزوم پس از نيم ساعت قابل‌تكرار است
شياف
بزرگسالان روزي 3ـ1 شياف مصرف‌مي‌شود.
كودكان يك شياف در روز مصرف‌مي‌گردد.
اشكال دارويي

Tablet: 10 mg
Suppository: 10 mg
Pediatric Suppository: 7.5 mg
Injection: 20 mg/ml

IPECAC

موارد مصرف ايپكا به‌عنوان ماده قي‌آوردر درمان اضطراري مصرف مقادير بيش‌از حد داروها و در درمان مسموميتهاتجويز مي‌شود.
مكانيسم اثر: اثر ايپكا عمدت? ناشي ازآلكالوئيدهاي اصلي آن يعني امتين وسفالين مي‌باشد. اين آلكالوئيدها از طريق‌موضعي سبب تحريك مخاط معده و ازطريق مركزي سبب تحريك منطقه ماشه‌اي‌گيرنده‌هاي شيميائي (CTZ) در بصل‌النخاع‌شده و سبب بروز استفراغ مي‌گردند.
فارماكوكينتيك اثر دارو پس از 30 ـ 20دقيقه شروع مي‌شود. طول مدت اثر دارو30ـ 25 دقيقه مي‌باشد. دارو به‌آهستگي ازبدن دفع مي‌گردد به‌طوريكه تا 60 روز پس‌از مصرف آن را در ادرار مي‌توان‌تشخيص داد.
موارد منع مصرف 1 ـ اين فرآورده درمسموميت با مواد خورنده قوي (مانندا‌سيدها با قلايي‌ها) و نيز مسموميت با موادنفتي نبايد مصرف شود.
2 ـ از مصرف اين فرآورده در مواردي كه‌احتمال آسپيراسيون محتويات معده‌وجود دارد، مانند اغما يا عدم هوشياري‌بيمار، و نيز در صورت شوك احتمال بروزتشنج و بيماري قلبي عروقي بايد خودداري‌كرد.
هشدارها: 1 ـ در مواردي كه احتمال‌آسپيراسيون وجود دارد از جمله اغماءبااحتياط فراوان مصرف گردد.
2 ـ در مسموميت بااسيدها و مواد قلايي‌قوي بااحتياط فراوان و با در نظر گرفتن‌شرايط بيمار بايد استفاده شود.
عوارض جانبي علائم مصرف بيش از حدعبارتند از اسهال تهوع و يااستفراغ مداوم كرامپ معده اشكال در تنفس خستگي‌غيرعادي و سفتي عضلات در صورت‌جذب دارو داراي اثرات قلبي است
تداخل‌هاي داروئي ذغال فعال شده شربت‌ايپكا را جذب كرده و اثر قي‌آور آن راكاهش مي‌دهد. اگر استفاده هر دو داروضرورت داشته باشد ذغال فعال پس ازاستفراغ ناشي از ايپكا داده شود. مصرف‌داروهاي ضداستفراغ اثر آن را كاهش‌مي‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ از مصرف همزمان‌دارو با شير يا نوشابه‌هاي گازدارخودداري شود.
2 ـ ذغال فعال شده فقط پس از بروزاستفراغ به‌دنبال مصرف شربت ايپكامصرف شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان قي‌آور، مقدار 30ـ 15ميلي‌ليتر همراه بايك ليوان آب مصرف‌شود. مي‌توان پس از 30 دقيقه يك مقدارواحد ديگر مصرف نمود ولي در صورت‌عدم استفراغ بايد شستشوي معده انجام‌گيرد.

کودکان باسن 12ـ6 ماه 10ـ5 ميلي‌ليتر،همراه با نصف ليوان آب و در کودکان12 ـ1 سال مقدار 15 ميلي‌ليتر همراه بايك‌ليوان آب مصرف شود.
اشکال دارويي
Syrup: 0.14% Total Alkaloids

LAXATIVES

Glycerin Bisacodyl
Lactoluse
Magnesium Hydroxide
Sorbitol Mineral Oil

در حال حاضر پنج نوع ملين وجود دارد:
1 ـ ملين‌هاي حجيم‌كننده
2 ـ ملين‌هاي تحريك‌كننده
3 ـ نرم‌كننده‌هاي مدفوع
4 ـ ملين‌هاي اسموتيك
5 ـ محلولهاي تميزكننده دستگاه گوارش
قبل از تجويز مسهل‌ها بايد مشخص شودكه فرد دچار يبوست است و اين عارضه‌ناشي از يك بيماري پس زمينه تشخيص‌داده شده نباشد. يبوست يعني عبور مدفوع‌سفت در زماني طولاني‌تر از حد معمول‌اجابت مزاج در روده بيمار به‌طوريكه‌منجر به‌ناراحتي فرد بيمار گرديده باشد.علاوه بر اين ملين‌ها در مواردي كه يبوست‌به‌دليل استفاده از دارو ايجاد گرديده است در مواردي كه پس از استفاده از داروهاي‌ضدكرم نياز به‌تخليه است و همچنين پيش‌از جراحي‌هاي دستگاه گوارش استفاده‌مي‌گردد.
در كودكان شيرخوار و همچنين دركودكاني كه رژيم‌غذايي آنها فاقد فيبرهاي‌غذائي و مايعات باشد، احتمال دارد كه‌تعداد دفعات اجابت مزاج به‌طور طبيعي‌كاهش يابد. عدم دفع مدفوع بيش از سه‌روز معمولا مي‌تواند موجب سفتي درد واسپاسم در هنگام دفع گردد و ضمن?به‌تدريج موجب عادت دستگاه گوارش‌به‌پاسخ دهي نسبت به‌حجم مدفوع گردد.اگر مقادير مايعات و فيبرهاي غذائي جهت‌ايجاد پاسخ اجابت مزاج كافي نباشد، دراين صورت احتمالا ملين‌هاي اسموتيك‌مانند لاكتولوز و يا ملين‌هاي حجيم‌كننده‌مفيد خواهند بود. در مواردي كه بيماربه‌ملين‌هاي اسموتيك و حجيم‌كننده مدفوع‌پاسخ نمي‌دهد، در اين صورت مي‌توان ازملين‌هاي محرك استفاده كرد. البته درصورت وجود انسداد اين ملين‌ها مشكل‌زامي‌باشند.
مكانيسم اثر: ملين‌هاي حجيم‌كننده مدفوع‌از طريق جذب آب باعث افزايش حجم ورطوبت مدفوع مي‌شوند و در نتيجه باعث‌تحريك حركات دودي روده مي‌شوند.ملين‌هاي نرم‌كننده باكاهش كشش سطحي‌باعث افزايش نفوذپذيري آب به‌داخل‌مدفوع و سپس نرم شدن مدفوع مي‌گردند.ملين‌هاي اسموتيك باافزايش فشار اسمزي‌در روده باعث جذب مايعات و انبساطكولون مي‌گردند و در نتيجه حركات دودي‌روده افزايش مي‌يابد.

ملين‌هاي محرك‌باتحريك مستقيم جداره روده باعث‌افزايش حركات دودي مي‌گردند و به‌همين‌دليل از جذب بيش از حد مايعات موجود درروده نيز جلوگيري به‌عمل مي‌آورند.ملين‌هاي بااثر >لغزنده‌ساز< معمولاباتشكيل لايه‌هاي غيرقابل اختلاط باآب برروي سطح مدفوع موجود در روده‌قرارگرفته باعث احتباس آب در مدفوع‌مي‌گردند.
موارد مصرف ملين‌هاي حجيم‌كننده دربيماراني كه كولوستومي ايلئوستومي‌شده يا هموروئيد، فيستول اسهال مزمن وكولون تحريك‌پذير دارند، به‌كار مي‌رود.همراه با اين نوع ملين‌ها بايد مقاديرمتناسبي مايعات مصرف گردد تا از انسدادروده جلوگيري به‌عمل آيد.
ملين‌هاي بااثر لغزنده‌ساز از جمله
پارافين مايع به‌صورت خوراكي دربيماران مبتلا به هموروئيد مصرف‌مي‌شوند و بعضي از انواع نيز مانندگليسرول مي‌تواند به‌صورت شياف‌مصرف گردد.
ملين‌هاي اسموتيك مثل املاح منيزيم درمواردي كه نياز است محتويات روده‌به‌سرعت تخليه گردد، استفاده مي‌گردند.
موارد منع مصرف به‌طوركلي هيچ يك ازملين‌ها در موارد زير نبايد مصرف شوند:آپانديسيت يا نشانه‌هاي آن خونريزي‌رکتوم با علت نامشخص نارسايي احتقاني‌قلب يا زيادي فشارخون ديابت تراكم‌مدفوع و انسداد روده
نكات قابل توصيه 1 ـ به‌طور كلي از مصرف‌ملين‌ها بايد خودداري كرد، مگر اين كه‌يبوست موجب بدتر شدن شرايط بيمار(بويژه مبتلايان به آنژين صدري يا احتمال‌بروز خونريزي رکتوم شود.
2 ـ به‌طور كلي از مصرف ملين‌ها دركودكان بايد خودداري كرد، مگر اين كه‌توسط پزشك تجويز شده باشد.

BISACODYL

موارد مصرف بيساكوديل به عنوان يك مسهل محرك براي درمان كوتاه مدت‌يبوست و تخليه ركتوم و كولون قبل ازانجام آزمونها يا جراحي كولون مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو احتمالا بااثر مستقيم‌بر روي عضلات صاف روده باعث افزايش‌حركات پريستالتيك روده مي‌شود.
فارماكوكينتيك اثر اين دارو پس از 8ـ6ساعت شروع مي‌گردد.
موارد منع مصرف بيساكوديل در صورت‌وجود آپانديسيت يا نشانه‌هاي آن ياخونريزي مقعد و نيز در انسداد روده‌باعلت نامشخص نبايد مصرف شود.
اين‌دارو در صورت كولوستومي يااايلئوستومي نبايد مصرف شود.
هشدارها: استفاده از اين دارو در كودكان‌با سن كمتر از 6 سال بايد زيرنظر پزشك‌صورت گيرد.
عوارض جانبي از عوارض احتمالي اين‌دارو مي‌توان از آروغ‌زدن كرامپ اسهال تهوع و تحريك پوستي در اطراف مقعد نام‌برد.
تداخل‌هاي داروئي مصرف بيش از حد اين‌دارو باعث دفع املاح پتاسيم مي‌شود و اثرداروهاي مدر در كاهش غلظت سرمي‌پتاسيم را كاهش مي‌دهد. مصرف همزمان‌داروهاي ضداسيد و شير با قرص‌هاي‌بيساكوديل ممكن است باعث حل شدن‌سريع روكش قرصها و در نتيجه بروزتحريك معده يا دوازدهه شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ از جويدن ياخردكردن قرصهاي بيساكوديل يا ازمصرف آن با داروهاي ضداسيدخودداري گردد.
2 ـ در صورت وجود علائم آپانديسيت و تادو ساعت بعد از مصرف ساير داروها، ازمصرف اين دارو خودداري گردد.
3 ـ مصرف طولاني مدت اين دارو ممكن‌است سبب وابسته‌شدن كار روده به‌آن‌گردد.
4 ـ احتمال بروز بثورات جلدي و كرامپ‌به‌خصوص در صورت مصرف با معده‌خالي وجود دارد.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان براي درمان يبوست مقدار
10 - 5 ميلي گرم در شب مصرف مي‌شودكه در صورت لزوم اين مقدار تا 20 ـ 15ميلي گرم افزايش مي‌يابد. براي تخليه‌روده‌ها قبل از اعمال راديولوژي يا جراحي10 ميلي‌گرم در شب از دو شب قبل‌مصرف مي‌شود.
كودكان در درمان يبوست در كودكان باسن كمتر از 10 سال سن مقدار 5

ميلي‌گرم‌و براي تخليه روده نصف مقادير مصرف‌بزرگسالان مصرف مي‌شود.
شياف
بزرگسالان براي درمان يبوست 10ميلي‌گرم در صبح و براي تخليه روده درصورت لزوم علاوه بر مصرف خوراكي‌دارو 10 ميلي‌گرم يك ساعت قبل از عمل‌جراحي يا عكسبرداري استعمال مي‌گردد.
كودكان نصف مقدار مصرف بزرگسالان‌مصرف شود.
اشكال دارويي
Entric Coated Tablet: 5 mg
Suppository: 10 mg
Pediatric Suppository: 5 mg

GLYCERIN

موارد مصرف گليسيرين به‌عنوان ملين‌هيپراسموتيك و نرم كننده براي پيشگيري‌از يبوست استفاده مي‌گردد.
مكانيسم اثر: به‌دليل اثر هيپراسموتيك آب‌را در روده جذب و محتويات روده راحجيم مي‌كند كه منجر به‌تحريك حركات‌پريستالتيك روده و تحرك مدفوع نيزمي‌گردد.
فارماكوكينتيك زمان شروع اثر دارو پس ازمصرف از راه مقعد در حدود 1ـ0/25ساعت است
موارد منع مصرف اين دارو در صورت‌كولوستومي يا ايلئوستومي نبايد مصرف‌گردد.
عوارض جانبي ممكن است باعث از دست‌رفتن آب بدن تهوع و استفراغ شود.
تداخل‌هاي داروئي مصرف طولاني آن‌ممكن است به‌دليل دفع پتاسيم اثر داروهاي مدر نگهدارنده پتاسيم را كاهش‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت وجودعلائم آپانديسيت و تا دو ساعت بعد ازمصرف ساير داروها، از مصرف آن‌خودداري شود.
2 ـ مصرف طولاني مدت اين دارو كه‌به‌صورت عادت درآمده باشد، ممكن است‌باعث وابسته‌شدن كار روده به‌آن گردد.
مقدار مصرف يك شياف استعمال و به‌مدت15 دقيقه به‌حالت درازكش باقي بمانند.
اشكال دارويي
(Suppositoy: %70 w/w (3 g
(Pediatric Suppository: %70 w/w (1 g

LACTULOSE

موارد مصرف لاکتولوز به‌عنوان ملین‌هیپراسموتیك دفع مدفوع را آسان مي‌کند.این دارو براي کاهش آمونیاك خون نیزمصرف مي‌شود.
مکانیسم اثر: لاکتولوز در روده توسطباکتري‌هاي طبیعي روده به‌اسید لاکتیك اسید فرمیك و اسید استیك تبدیل مي‌شودو فشار هیپراسموتیك ایجاد مي‌کند. این‌عمل باعث جذب آب و افزایش حجم‌محتویات روده و در نتیجه افزایش حرکات‌پریستالتیك روده مي‌شود.
فارماکوکینتیك زمان شروع اثر این دارو درحدود 48ـ24 ساعت مي‌باشد (دارو جذب‌سیستمیك نمي‌شود).
موارد منع مصرف این دارو در صورت‌وجود، در آپاندیسیت یا نشانه‌هاي آن خونریزي رکتوم با علت نامشخص انسدادروده و نیز در زیادي گالاکتوز خون نبایدمصرف شود.
عوارض جانبي عوارض جانبي لاکتولوز کم‌و شامل کرامپ اسهال ایجاد گاز وافزایش تشنگي مي‌باشد.
تداخل‌هاي داروئي مصرف طولاني مدت‌آن ممکن است به‌دلیل افزایش دفع باعث‌افزایش دفع املاح پتاسیم گردیده و
اثر مدرهاي نگهدارنده پتاسیم را کاهش‌دهد.
نکات قابل توصیه 1 ـ براي بهبود طعم‌لاکتولوز بهتر است آن را باشیر یا آب میوه‌مصرف نمایند.
2 ـ در صورت وجود علائم آپاندیسیت و تادو ساعت بعد از مصرف سایر داروها، ازمصرف لاکتولوز خودداري شود.
3 ـ استفاده طولاني مدت از این دارومي‌تواند منجر به‌وابستگي به‌این داروگردد. به‌طورکلي از مصرف ملین‌ها به‌مدت بیش از یك هفته (بدون مشورت‌پزشك باید خودداري کرد.
مقدار مصرف در بزرگسالان به‌عنوان‌ملین 20 g/day ـ10 مصرف مي‌شود که درصورت نیاز، این مقدار تا 40 g/day افزایش‌داده مي‌شود. به‌عنوان کاهنده آمونیاك‌خون 30 g/day ـ20 مصرف مي‌شود. مقدارمصرف را مي‌توان هر روز یا یك روز درمیان براي ایجاد 3ـ2 بار اجابت مزاج درروز تنظیم نمود.
مقدار مصرف لاکتولوز (به‌صورت شربت در کودکان 5 ـ 2/5 سال g/day 6 و درکودکان 12ـ6 سال 10 g/day ـ 5 و 16ـ12سال 20 g/day ـ10 مصرف مي‌شود.
اشکال دارویي

Syrup: 10 g / 15 ml
Powder for Syrup: 10 g / sachet

MAGNESIUM HYDROXIDE

موارد مصرف 1 ـ اين دارو را مي‌توان به‌عنوان ضد اسيد مصرف نمود.
2 ـ هيدروكسيد منيزيم (و سولفات منيزيم در درمان كوتاه مدت يبوست مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: اثر ضداسيد اين دارو همانندبقيه آنتي‌اسيدها ناشي از خنثي‌سازي‌اسيدمعده توسط دارو است ولي نمي‌تواندداثر مستقيم روي توليد اسيد معده داشته‌باشد. به عنوان مسهل يا جذب آب به داخل‌روده ناشي از فشار اسموتيك حركات‌دودي روده و دفع مدفوع را تسهيل مي‌كند.
فارماكوكينتيك هيدروكسيد منيزيم يك‌ضداسيد سريع‌الاثر مي‌باشد. 10 درصدمنيزيم مصرف شده در دارو جذب‌مي‌گردد. اثر اين فرآورده به‌عنوان ملين3ـ0/5 ساعت بعد از مصرف شروع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف در عيب شديد كار كليه تركيبات حاوي منيزيم نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ ظرفيت خنثي‌سازي اسيد اين‌فرآورده كم مي‌باشد.
2 ـ مصرف مكرر و زياد به‌عنوان ضد اسيدباعث بروز اثرات مسهلي اين داروم‌ي‌گردد.
3 ـ به‌دليل اثر اسموتيك اين دارو و جذب‌آب از خون بايد همراه بايك ليوان آب‌مصرف گردد.
4 ـ در كودكان بااحتياط مصرف گردد،زيرا احتمال افزايش منيزيم خون وجوددارد.
عوارض جانبي بامصرف طولاني اين‌فرآورده احتمال بروز اختلال الكتروليتي باعلايم سرگيجه منگي ضربان نامنظم قلب تغييرات خلقي و رواني خستگي و ضعف‌وجود دارد. اين اثرات در صورت وجودنارسائي كليه به دليل تجمع منيزيم دربدن تشديد مي‌گردد. اسهال تهوع واستفراغ از ديگر عوارض آن است
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان‌ضداسيدها باساير داروها مي‌تواند درجذب آنها مداخله كند و بنابراين بايد ازلحاظ مدت زمان مصرف مورد دقت‌بيشتري قرارگيرد. از جمله اين داروهامي‌توان از كينيدين داروهاي ضدانعقادخوراكي تركيبات ضدديسكينزي داروهاي ضدموسكاريني سايمتيدين گليكوزيدهاي ديژيتال ايزونيازيد،كتوكونازول لوودوپا، متنامين فنوتيازين‌ها، فسفات‌ها، ساليسيلات‌ها،پلي‌استيرن سولفونات ويتامين D،تتراسيكلين‌ها و تيوگزانتين‌ها نام
برد.

نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف اين دارو دركودكان به‌عنوان ضداسيد در هر نوبت بايدحداقل بانصف ليوان آب ياساير مايعات‌همراه باشد.
2 ـ قبل از استفاده از سوسپانسيون‌بايستي شيشه دارو به‌خوبي تكان داده‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان ضداسيد 15ـ5ميلي‌ليتر چهار بار در روز بايك ليوان آب وبه‌عنوان مسهل 60ـ30 ميلي‌ليتر به‌صورت‌مقدار واحد همراه با يك ليوان آب يا سايرمايعات مصرف مي‌گردد.
كودكان در كودكان تا 12 سال به‌عنوان‌ضداسيد 5 ـ 2/5 ميلي‌ليتر حداكثر 4 بار درروز و به‌عنوان مسهل در كودكان تا يك‌سال 5 ميلي‌ليتر و در كودكان 12ـ1 سال مقدار 30ـ 7/5 ميلي‌ليتر به‌صورت مقدارواحد مصرف مي‌گردد.
اشكال دارويي
Suspension: 8%

MINERAL OIL

موارد مصرف مينرال اويل به‌عنوان ملين‌نرم‌كننده براي پيشگيري و درمان كوتاه‌مدت يبوست مصرف مي‌گردد.
مكانيسم اثر: اين دارو با تشكيل لايه‌غيرقابل اختلاط باآب برروي سطح مدفوع‌و روده باعث افزايش احتباس آب درمدفوع و تسهيل دفع آن مي‌شود.
فارماكوكينتيك زمان لازم براي شروع اثراين دارو از راه خوراكي 48 ـ 24 ساعت‌مي‌باشد. اين دارو از دستگاه گوارش جذب‌نمي‌شود.
موارد منع مصرف علاوه بر موارد كلي‌ذكر شده بر تمام مسهل‌ها، مينرال اويل رادر صورت وجود اشكال در بلع نبايدمصرف كرد. زيرا احتمال آسپيراسيون‌دارو به مجاري تنفسي وجود دارد.
هشدارها: در كودكان و افراد سالخورده وبيماران بستري احتمال آسپيراسيون‌قطرات روغن و بروز پنوموني ليپوئيدي‌وجود دارد.
عوارض جانبي تحريك پوست اطراف‌ناحيه مقعد از عوارض اين دارو مي‌باشد.
تداخل‌هاي داروئي مصرف طولاني مدت‌اين دارو ممكن است به‌دليل دفع پتاسيم
اثر مدرهاي نگهدارنده پتاسيم را كاهش‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ بهتر است اين دارودر موقع خواب مصرف گردد.
2 ـ در صورت وجود علائم آپانديسيت و تادو ساعت بعد از مصرف ساير داروها، ازمصرف آن خودداري شود.
3 ـ اين دارو بدون نظر پزشك بيشتر از يك‌هفته مصرف نگردد.
4 ـ مصرف طولاني مدت اين دارو كه‌به‌صورت عادت درآمده باشد ممكن است‌باعث وابسته شدن كار روده به‌آن گردد.
5 ـ از مصرف طولاني مدت اين داروبه‌دليل مختل‌كردن جذب ويتامين‌هاي E, D,A و Kخودداري شود.
6 ـ مصرف زياد اين دارو باعث نشت درواز مقعد و آلوده‌كردن لباسها مي‌گردد.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار 45 ـ 15 ميلي ليتر يكباردر روز مصرف مي‌شود.
كودكان در كودكان با سن بيش از 6 سال15 ـ 10 ميلي ليتر يكبار در روز مصرف‌مي‌شود.
مصرف اين فرآورده در كودكان با سن‌كمتر از 6 سال توصيه نمي‌شود.

اشكال دارويي
Emulsion: Bulk

SORBITOL

موارد مصرف 1 ـ سوربيتول به عنوان ملين‌هيپراسموتيك در درمان كوتاه مدت اسهال‌مصرف مي‌شود.
2 ـ سوربيتول به عنوان شيرين كننده درفرآورده‌هاي دارويي بكار مي‌رود.
فارماكوكينتيك جذب سوربيتول از مجراي‌گوارش بسيار ضعيف است اين ماده دركبد متابوليزه شده و به‌فروكتوز تبديل‌مي‌شود. بخشي از سوربيتول نيز به‌گلوكزمتابوليزه مي‌شود.
موارد منع مصرف سوربيتول در بيماران‌مبتلا به‌عدم تحمل ارثي فروكتوز يا دربيماران مبتلا به‌عيب كار كليه يا آسيب‌شديد كبد نبايد مصرف شود.
عوارض جانبي مصرف مقادير زياد اين‌دارو ممكن است سبب بروز نفخ درد شكم‌و اسهال شود.
مقدار مصرف به‌عنوان ملين اسموتيك ازراه خوراكي يا ركتال مقادير 50 ـ20 گرم ازدارو مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Powder: 5 g / Sachet

MESALAZINE

موارد مصرف مزالازين در درمان وپيشگيري حالت‌هاي خفيف تا متوسطكوليت اولسروز يا بيماري كرون مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو احتمالا بامهار آنزيم‌سيكلواكسيژناز باعث كاهش توليدپروستاگلاندين‌ها و در نتيجه كاهش‌التهاب در بيماري التهابي روده‌ها مي‌شود.
فارماكوكينتيك حدود 30ـ20 درصد يك‌مقدار مصرف خوراكي جذب و باقي‌مانده‌آن در روده هيدروليز مي‌شود. داروي‌جذب شده نيز به‌سرعت در مخاط روده وكبد هيدروليز مي‌شود.
هشدارها: اين دارو در صورت وجوداختلال‌هاي خوني و تنگي پيلور با احتياطمصرف شود.
موارد منع مصرف مزالازين در صورت‌وجود حساسيت مفرط به ساليسيلات‌ها وعيب كار كليه نبايد مصرف شود.
عوارض جانبي تهوع اسهال و درد شكم سردرد، بهتر شدن علائم كوليت بندرت‌پانكراتيت هپاتيت يا نفريت برگشت‌پذير ياسندرم نفروتيك بثورات جلدي و كهير،اختلال خوني (كاهش كلبول‌هاي سفيدخون يا پلاكت‌ها يا آنمي اپلاستيك ،ميوكارديت سندرم شبه لوپوس وآلوئوليت از عوارض گزارش شده اين داروهستند.
نكات قابل توصيه اين دارو بايد قبل از غذا وهنگام خواب بامقدار كافي آب مصرف‌شود.
مقدار مصرف مقدار 1 g/day چهار بار درروز در مقادير منقسم به‌مدت حداكثر تا 8هفته تجويز مي‌شود.
اشكال دارويي
Entric Coated Tablet: 250 mg, 500 mg

METOCLOPRAMIDE

موارد مصرف متوكلوپراميد در درمان‌تهوع و استفراغ ناشي از جراحي يا شيمي درماني برگشت محتويات معده‌به‌مري آهسته بودن تخليه معده جلوگيري از پنوموني ناشي ازآسپيراسيون سردرد، عروقي سكسكه‌مقاوم و گاستروپارازيز ديابتيك مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: متوكلوپراميد احتمالاشل‌شدن عضلات صاف معدي ناشي ازدوپامين را مهار مي‌كند و بنابراين باعث‌تقويت اثرات كولينرژيك مي‌شود.
اثرات‌ضدتهوع دارو ناشي از افزايش آستانه‌فعاليت گيرنده‌هاي شيميائي (CTZ)مي‌باشد.
فارماكوكينتيك جذب متوكلوپراميدازدستگاه گوارش سريع است متابوليسم آن‌كبدي و نيمه عمر دارو 6ـ4 ساعت است زمان شروع اثر دارو از راه خوراكي60ـ30 دقيقه تزريق عضلاني 15ـ10 دقيقه‌و تزريق وريدي 3ـ1 دقيقه است طول اثردارو 2ـ1 ساعت و دفع آن عمدت? كليوي‌است
موارد منع مصرف در صورت ابتلاء بيماربه‌صرع خونريزي گوارشي انسدادمكانيكي يا پرفوراسيون مجراي گوارش يافئوكروموسيتوم نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت عيب شديد كاركليه يا كبد بايد بااحتياط مصرف شود.
2 ـ در صورت عيب شديد كار كليه يا كبدمقدار مصرف دارو بايد به‌حدود نصف‌كاهش يابد.
عوارض جانبي تغييرات فشارخون تاكي‌كاردي عوارض خارج هرمي و ديسكنزي اسهال سرگيجه بيقراري خستگي ياضعف غير عادي از عوارض جانبي داروهستند.
تداخل‌هاي داروئي مصرف متوكلوپراميدباساير داروهاي مضعف CNS باعث‌تشديد عوارض سداتيو دارو مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ تزريق وريدي‌متوكلوپراميد بايد به‌آهستگي و طي 2ـ1دقيقه انجام شود.
2 ـ شكل خوراكي دارو بايد 30 دقيقه قبل ازهر وعده غذا و موقع خواب مصرف شود.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان براي درمان گاستروپارازيزناشي از ديابت 10 ميلي‌گرم 30 دقيقه قبل‌از شروع علائم يا قبل از غذا و هنگام خواب تا حداكثر 4 بار در روز مصرف مي‌شود.در درمان برگشت محتويات معده به‌مري15ـ10

ميلي‌گرم 30 دقيقه قبل از شروع‌علائم يا قبل از غذا و هنگام خواب تاحداكثر 4 بار در روز مصرف مي‌شود. دردرمان سكسكه مقدار 20ـ10 ميلي‌گرم 4بار در روز به‌مدت يك هفته تجويزمي‌شود. در صورت نياز مقدار اوليه 10ميلي‌گرم به‌صورت تزريق عضلاني تجويزمي‌شود. حداكثر مقدار مصرف دارو0/5 mg/kg/day است

كودكان در درمان تاخير تخليه معده يابه‌عنوان محرك پريستالتيك در كودكان14ـ 5 سال مقدار 5 ـ 2/5 ميلي‌گرم 3 بار درروز 30 دقيقه قبل از غذا و هنگام خواب‌تجويز مي‌شود.

تزريقي

بزرگسالان در درمان تاخير تخليه معده يامحرك پريستالتيك 10 ميلي‌گرم تزريق‌وريدي مي‌شود. در درمان سكسكه ابتدا10 ميلي‌گرم تزريق آهسته وريدي مي‌شودو سپس به‌صورت خوراكي ادامه مي‌يابد.به‌عنوان ضدتهوع در شيمي درماني2mg/kg براي 30 دقيقه قبل از شيمي‌درماني تجويز مي‌شود كه در صورت نيازهر 2 يا 3 ساعت تكرار مي‌شود. در صورت‌نياز مي‌توان 1 mg/kg از دارو را به‌صورت‌انفوزيون وريدي تجويز كرد. به‌عنوان‌ضدتهوع بعد از جراحي 20ـ10 ميلي‌گرم‌نزديك پايان جراحي تزريق عضلاني‌مي‌شود.

كودكان به‌عنوان ضدتهوع و در درمان‌تاخير تخليه معده يا محرك پريستالتيك1 mg/kg به‌صورت مقدار واحد تجويزمي‌شود كه در صورت نياز يك ساعت بعدتكرار مي‌شود.

اشكال دارويي

Drop: 60 mg / 15 ml

Injection: 10 mg / 2 ml

Tablet: 25 mg

OMEPRAZOLE

موارد مصرف امپرازول در درمان‌زخم‌هاي خوش خيم معده و دوازدهه زخم‌هاي وابسته به‌هليكوباكتري پيلوري سندروم زولينجر ـ اليسون كاهش اسيدمعده در جراحي و پيشگيري يا كوتاه مدت‌بازگشت محتويات معده به مري و درمان‌بيماري به‌كار برده مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو بامهار پمپK+/H+/ATPase باعث مهار توليد اسيددر معده مي‌گردد.
فارماكوكينتيك جذب دارو سريع است ودارو باكاهش اسيدمعده به‌جذب خود كمك‌مي‌كند. متابوليسم آن كبدي است و از راه‌كليه دفع مي‌گردد. نيمه عمر آن بين 1ـ 0/5ساعت مي‌باشد.
هشدارها: اين دارو بايد در بيماران
مبتلا به يا داراي سابقه ابتلاي به
بيماري مزمن كبدي با احتياط مصرف‌گردد.
عوارض جانبي از عوارض شايع اين دارومي‌توان سردرد، اسهال بثورات جلدي كهير و سرگيجه را نام برد.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان اين‌دارو باداروهاي ضدانعقاد خوراكي مانندوارفارين باعث افزايش اثر وارفارين‌مي‌گردد. مصرف همزمان اين دارو باديازپام و داروهاي ضدصرع مثل‌فني‌توئين باعث افزايش اثر آن مي‌گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت بروزسوءهاضمه اسهال و كهير طي درمان به‌پزشك مراجعه شود.
2 ـ در صورت اثبات وجود سرطان معده ازمصرف اين دارو بايد خودداري گردد.
3 ـ كپسول دارو بايد بلافاصله قبل از غذاغو ترجيح? در صبح مصرف شود.
مقدار مصرف در ناراحتي‌ها و زخم‌هاي‌خوش خيم معده و دوازدهه مقدار20 mg/day به‌مدت 8ـ4 هفته مصرف‌مي‌شود. در موارد شديد مي‌توان مقدارمصرف را به 40 mg/day افزايش داد. درصورت نياز مقدار نگهدارنده 20 mg/dayمصرف مي‌شود. در زخم‌هاي گوارشي‌همراه با هليكوباكترپيلوري مقدار مصرف‌فوق همزمان با آنتي‌بيوتيك مناسب‌مصرف مي‌گردد.
در سندرم زولينجر ـ اليسون بامقدار اوليه60 mg/day شروع مي‌شود. مقدار معمول‌در چنين مواردي بسته به‌نياز بيمار بين120 mg/day ـ20 مي‌باشد. براي كاهش‌اسيد معده پيش از جراحي ابتدا 60ميلي‌گرم در عصر روز قبل از جراحي‌مصرف مي‌گردد و 6ـ2 ساعت قبل ازجراحي 40

ميلي‌گرم ديگر مصرف‌مي‌شود. در بازگشت محتويات معده به‌مري 20 mg/day روزانه به‌مدت 8ـ4 هفته‌كه در صورت نياز تا 40 ميلي‌گرم قابل‌افزايش است مصرف مي‌شود.
كودكان مصرف اين دارو در كودكان‌توصيه نمي‌شود.
اشكال دارويي
Capsule: 20 mg

PANCREATIN

موارد مصرف پانكراتين به‌عنوان مكمل‌آنزيم‌هاي لوزالمعده براي هضم چربي‌ها وكربوهيدرات‌ها در التهاب مزمن لوزالمعده فيبروزسيستيك انسداد مجاري لوزالمعده‌و سرطان لوزالمعده يا مجراي كلدوك وبعد از برداشت لوزالمعده كه منجربه‌ترشح ناقص آنزيم‌هاي مربوطه مي‌گرددداستفاده مي‌شود. همچنين اين دارو دردرمان استئاتوره ناشي از برداشتن تمام‌قسمتي از معده و يا روده نيز استفاده‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: به‌علت وجود پروتئاز،آميلازولیپاز در اين دارو هضم چربي‌ها وپروتئين‌ها و نشاسته در مجراي گوارش باسهولت بيشتري انجام مي‌شود.
هشدارها: بيماراني كه نسبت‌به‌پروتئين‌هاي حيواني عدم تحمل نشان‌مي‌دهند، ممكن است اين دارو را نيز تحمل‌نكنند.
عوارض جانبي بيشتر عوارض ناشي ازمصرف بيش از حد دارو مي‌باشد كه‌مي‌تواند منجر به تحريك دهان و مري وناحيه قبل از دفع در روده شود.
تداخل‌هاي داروئي جذب فرآورده‌هاي‌خوراكي حاوي آهن در صورت مصرف‌همزمان بااين دارو كاهش مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ بهتر است اين دارو باغذا ميل شود.
2 ـ از جويدن قرصها بايد خودداري شود.
3 ـ اثر اين دارو بااسيد معده كاهش‌مي‌يابد. بنابراين بايد بعد از غذا مصرف‌شود.
4 ـ در صورت بروز اسهال درد شكمي وناراحتي‌هاي ديگر گوارشي باپزشك‌مشورت گردد.
5 ـ گرما يا غذاي داغ موجب غير فعال شدن‌دارو مي‌گردد.
6 ـ در بيماران مبتلا به اختلال‌هاي مري يادر بيماراني كه قرص را در حالت خوابيده‌مصرف مي‌كنند، براي كاهش احتمال‌باقيماندن قرص در مري پس از مصرف‌قرص مقداري غذاي جامد مصرف كنند.
مقدار مصرف روزي يك قرص همراه باغذايا قبل از آن مصرف شود. در صورت نياز،مي‌توان مقدار مصرف را به‌دو قرص يابيشتر افزايش داد.
اشكال دارويي
Entric Coated Tablet: Amylase 25000FIPU + Lipase 36000 FIPU + Protease2000 FIPU

PROPANTHELINE BROMIDE

موارد مصرف پروپانتلين به عنوان داروي‌كمكي در درمان زخم‌هاي گوارشي واختلالات گوارشي ناشي از اسپاسم عضلات‌صاف معدي ـ روده‌اي مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو به طور رقابتي‌گيرنده‌هاي موسكاريني را مسدود كرده وباعث مهار حركات عضله صاف و كاهش‌ترشحات معده مي‌گردد.
فارماكوكينتيك حدود 50 درصد از راه‌خوراكي جذب مي‌گردد و بقيه آن دردستگاه گوارش هيدروليز مي‌شود. نيمه‌عمر آن 9 ساعت است محل اصلي‌متابوليسم اين دارو در كبد است و به‌آهستگي از كليه دفع مي‌گردد.
هشدارها: 1 ـ در بيماران سالخورده‌احتمال بروز اختلال حافظه هيجان آشفتگي خواب‌آلودگي يا اغتشاش شعوروجود دارد.
2 ـ به دليل بروز خشكي دهان احتمال بروزپوسيدگي دندانها در مصارف طولاني مدت‌وجود دارد.
3 ـ در بيماريهاي انسدادي روده آشالازي‌و تنگي پيلور، گلوكوم با زاويه باريك التهاب مري ناشي از برگشت محتويات‌معده به مري احتباس ادرار و بزرگي‌پروستات با احتياط مصرف گردد.
عوارض جانبي احتمال بروز افزايش‌حرارت بدن در صورت مصرف اين دارودر مناطق گرمسير يا در صورت فعاليت‌شديد بدن وجود دارد. از عوارض شايع‌اين دارو مي‌توان از يبوست احساس نفخ كاهش تعريق خشكي دهان سردرد ونبض سريع نام برد.
تداخل‌هاي دارويي دفع ادراري پروپانتلين‌در صورت استفاده از داروهاي قلياييكننده ادرار از جمله استازولاميد به تاخيرمي‌افتد. در صورت مصرف اين دارو باآمانتادين ضد افسردگي‌هاي سه حلقه‌اي داروهاي ضد هيستاميني ساير داروهاي‌ضد موسكاريني ديسوپيراميد،هالوپريدول و تيوگزانتين‌ها اثرضدموسكاريني آنها تشديد مي‌گردد. ضداسيدها و داروهاي ضد اسهال جاذب جذب اين دارو را كاهش مي‌دهند. مصرف‌همزمان اين دارو با داروهاي ضد دردمخدر شبه تريك ممكن است منجر به‌افزايش خطر يبوست شديد، انسداد و فلج‌روده‌ها و يا احتباس ادرار شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي افزايش جذب اين دارو 1 ـ 0/5 ساعت قبل از غذا مصرف‌گردد.
2 ـ احتمال افزايش حساسيت چشمها به‌نور و بروز خشكي دهان وجود دارد.
3 ـ در هواي گرم يا در صورت فعاليت‌شديد بدني احتمال افزايش دماي بدن‌وجود دارد.

مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار 15 ميلي‌گرم قبل از غذاسه بار در روز و 30 ميلي‌گرم موقع خواب‌بر اساس نياز بيمار تجويز مي‌شود.حداكثر ميزان مصرف در بزرگسالان120mg/day است
كودكان در كودكان مقدار 0/4mg/kgچهاربار در روز براساس نياز و تحمل‌بيمار تجويز مي‌شود. (قرص اين داروبراي مصرف كودكان چندان مناسب‌نيست زيرا نمي‌توان قرص را تقسيم كرد).
اشكال دارويي
Coated Tablet: 15mg

RANITIDINE

موارد مصرف رانيتيدين در درمان كوتاه‌مدت زخمهاي فعال دوازدهه يا زخمهاي‌فعال و خوش خيم معده (در مقادير كم‌براي پيشگيري از عود زخم دوازدهه‌مصرف مي‌شود)، حالات مرضي ترشح‌بيش از حد اسيد معده مانند سندروم‌زولينگر ـ اليسون برگشت محتويات معده‌به‌مري و ساير مواردي كه كاهش اسيدمعده براي آن مفيد است مانند جراحي دردستگاه گوارش مورد استفاده قرارمي‌گيرد.
مكانيسم اثر: اين دارو از طريق رقابت باهيستامين در سطح گيرنده‌هاي H2درسلول‌هاي جداره‌اي ترشح پايه‌اي اسيدمعده و همچنين تحريك ترشح اسيد معده‌توسط غذا، پنتاگاسترين و سايرمحرك‌هاي ترشح اسيد معده را مهارمي‌كند.
فارماكوكينتيك رانيتيدين به سرعت ازمجراي گوارش جذب مي‌گردد و در اولين‌عبور كبدي متابوليزه مي‌گردد. اوج غلظت‌سرمي آن در حدود 3 ـ 2 ساعت پس ازمصرف مي‌باشد. طول اثر دارو براي‌كاهش ترشح اسيد 4 ساعت و در هنگام‌شب حدود 12 ساعت مي‌باشد. اين دارو ازراه كليه دفع مي‌گردد.
هشدارها: 1 ـ بيماراني كه به سايمتيدين‌عدم تحمل نشان مي‌دهند، ممكن است اين‌دارو را نيز تحمل نكنند.
2 ـ در سيروز كبدي و ناراحتي‌هاي كليوي‌متوسط تا شديد خطر بروز عوارض‌جانبي به‌خصوص عوارض عصبي داروووجود دارد.
3 ـ مصرف اين دارو بيش از 12 هفته‌مداوم توصيه نمي‌شود.
عوارض جانبي عوارض اين دارو بيشترشامل اسهال يا يبوست سرگيجه ياسردرد و نفخ شكم است
تداخل‌هاي داروئي جذب اين دارو درحضور آنتي‌اسيدها كاهش مي‌يابد.
با وجود آنكه رانيتيدين در مقايسه باسايمتيدين يك مهاركننده ضعيف‌ترآنزيم‌هاي كبدي است با اين وجود درمصرف همزمان ساير داروها با اين داروبايد احتياط كرد.
نكات قابل توصيه 1 ـ كشيدن سيگار موجب‌كاهش اثر اين دارو مي‌شود.
2 ـ در بيماران سالخورده يا مبتلا به‌نارسايي كبدي يا كليوي ممكن است به‌كاهش مقدار مصرف دارو نياز باشد.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان در درمان قرحه خوش خيم‌گوارشي قرحه ناشي از مصرف داروها،بازگشت محتويات معده به مري و سوءهاضمه مزمن مقدار 150

ميلي گرم 2 باردر روز (صبح و شب يا 300 ميلي گرمموقع خواب براي مدت 8 ـ 4 هفته مصرف‌مي‌شود.
در درمان سندرم زولينجر ـ اليسون 150ميلي گرم 3 بار در روز تا حداكثر 6g/dayدر مقادير منقسم مصرف مي‌شود.
كودكان در درمان قرحه گوارشي
4 mg/kg ـ 2 دوبار در روز تا حداكثر300 mg/day مصرف مي‌شود.
مقدارمصرف نگهدارنده تا 150 ميلي گرم درشب مي‌باشد.
تزريقي
براي كاهش ترشح اسيد معده قبل از اعمال‌جراحي يا زايمان مقدار 150 ـ 50 ميلي گرم2 ـ 0/5 ساعت قبل از القاي بيهوشي‌به‌صورت عضلاني يا تزريق آهسته‌وريدي مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Film Coated Tablet (as HCl): 150 mg
Injection (as HCl) : 25 mg/ml

SUCRALFATE

موارد مصرف اين دارو براي درمان كوتاه‌مدت 8 هفته‌اي زخم دوازدهه يا پيشگيري‌از آن و براي درمان كوتاه مدت زخم معده‌و تخفيف عوارض گوارشي داروهاي‌ضدالتهاب غيراستروئيدي مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: سوكرالفيت احتمالا بااتصال‌به‌بقاياي پروتئيني زخم مثل آلبومين وفيبرينوژن يك لايه محافظ برضد اسيدايجاد مي‌كند. اين دارو همچنين احتمالاباتشكيل لايه محافظ بر روي مخاط سالم‌آنها را در مقابل اثرات اسيد حفظ مي‌كند.
فارماكوكينتيك تقريب? 5% دارو از راه‌خوراكي جذب مي‌گردد. طول مدت اثرسوكرالفيت حدود 5 ساعت است و عمدت?از راه مدفوع دفع مي‌گردد.
موارد منع مصرف در صورت عيب شديدكار كليه به دليل احتمال جذب آلومينيوم‌موجود در اين فرآورده نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: مصرف بيش از هشت هفته اين‌دارو توصيه نمي‌گردد.
عوارض جانبي عارضه شايع اين دارويبوست است عوارض باشيوع كمتر آن‌عبارت از كمردرد، اسهال سرگيجه يامنگي خواب‌آلودگي خشك شدن دهان سوء هاضمه تهوع و دردهاي شكمي است
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان اين‌دارو با ضد اسيدها به‌دليل پيوند آنها به‌يكديگر اثر آنها را كاهش مي‌دهد. درصورت مصرف همزمان با فني‌توئين سيپروفلوكساسين اوفلوكساسين ديگوكسين و تئوفيلين ممكن است جذب‌اين داروها و در نتيجه سطح خوني آنهاكاهش يابد. اين دارو همچنين ممكن است‌جذب تتراسايكلين‌ها و ويتامين‌هاي محلول‌در چربي مثل K و E و D و A را كاهش دهد.
مقدار مصرف مقدار مصرف بزرگسالان‌يك گرم چهار بار در روز يك ساعت قبل ازهنگام خواب است
اشكال دارويي
Scored Tablet: 1 g
Scored Tablet: 500 mg
For Suspension: 1 g/sachet

SULFASALAZINE

موارد مصرف سولفاسالازين در پيشگيريو درمان بيماري التهابي روده از جمله‌كوليت اولسروز يا بيماري كرون مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: اثر سولفاسالازين در بيماري‌التهابي روده ممكن است به‌دليل اثرات‌تضعيف‌كننده سيستم ايمني باشد.سولفاسالازين توسط باكتري‌هاي روده به‌سولفاپيريدن و 5 ـ آمينوساليسيليك
اسيد (مزالازين تجزيه مي‌شود و ممكن‌است اين دو تركيب مسئول اثرات داروباشند.
فارماكوكينتيك سولفاسالازين جذب‌ضعيفي دارد. ولي حدود 80ـ60 درصدسولفاپيريدين و 25 درصد مزالازين ناشي‌از تجزيه سولفاسالازين در كولون جذب‌مي‌شود. نيمه عمر سولفاسالازين 10ـ 5ساعت است دفع دارو عمدت? كليوي است
موارد منع مصرف 1 ـ در صورت وجودحساسيت به سولفوناميدها،سالسيلات‌ها، فوروسمايد، مدرهاي‌تيازيدي سولفونيل اوره‌ها يامهاركننده‌هاي كربنيك اثر انيدراز اين دارونبايد مصرف شود.
2 ـ اين دارو در كودكان با سن كمتر از 2سال نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت مصرف طولاني‌مدت دارو، انجام آزمون شمارش‌سلول‌هاي خوني ضروري است
2 ـ امكان بروز سرگيجه بامصرف اين‌دارو وجود دارد.
3 ـ در موارد زير مصرف اين دارو بايد بااحتياط صورت گيرد: سابقه آلرژي بيماري كبدي يا كليوي كمبود G6PD ووضعيت استيلاسيون آهسته
عوارض جانبي عوارض گزارش شده اين‌دارو عبارتند از تهوع استفراغ ناراحتي‌قسمت فوقاني شكم سردرد و بثورات‌جلدي همچنين اين بندرت ممكن است‌موجب بروز تب اختلال‌هاي خوني خفيف پانكراتيت هپاتيت بدتر شدن كوليت سندرم استيسون جانسون سندرم شبه‌لوپوس اريتماتوز، آلوئوليت فيبروتيك هماتوري واكنش‌هاي حساسيت به نور وسندرم نفروتيك شود.
تداخل‌هاي دارويي سولفاسالارين درصورت مصرف همزمان با داروهاي ضدانعقاد خوراكي داروهاي ضد تشنج داروهاي ضد ديابت و متوتركسات ممكن‌است باعث افزايش اثر اين داروها شود.
در صورت مصرف همزمان اين دارو باساير داروهاي هموليتيك يا سمي براي كبدممكن است عوارض اين داروها تشديدگردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ هنگام مصرف اين‌دارو بايد هر روز مقدار كافي از مايعات‌مصرف شود تا حجم ادرار روزانه در افرادبالغ به‌حداقل حدود 1/5

ليتر برسد.
2 ـ سولفالازين را بايد همراه يا بلافاصله‌بعد از غذا مصرف كرد. براي كاهش‌عوارض گوارشي دارو بهتر است مصرف‌دارو با مقادير كم شروع شود.
3 ـ بيماران مبتلا به‌عيب كار كليه ممكن‌است به‌مقدار مصرف كمتري از اين دارونياز داشته باشند.
4 ـ در بعضي از بيماران كه به‌دارووواكنش‌هاي حساسيتي نشان مي‌دهند،ممكن است باادامه مصرف حساسيت‌به‌دارو از بين برود.
5 ـ اين دارو ممكن است سبب تغيير ادراربه نارنجي شود.
6 ـ اين دارو ممكن است سبب تغيير رنگ‌لنزهاي تماسي شود.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان در درمان بيماري التهابي‌روده يك گرم هر 8ـ6 ساعت مصرف‌مي‌شود. (در شروع درمان براي كاهش‌عوارض گوارشي دارو مي‌توان درمان رابه مقدار 500 ميلي گرم هر 12 ـ 6 ساعت‌مصرف نمود). به‌عنوان مقدار مصرف‌نگهدارنده باتوجه به‌نياز و تحمل بيمار هر6 ساعت 500 ميلي‌گرم مصرف مي‌شود.مقدار مصرف نبايد از 4 g/day بيشتر
شود.
كودكان در كودكان با سن بيشتر از 2سال مقدار مصرف اوليه mg/kg 10ـ6/7هر 4 ساعت 15 mg/kgـ10 هر 6 ساعت يا20 mg/dayـ13/2 هر 8 ساعت است مقدارمصرف نگهدارنده 7/5 mg/kg هر 6 ساعت‌است
ركتال
بزرگسالان مقدار 3 گرم هر شب قبل ازخواب استعمال مي‌شود در صورت‌مصرف همزمان خوراكي دارو، مي‌توان‌مقدار 1 ـ 0/5 گرم از دارو را صبح و شب‌بعد از تخليه روده‌ها مصرف نمود. (داروبايد 1 ساعت در ركتوم باقي بماند).
اشكال دارويي
Enteric Coated Tablet: 500 mg
Enema: 3 g/100ml

ALLOPURINOL

موارد مصرف آلوپورينول براي پيشگيري‌از نقرس و سنگهاي كليوي با منشا اسيداوريك تجويز مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو بامهار آنزيم گزانتين‌اكسيداز توليد اسيداوريك را كاهش‌مي‌دهد. باكاهش غلظت سرمي و ادراري‌اسيد اوريك رسوب اورات كاهش مي‌يابدو از بروز يا پيشرفت آرتريت نقرسي ونفروپاتي ناشي از اسيد اوريك جلوگيري‌مي‌كند.
فارماكوكينتيك از راه خوراكي 80 درصددارو جذب مي‌شود. آلوپورينول شبيه‌اسيد اوريك توسط آنزيم گزانتين اكسيدازمتابوليزه مي‌شود كه متابوليت آن آلوزانتين خود مهاركننده آنزيم بوده‌داراي نيمه عمري طولاني است حدود 70درصد دارو در اولين عبور از كبدبه‌متابوليت فعال آن تبديل مي‌شود. نيمه‌عمر آلوپورينول 3ـ1 ساعت و نيمه عمرمتابوليت آن به‌طور متوسط حدود 15ساعت است دفع آلوپورينول كليوي
است
موارد منع مصرف اين دارو براي درمان‌حمله نقرسي و زيادي بدون علامت اسيداوريك خون نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ درمان با آلوپورينول هنگامي‌شروع شود كه حمله حاد نقرسي خاتمه‌يافته است
2 ـ در نارسايي كبد و كليه بااحتياطمصرف شود.
عوارض جانبي بثورات جلدي اختلالات‌گوارشي ندرت? سرگيجه سردرد،خواب‌آلودگي اختلال چشايي زيادي‌فشار خون ريزش مو، سميت كبدي پارستزي و نوروپاتي علائم شبه سندرم‌استيون ـ جانسون از عوارض جانبي داروهستند.
تداخل‌هاي داروئي در مصرف همزمان اين‌دارو با كاپتوپريل خطر مسموميت باكاپتوپريل به‌خصوص در صورت‌نارسايي كليوي افزايش مي‌يابد. اثروارفارين و نيز غلظت پلاسمايي‌سيكلوسپورين در مصرف همزمان بااين‌دارو، احتمالا افزايش مي‌يابند. مصرف‌همزمان آلوپورينول با آزاتيوپرين ومركاپتوپورين موجب افزايش اثرات وسميت اين دو دارو مي‌گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت بروزبثورات جلدي مصرف دارو قطع شود. اگربثورات خفيف بودند مي‌توان بااحتياطمصرف دارو را دوباره شروع كرد ولي اگربامصرف مجدد دارو بثورات جلدي بروزكرد، بلافاصله مصرف دارو قطع شود.
2 ـ به‌دليل طولاني بودن نيمه‌عمر متابوليت‌آلوپورينول مصرف يكبار در روز

آن‌كفايت مي‌كند. اما مقادير مصرف بيش از300 mg/day بايد به‌صورت منقسم‌مصرف شود.
3 ـ تاحداقل يك ماه پس از تصحيح زيادي‌اسيد اوريك خون بايد كلشي‌سين يا NSAID (به‌غير از اسيد استيل ساليسيليك‌و ساليسيلات‌ها) براي پيشگيري از حملات‌آرتريتي تجويز شود.
4 ـ در طول مصرف اين دارو بايد مايعات‌به‌ميزان كافي (2 ليتر در روز) مصرف‌شود.
5 ـ در بيماران سرطاني در صورتيكه‌مصرف آلوپورينول مورد نياز باشد، بايدقبل از تجويز داروي ضدسرطان مصرف‌آلوپورينول آغاز شود.
6 ـ در صورت مصرف همزمان‌آلوپورينول با مركاپتوپورين يا‌آزاتيوپرين توصيه مي‌شود كه مقدارمصرف آزاتيوپرين و مركاپتوپورين به1/3 تا 1/4 مقدار مصرف معمول كاهش‌داده شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان ابتدا 100 ميلي‌گرم يكبار درروز پس از غذا تجويز مي‌شود. سپس طي1ـ3 هفته براساس غلظت پلاسمايي يا‌دراري اسيداوريك به‌تدريج تا حدود300 mg/day افزايش مي‌يابد. مقدارمصرف معمول نگهدارنده 600 ـ 200ميلي‌گرم و در شرايط حاد 900 ـ 700ميلي‌گرم در روز است مقادير بيش از 300ميلي گرم در روز به صورت منقسم تجويزمي‌شود.
كودكان در نئوپلاسم و اختلالات آنزيمي روزانه 20 mg/kg ـ 10 يا 400mg/dayـ 100 تجويز مي‌گردد.
اشكال دارويي
Tablet: 100 mg, 300 mg

AMMONIUM CHLORIDE

موارد مصرف کلرور آمونیم به‌عنوان‌خلط‌آور، معمولا در ترکیب باسایرداروهاي خلط‌آور و ضدسرفه مصرف‌مي‌شود. کلرور آمونیم سبب ایجاد دیورزگذرا و اسیدوز خفیف مي‌شود و سبب‌تسریع در دفع داروهاي بازي مي‌گردد. این‌دارو در درمان آلکالوز متابولیك شدید ونیز حفظ pH اسیدي ادرار در درمان‌بعضي از اختلالات مجراي ادرار مورداستفاده قرار مي‌گیرد. این دارو به‌منظورافزایش حلالیت یون‌هاي کلسیم و فسفات‌براي کنترل بیماران مبتلا به‌سنگهاي‌فسفاتي مجاري ادراري و همچنین افزایش‌یونیزاسیون کلسیم در تتاني ناشي ازآلکالوز مصرف شده است

مکانیسم اثر: کاتیون آمونیم توسط کبدبه‌اوره تبدیل شده و یك اتم هیدروژن آزادمي‌گردد که با یون بي‌کربنات آب و گازکربنیك تولید مي‌نماید. آنیون کلرور بابازهاي ثابت در مایع خارج سلولي پیوندمي‌یابد. جایگزیني بي‌کربنات باکلروربا‌عث تغییر نسبت بي‌کربنات به‌اسیدکربنیك شده و اسیدوز ایجاد مي‌کند.همچنین باافزایش دفع الکترولیت‌ها و آب‌خارج سلولي کلرور آمونیم سبب کاهش‌مایع خارج سلولي شده و جابجایي مایعاتي‌را که سبب خیز شده‌اند، تسریع مي‌کند.

فارماکوکینتیك کلرور آمونیم پس ازمصرف خوراکي به‌سرعت از مجراي‌گوارش جذب مي‌شود و در طول 6ـ3ساعت جذب آن کامل مي‌شود. این دارو درکبد متابولیزه و به‌اسید کلریدریك و اوره‌تبدیل مي‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماران‌مبتلا به‌عیب شدید کار کبد یا کلیه واسیدوز اولیه نباید مصرف شود.

هشدارها: 1 ـ این دارو در بیماران مبتلا به‌بي‌کفایتي ریه یا خیز قلبي باید بااحتیاط‌مصرف شود.

2 ـ پیگیري وضعیت بیماران از نظر علائم ونشانه‌هاي مسمومیت با آمونیم در طول‌مصرف کلرور آمونیم باید صورت گیرد.

عوارض جانبي تحریك مخاط معده ناراحتي معده بي‌اشتهایي تهوع استفراغو تشنگي پس از مصرف خوراکي وبه‌ویژه بامقادیر زیاد گزارش شده است مقادیر بسیار زیاد این دارو ممکن است‌سبب بروز اسیدوز و کمي پتاسیم خون‌شود.

نکات قابل توصیه این دارو باید پس از غذامصرف شود تا احتمال بروز عوارض‌گوارشي به‌حداقل برسد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان اسیدي‌کننده ادرار،مدر و درمان آلکالوز، 12 g/day ـ4

درمقادير منقسم هر 6ـ4 ساعت مصرف‌مي‌شود. به‌عنوان مدر، دارو بايد 4ـ3 روزمصرف شود، سپس مصرف آن براي چندروز قطع شود و بعد از آن مجدد؟ درمان‌به‌همين ترتيب شروع شود.
کودکان به‌عنوان اسيدي‌کننده ادرار،75 mg/kg/day در چهار مقدار منقسم‌مصرف مي‌شود.
اشکال دارويي
Tablet: 500 mg

FINASTERIDE

موارد مصرف فيناستريد در درمان‌هيپرپلازي خوش خيم پروستات مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو آنزيم -5آلفاردوكتاز را كه مسئول تبديل‌تستوسترون به دي‌هيدروتستوسترون‌مي‌باشد، به‌طور اختصاصي مهار مي‌كند.و باعث كاهش اندازه پروستات بهبودسرعت جريان ادرار و رفع علائم انسدادي‌مي‌گردد.
فارماكوكينتيك اين دارو از طريق خوراكي‌به‌خوبي جذب مي‌شود. نيمي از دارو دركبد متابوليزه و از طريق مدفوع دفع‌مي‌شود. نيمه عمر دارو حدود 8 ساعت‌است و كمتر از يك درصد دارو از طريق‌ادرار دفع مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود بيماري‌انسدادي دستگاه ادراري و سرطان‌پروستات با احتياط مصرف شود.
2 ـ تجويز اين دارو در سرطان پروستات ممكن است موجب كاهش نشانگرهاي‌اختصاصي مثل آنتي‌ژن اختصاصي‌پروستات گردد.
3 ـ به‌دليل انتشار دارو در مايع مني درصورتي كه همسر بيمار باردار باشد يااحتمال بارداري وجود دارد، استفاده ازكاندوم توصيه مي‌گردد.
عوارض جانبي ناتواني جنسي كاهش ميل‌جنسي و حجم مايع انزال بزرگ شدن واحساس ناراحتي در پستان‌ها، واكنش‌هاي‌حساسيت مفرط (از جمله تورم لب وبثورات جلدي از عوارض اين دارومي‌باشند.
نكات قابل توصيه شش ماه پس از تجويزاين دارو، بايد پاسخ درماني بررسي شود.گاه لازم است براي ظهور اثرات مفيددرماني اين دارو ماهها مصرف شود.
مقدار مصرف مقدار مصرف روزانه 5ميلي‌گرم مي‌باشد.
اشكال دارويي
Tablet: 5 mg

METHYLERGONOVINE

موارد مصرف متيل ارگونوين به‌منظورپيشگيري و درمان خونريزي پس اززايمان يا سقطجنين به‌كار برده مي‌شود.در درمان سقط ناقص نيز ممكن است‌به‌كار برده شود.
مكانيسم اثر: ميتل ارگونوين عضله رحم رامستقيم? تحريك مي‌كند. انقباض ديواره‌رحم و اطراف رگهاي خونريزي دهنده درمحل جفت سبب توقف خونريزي مي‌شود.متيل ارگونوين شبيه ديگر آلكالوئيدهاي‌ارگوت باتحريك گيرنده‌هاي سروتونين وآلفا آدرنرژيك سبب انقباض عروق‌سرخرگي مي‌شود. اثرات اكسي‌توسيك‌متيل ارگونوين بيش از اثرات عروقي آن‌مي‌باشد.
فارماكوكينتيك جذب خوراكي دارو سريع وبه‌ميزان 60 درصد و جذب عضلاني دارو 78درصد مي‌باشد. متابوليسم دارو كبدي بوده‌و داراي متابوليسم اولين عبور كبدي بالايي‌مي‌باشد. پس از تجويز خوراكي اثر داروپس از 10ـ 5 دقيقه شروع و به‌مدت 3 ساعت‌ادامه مي‌يابد. در تزريق داخل عضلاني اثرپس از 5 ـ2 دقيقه شروع و براي 3 ساعت‌باقي مي‌ماند. در تزريق داخل وريدي شروع‌اثر فوري و طول اثر 45 دقيقه مي‌باشد.حذف دارو عمدت? كليوي است
موارد منع مصرف اين دارو در آنژين‌صدري ناپايدار، انفاركتوس ميوكارد،بيماريهاي قلبي ـ عروقي بيماري سرخرگ‌كرونر، سابقه بيماريهاي عروق مغزي وحملات ايسكميك ناپايدار، اكلامپسي پره‌اكلامپسي سابقه افزايش شديدفشارخون بيماريهاي انسدادي عروق‌محيطي و سندروم رينود نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ دارو را قبل از زايمان يا خروج‌جفت نبايد بكار برد.
2 ـ در اختلالات كبدي و كليوي كاهش‌كلسيم خون تنگي دريچه ميترال شانت‌هاي دهليزي ـ بطني و عفونت‌بااحتياط مصرف شود.
عوارض جانبي مهمترين عوارض جانبي‌دارو شامل آهسته‌شدن ضربان قلب دردقفسه سينه واكنش‌هاي آلرژيك اسپاسم‌عروق محيطي تهوع و استفراغ (خصوص?پس از تزريق داخل وريدي ، دردمعده ياشكم اسهال سرگيجه تعريق ووزوزگوش مي‌باشند.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان بابيهوش‌كننده‌هاي عمومي خصوص? هالوتان سبب افزايش انقباض عروق‌محيطي مي‌شود. هالوتان باغلظت بالاتر از1 درصد بااثرات اكسي‌توسيك متيل‌ارگونوين تداخل كرده و باعث تشديدخونريزي رحمي مي‌شود. مصرف‌همزمان با بروموكريپتين و ديگرآلكالوئيدهاي ارگوت مي‌تواند سبب‌افزايش فشارخون افزايش احتمال

سكته‌مغزي تشنج و انفاركتوس ميوكارد شود.متيل ارگونوين سبب كاهش اثرات‌نيتروگليسرين و ساير داروهاي ضدآنژين‌مي‌شود، و در ضمن اثر داروهاي‌منقبض‌كننده عروق و افزايش دهنده فشارخون (مقلدهاي سمپاتيك را افزايش‌مي‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ خطر ارگوتيسم وقانقاريا بامصرف طولاني مدت دارو وجوددارد.
2 ـ از آنجا كه عفونت سبب افزايش‌حساسيت به دارو مي‌شود، بروز هر نوع‌عفونت بايد به‌پزشك اطلاع داده شود.
مقدار مصرف
خوراكي 0/20/4 ميلي‌گرم 4ـ2 بار در روزكه تا برطرف شدن خطر خونريزي ادامه‌مي‌يابد. معمولا مصرف دارو به‌مدت 48ساعت كافي مي‌باشد ولي در برخي ازبيماران (خصوص? در درمان سقط ناقص ممكن است مصرف دارو تا 7 روز ادامه‌يابد.
تزريقي مقدار موردنياز دارو از طريق‌تزريق داخل وريدي يا داخل عضلاني 0/2ميلي‌گرم مي‌باشد كه در صورت لزوم 4ـ2ساعت بعد (تا 5 نوبت قابل تكرار
است
اشكال دارويي
Injection: 0.2 mg/ml
Tablet: 0.25 mg

OXYBUTYNIN CHLORIDE

موارد مصرف اكسي‌بوتينين براي درمان‌تكرر و بي‌اختياري ادرار، بي‌ثباتي عصبي‌مثانه و شب‌ادراري مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو مسددگيرنده‌هاي‌موسكاريني كولينرژيك است و از اين‌طريق باعث شل شدن عضلات صاف مثانه‌و دستگاه ادراري مي‌شود.
همچنين به‌طورمستقيم و غيراختصاصي داراي اثرشل‌كنندگي برعضلات صاف مي‌باشد.
فارماكوكينتيك از طريق خوراكي به‌سرعت‌جذب مي‌شود. متابوليسم آن در كبد انجام‌شده و از طريق كليه‌ها دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در مواردانسداد يا از بين رفتن تون روده كوليت‌اولسراتيو شديد يا مگاكولون سمي انسدادعمده در مجراي خروجي مثانه گلوكوم ومياستني گراويس نبايد مصرف شود.
هشدارها: در موارد زير اين دارو بايدبااحتياط فراوان تجويز شود: سالمندان مبتلايان به‌نارسايي كبدي يا كليوي پركاري تيروئيد، بيماري قلبي (به‌صورتي‌كه افزايش ضربان قلب براي بيمارنامطلوب باشد)، هيپرتروفي پروستات فتق هياتوس به‌همراه رفلاكس ازوفاژيت وپورفيري
عوارض جانبي خشكي دهان يبوست تاري ديد، تهوع ناراحتي شكم برافروختگي صورت (به‌خصوص دربچه‌ها)، مشكل در ادرار كردن سردرد،گيجي خشكي پوست اسهال آريتمي وتشنج از عوارض جانبي اين دارو هستند.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان اين‌دارو با ديسوپيراميد، داروهاي‌ضدافسردگي سه حلقه‌اي و مهاركننده‌هاي‌مونوآمينواكسيداز، آنتي‌هيستامين‌ها،فنوتيازين‌ها و آمانتادين موجب افزايش‌اثرات ضدموسكارينى مي‌گردد. اين داروموجب كاهش جذب گوارشي كتوكونازول‌گرديده و با اثرات گوارشي متوكلوپراميد وسيساپرايد مخالفت مي‌كند. اين داروباايجاد خشكي دهان
اثر نيتراتهاي زيرزباني را كاهش
مي‌دهد.
نكات قابل توصيه اين دارو داراي عوارض‌جانبي زيادي مي‌باشد به‌همين دليل مقدارمصرف آن به‌خصوص در سالمندان بايدبه‌طور دقيق تعيين شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان 5 ميلي‌گرم 3ـ2 بار در روز،در صورت لزوم تاحداكثر 5 ميلي‌گرم 4 باردر روز افزايش مي‌يابد. در سالمندان درابتدا 3ـ 2/5 ميلي‌گرم دوبار در روز كه‌براساس پاسخ و تحمل بيمار تا 5 ميلي‌گرم2 بار

در روز قابل افزايش است
كودكان بالاتر از 5 سال در بي‌ثباتي‌عصبي مثانه 3ـ 2/5 ميلي‌گرم 2 بار در روزكه تا 5 ميلي‌گرم 2 بار در روز قابل افزايش‌است (حداكثر 5 ميلي‌گرم 3 بار در روز). درشب‌ادراري (ترجيح? در سنين بالاتر از 7سال 3ـ 2/5 ميلي‌گرم 2 بار در روز كه تا 5ميلي‌گرم 3ـ2 بار در روز قابل افزايش است آخرين مقدار مصرف روزانه قبل ازخواب مصرف شود) تجويز مي‌شود.
اشكال دارويي
Scored Tablet: 5 mg

OXYTOCIN

موارد مصرف اكسي‌توسين به‌منظور القاءيا تشديد انقباضات رحمي در هنگام‌زايمان جلوگيري و درمان خونريزي پس‌از زايمان درمان سقط ناقص و سقطهاي‌درماني كاهش خروج شير، تشخيص‌ديسترس جنيني و تشخيص عدم كفايت‌رحمي ـ جفتي به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: رحم داراي گيرنده‌هاي‌حساس به‌اكسي‌توسين مي‌باشد.اكسي‌توسين باافزايش غلظت كلسيم داخل‌سلولي انقباض عضله صاف رحم راتحريك و به اين ترتيب باتقليد انقباضات‌طبيعي سبب القاء زايمان و كندشدن موقت‌جريان خون رحم مي‌شود. شدت و وسعت‌انقباضات رحمي افزايش يافته و منجربه‌اتساع و محوشدن غشاء دهانه رحم‌مي‌شود. با پيشرفت بارداري و ازديادتعداد گيرنده‌هاي اكسي‌توسين پاسخ رحم‌به‌اكسي‌توسين نيز افزايش مي‌يابد.
فارماكوكينتيك متابوليسم دارو به‌وسيله‌اكسي‌توسيناز بافتي صورت مي‌گيرد.اكسي‌توسيناز در جفت و پلاسما نيز وجوددارد. نيمه‌عمر دارو 6ـ1 دقيقه مي‌باشد.
در تزريق داخل عضلاني اثر دارو پس از5 ـ3 دقيقه شروع و طول اثر 3ـ2 ساعت ودر تزريق داخل وريدي شروع اثر فوري وطول اثر يك ساعت مي‌باشد.
موارد منع مصرف در صورت وجودانقباضات هيپرتونيك رحم انسدادمكانيكي براي زايمان مشكلات جنيني شرايطي كه زايمان از طريق واژن نبايدصورت بگيرد، مقاومت رحم‌به‌اكسي‌توسين پره اكلامپسي شديد يابيماري قلبي ـ عروقي شديد و نارسايي‌كليوي در زنان باسن بيش از 35 سال وزنان باسابقه جراحي سزارين نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت عدم تناسب‌سرجنين و لگن مادر، القاء زايمان بايدبااحتياط صورت گيرد.
2 ـ در فشارخون خفيف يا متوسط ايجادشده به واسطه بارداري و بيماري قلبي ـعروقي دارو بااحتياط مصرف شود.
3 ـ در مسموميت باآب و كاهش سديم‌خون بايد از انفوزيون حجم زياد مايعات‌اجتناب گردد.
4 ـ اثرات دارو باتجويز همزمان‌پروستاگلاندين‌ها افزايش مي‌يابد و كنترل‌دقيق بيمار لازم مي‌باشد.
5 ـ در بيهوشي انسدادي دمي (caudal)ممكن است اثرات افزاينده فشارخون‌مقلدهاي سمپاتيك تشديد شود.
عوارض جانبي اسپاسم رحم افزايش‌تحريك‌پذيري رحم (كه معمولا

بامقاديربالا صورت مي‌گيرد و ممكن است سبب‌اختلالات جنيني به‌صورت خفگي مرگ افزايش تونيسيته انقباضات تتانيك آسيب‌بافتي يا پارگي رحم شود)، مسموميت باآب و كاهش سديم خون ناشي از مصرف‌مقادير بالا تهوع استفراغ آريتمي بثورات‌جلدي و واكنش‌هاي آنافيلاكتيك ازعوارض جانبي مهم دارو مي‌باشد.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان داروبااكسي‌توسيك‌هاي ديگر با افزايش كشش‌رحم ممكن است سبب پارگي رحم يا دهانه‌رحم شود، خصوص؟ اگر دهانه رحم اتساع‌پيدا نكرده باشد.
نكات قابل توصيه 1 ـ باكنترل دقيق ضربان‌قلب جنين و فعاليت رحم مقدار دارو رامطابق بانياز هر فرد مي‌توان تنظيم نمود.در صورت مشاهده افزايش فعاليت رحم يااختلالات جنيني دارو بايد قطع شود.
2 ـ از تزريق سريع داخل وريدي دارو بايداجتناب شود.
3 ـ تجويز طولاني مدت مقادير زياد
دارو همراه باتزريق داخل وريدي حجم‌زيادي از مايعات ممكن است سبب‌مسموميت باآب و كاهش سديم خون شود.بنابراين بايد از رقيق‌كننده‌هاي حاوي‌الكتروليت استفاده نموده و غلظت‌اكسي‌توسين را زياد و مصرف مايعات رامحدود نمود.
4 ـ در صورت مصرف همزمان سايرداروهاي اكسي توسيك تا زمان كاهش‌يافتن اثرات آنها، اكسي توسين تجويزنشود.
مقدار مصرف به‌منظور القاء زايمان
4 milliunits/minـ1، از طريق انفوزيون‌داخل وريدي تجويز مي‌شود. كه به‌تدريج‌با فواصل بيش از 20 دقيقه افزايش مي‌يابدتا الگوي زايمان به‌حالت طبيعي نزديك‌شود. حداكثر سرعت انفوزيون
20 milliunits/min مي‌باشد و نبايد بيش از5 u/day مصرف شود. در جراحي سزارين 5 واحد از دارو فور؟ پس از زايمان‌به‌صورت آهسته تزريق داخل وريدي‌مي‌شود. براي جلوگيري و درمان‌خونريزي پس از زايمان 5 واحد پس ازخروج جفت از طريق تزريق آهسته داخل‌وريدي تجويز مي‌شود. در موارد حادبراي كنترل خونريزي رحم از انفوزيون‌داخل وريدي 20ـ5 واحد در 500 ميلي‌ليتررقيق‌كننده غيرهيدراته باسرعت مناسب‌استفاده مي‌شود. در سقط ناقص سقطاجباري و فراموش شده 5 واحد از طريق‌تزريق آهسته داخل وريدي تجويز مي‌شودكه در صورت لزوم يا انفوزيون وريدي باسرعت 20 milliunits/min يا بيشتر ادامه‌مي‌يابد.
اشكال دارويي
Injection: 5 U/ml, 10 U/ml

PHENAZOPYRIDINE HCl

موارد مصرف فنازوپيريدين براي درمان‌علائمي نظير درد، سوزش احساس دفع‌فوري يا تكرار ادرار ناشي از تحريك‌مخاط مجاري ادراري تحتاني براي مدت‌كوتاه مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو داراي اثربيحس‌كننده و ضددرد موضعي برروي‌مخاط مجاري ادراري است
فارماكوكينتيك يكي از متابوليتهاي اين‌دارو استامينوفن است فنازوپيريدين تا 90درصد طي 24 ساعت به‌صورت تغييرنيافته يا متابوليت از طريق كليه دفع‌مي‌شود. در حدود 80 درصد مقدارمصرف به‌صورت استامينوفن و حدود 65درصد مقدار مصرف نيز به‌صورت تغييرنيافته دفع مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در بيماران مبتلا بهG6PD بايد بااحتياط مصرف شود.
2 ـ در صورت مصرف همزمان‌فنازوپيريدين بايك داروي ضدباكتري دردرمان عفونت مجاري ادراري طول درمان‌بافنازوپيريدين نبايد بيش از دو روز باشد.
عوارض جانبي سرگيجه سردرد،سوءهاضمه درد يا كرامپ معده متهموگلوبينمي ضعف يا خستگي‌غيرعادي زرد شدن چشمها يا پوست افزايش فشارخون اشكال در تنفس كاهش ناگهاني در ميزان ادرار، تورم‌صورت انگشتها، پاها و احساس تشنگي‌بامصرف اين دارو گزارش شده است
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو، رنگ ادرارا به‌نارنجي متمايل به‌قرمز تغيير مي‌دهد وممكن است سبب لك‌شدن لباس گردد.
2 ـ براي كاهش دل آشوبه دارو را بايدهمراه باغذا يا پس از آن مصرف نمود.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار 200 ميلي‌گرم 3 بار درروز همراه يا پس از غذا مصرف مي‌شود.
كودكان به‌عنوان ضددرد مجاري ادراري 4 mg/kg، سه بار در روز همراه با غذامصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 100 mg

موارد مصرف ريتودرين براي جلوگيري اززايمان زودرس غيرپيچيده تجويز مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو به‌طور انتخابي‌گيرنده‌هاي بتاـ دوآدرنرژيك را تحريك وموجب شل شدن عضلات صاف رحم‌مي‌گردد.
فارماكوكينتيك اين دارو از راه خوراكي‌جذب شده و داراي متابوليسم‌گذر اول‌كبدي مي‌باشد. در تزريق وريدي بعد از 5دقيقه و از راه خوراكي بعد از 60ـ30 دقيقه‌اثر دارو شروع مي‌شود. قسمت عمده اين‌دارو بدون تغيير و قسمت كمي هم پس ازمتابوليزه شدن در كبد و از طريق ادرار دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت وجودبيماري قلبي اكلامپسي مرگ داخل رحمي‌جنين خونريزي پيش از زايمان جفت‌سرراهي پره اكلامپسي شديد، عفونت‌داخل رحمي تحت فشار بودن تاندون‌هادر ناحيه لگن سه ماهه اول و دوم بارداري‌نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد زير اين داروبااحتياط فراوان تجويز مي‌شود: مشكوك‌بودن به‌بيماري قلبي زيادي فشارخون پركاري تيروئيد، كمي پتاسيم خون ديابت پره‌اكلامپسي خفيف تا متوسط، مصرف‌همزمان با داروهايي كه اثرات جانبي مقلدسمپاتيك يا اثر آريتمي‌زايي دارند.
2 ـ هنگام تجويز وريدي اين دارو دربيماران ديابتي غلظت گلوگز خون بايستي‌كنترل شود.
3 ـ در موقع مصرف اين دارو، بايستي‌فشارخون و تعداد نبض كنترل شود و دقت‌شود كه تعداد نبض از 140ـ 135 ضربه دردقيقه تجاوز نكند.
عوارض جانبي تهوع استفراغ برافروختگي تعريق لرزش اندام‌ها، كمي‌پتاسيم خون افزايش ضربان قلب افت‌فشارخون افزايش احتمال خونريزي‌رحمي ادم ريوي درد قفسه سينه وآريتمي از عوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي داروئي تجويز توام مقادير زياداين دارو به‌همراه مقاديرزيادكورتيكواستروئيدها، استازولاميد،مدرهاي موثر برقوس هنله مدرهاي‌تيازيدي و مقادير زياد تئوفيلين موجب‌افزايش خطر بروز كمي پتاسيم خون‌مي‌گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي به‌حداقل‌رسانيدن احتمال بروز ادم ريوي ناشي ازانفوزيون وريدي اين دارو، بهتر است‌به‌عنوان رقيق‌كننده از گلوگز 5% استفاده‌نموده و حجم مايع انفوزيون حداقل باشد.
2 ـ براي به‌حداقل رساندن خطر افت فشارخون بايد در طول مدت

انفوزيون اين دارو،بيمار در حالت خوابيده به‌طرف چپ بدن‌باشد.
مقدار مصرف
تزريقي در زايمان زودرس ابتدا 50ميكروگرم در دقيقه كه به‌تدريج به350ـ150 ميكروگرم در دقيقه افزايش‌مي‌يابد انفوزيون وريدي مي‌شود و تا48ـ12 ساعت پس از متوقف‌شدن‌انقباضات رحم باهمين مقدار انفوزيون‌ادامه مي‌يابد (حداكثر سرعت مجازانفوزيون 350 ميكروگرم در دقيقه‌مي‌باشد) يا مقدار 10 ميلي‌گرم هر 8ـ3ساعت كه تا 48ـ12 ساعت پس از توقف‌انقباضات ادامه مي‌يابد به‌صورت تزريق‌عضلاني تجويز شود.
خوراكي 10 ميلي‌گرم سي دقيقه قبل از اتمام‌انفوزيون وريدي كه هر 2 ساعت يكباربه‌مدت 24 ساعت تكرار مي‌شود و سپس20ـ10 ميلي‌گرم هر 6 ـ 4 ساعت تجويزمي‌شود. حداكثر مقدار مصرف روزانه ازراه خوراكي 120 ميلي‌گرم است
اشكال دارويي
Injection: 50 mg/5 ml
Scored Tablet: 10 mg

TRIPLE SULFA

موارد مصرف تريپل‌سولفا به‌عنوان ضدعفوني كننده در دستگاه تناسلي زنان‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: سولفوناميدها داروهاي ضدعفوني‌كننده باكتريواستاتيك با طيف اثرگسترده هستند كه به‌طور رقابتي آنزيم‌دي‌هيدرو پتروات سنتتاز باكتريائي رامهار مي‌كنند. اين عمل باعث مهار ساخت‌اسيد فوليك مي‌شود. فارماكوكينتيك سولفوناميدهاي موجود درفرآورده از طريق مخاط دستگاه واژينال‌جذب مي‌شوند.
هشدارها: در صورت وجود كمبود G6PD،عيب كار كبد، عيب كار كليه و يا پورفيري‌اين دارو بايد با احتياط مصرف شود.
عوارض جانبي واكنش‌هاي حساسيتي‌به‌دارو (خارش قرمزي پوست التهاب ياتحريكي كه قبل از درمان وجود نداشته‌است با مصرف اين دارو گزارش شده‌است
نكات قابل توصيه 1 ـ دوره درمان بايدكامل شود، حتي اگر ادامه درمان با زمان‌قاعدگي همراه باشد.
2 ـ رعايت نكات بهداشتي مانند استفاده ازلباس زير تازه شسته شده استفاده ازلباس زيرنخي به‌جاي پلاستيكي و استفاده‌مرتب از حمام و دوش‌هاي واژينال‌بهداشتي براي درمان كامل ضروري است
مقدار مصرف مقدار يك اپليكاتور (تقريب?5 ـ4 گرم از كرم واژينال دوبار در روزبه‌هنگام خواب و بيدارشدن به‌مدت 6ـ4روز استعمال مي‌شود. مقدار مصرف رامي‌توان به‌نصف تا يك چهارم اپليكاتوردوبار در روز كاهش داد. در مورد قرص‌واژينال يك قرص دوبار در روز به هنگام‌خواب و بيدارشدن به‌مدت 10 روزمصرف مي‌شود كه مقدار مصرف را درصورت نياز مي‌توان تكرار كرد.
اشكال دارويي
Vaginal Tablet: Sulfathiazole 172.5 mg
+ Sulfacetamide 143.75 mg +
Sulfabenzamide 184 mg
+ Vaginal Cream : Sulfathiazole 3.4%
+ Sulfacetamide 2.86%
Sulfabenzamide 3.7%

BETAMETHASONE

موارد مصرف بتامازون براي درمان‌جايگزيني در نارسايي غده فوق كليوي‌استفاده مي‌شود. اين دارو همچنين دردرمان علامتي اختلالات التهابي و آلرژيك‌در جهت سركوب كردن سيستم ايمني هيپرپلازي مادرزادي غده فوق كليوي وادم مغزي نيز موثر است
مكانيسم اثر: اين دارو باعبور از غشاءسلولي به‌گيرنده‌هاي خود در سيتوپلاسم‌متصل شده و كمپلكس دارو ـ گيرنده واردهسته سلولي مي‌شود. اين كمپلكس‌بااتصال به‌نواحي خاصي از DNA موجب‌تحريك روند رونويسي mRNA و به‌دنبال‌آن ساخت آنزيم‌هايي مي‌گردد كه در نهايت‌مسئول اثرات سيستميك‌كورتيكواستروئيدها مي‌باشند. اين دارو باجلوگيري از تجمع سلولهاي التهابي درناحيه التهاب مهار فاگوسيتوز و آزادشدن‌آنزيم‌هاي مسئول در التهاب و مهار ساخت‌و آزاد شدن واسطه‌هاي شيميايي التهاب‌اثرات ضدالتهابي خود را اعمال مي‌كنند.
فارماكوكينتيك بتامتازون سريع? وبه‌خوبي از دستگاه گوارش جذب مي‌شود.شكل ترزريقي آن نيز از عضله به‌خوبي‌جذب مي‌شود. به‌طور عمده در كبد ومقاديري نيز در كليه و بافتهابه‌متابوليت‌هاي غيرفعال تبديل مي‌شود.
موارد منع مصرف 1 ـ تزريق داخل مفصلي‌اين دارو در مواردي مثل جراحي ترميمي مفاصل اختلالات انعقادي‌خون شكستگي داخل مفصلي عفونت‌اطراف مفصل يا سابقه ابتلاء به‌آن پوكي‌استخوان اطراف مفصل به‌دلايلي غيرآرتريت و مفصل ناپايدار نبايد مصرف‌شود.
2 ـ اين دارو در پيشگيري از سندرم زجرتنفسي نوزادان در صورت وجودآمنيونيت عفونت يا تب عفونت باهرپس عدم كفايت جفت و پارگي زودرس غشاءنيز نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ استفاده طولاني مدت‌بتامتازون در كودكان مي‌تواند منجربه‌مهار رشد شود.
2 ـ به‌دنبال مصرف اين دارو ممكن است‌تست‌هاي بررسي عملكرد محورهيپوتالاموس ـ هيپوفيز ـ غده فوق كليوي‌دچار اختلال شود.
3 ـ در افراد مسن و به‌خصوص خانم‌هاي‌يائسه شانس ايجاد پوكي استخوان وافزايش فشار خون بالا مي‌رود.
4 ـ در صورت نياز به‌جراحي و يا درمان‌اضطراري و نيز مصرف دارو در بيماران‌ديابتي بايد احتياط كرد.
عوارض جانبي درمان دراز مدت بابتامتازون بيمار را از جهت ابتلابه‌بيماريهاي عفوني مستعد مي‌كند و ازطرفي علائم عفونت نيز پنهان

مي‌شود.مصرف مقادير بالاي بتامتازون مي‌تواندباختلالات رواني را تشديد كند. آب مرواريدكاهش يا تاري ديد و تكرر ادرار وپرنوشي قرحه گوارشي علائم شبه‌كوشينگ آكنه درد در ناحيه سريني وافزايش فشار خون از عوارض جانبي داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با ريفامپين داروهاي ضدصرع ماننداكاربامازپين فنوباربيتال فني‌توئين وپريميدون موجب تسريع متابوليسم‌بتامتازون و كاهش اثر دارو مي‌گردد. اين‌دارو ممكن است باعث كاهش اثر داروهاي‌پائين آورنده قندخون و يا داروهاي كاهنده‌فشارخون گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي به‌حداقل‌رساندن تحريك گوارشي شكل خوراكي‌بتامتازون بايد بعد از غذا مصرف
شود.
2 ـ از قطع ناگهاني مصرف دارو بعد ازاستفاده طولاني (بيش از 3 هفته پرهيزشود.
3 ـ در طول درمان مصرف سديم بايستي‌محدود شده و مصرف مكمل‌هاي حاوي‌پتاسيم توصيه مي‌شود.
4 ـ معاينات چشم پزشكي در طول درمان‌دراز مدت به‌طور مرتب بايد انجام
گيرد.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان به‌ميزان 5 mg/day ـ 0/5 و دركودكان باعدم كفايت آدرنال 0/5mcg/m2يا 17/5mcg/kg در سه مقدار منقسم‌استفاده مي‌شود و در ساير مواردmcg/kg250ـ60 يا 7/5 mg/m2ـ2 در سه
يا چهار مقدار منقسم شده استفاده‌مي‌شود.
تزريقي
بزرگسالان به‌صورت تزريق داخل‌مفصلي داخل ضايعه يا تزريق در بافت‌نرم حداكثر تا 9 ميلي‌گرم بتامتازون (12ميلي‌گرم بتامتازون دي سديم فسفات مصرف مي‌شود. در صورت نياز اين مقدارتكرار مي‌شود. از راه عضلاني يا تزريق يا‌انفوزيون آهسته داخل وريدي نيز 20ـ4ميلي‌گرم كه در 24 ساعت مي‌توان اين‌مقدار را حداكثر 4 بار تكرار نمود، مصرف‌مي‌شود.
در بزرگسالان مقدار 12ـ 1/5 ميلي‌گرم ازشكل طولاني اثر دارو (LA)داخل مفصل‌تزريق مي‌شود كه در صورت نياز مي‌توان‌آن را تكرار كرد. داخل پوست يا ضايعه به‌مقدار 1/2 mg/m2 تا حداكثر 6 ميلي‌گرم كه‌هر هفته مي‌تواند تكرار شود. به‌صورت‌داخل عضلاني مقدار 9 mg/dayـ

0/5مي‌تواند استفاده شود.
كودكان به‌صورت تزريق داخل وريدي‌آهسته و به‌ميزان يك ميلي‌گرم در كودكان‌يكسال و پائين‌تر تا 2 ميلي‌گرم در سنين5 ـ1 سال و 4 ميلي‌گرم در سنين 12ـ6 سال‌تجويز مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 0.5 mg
Injection: 4 mg/ml
(Injection: (Betamethason LA
+ Betamethasone Acetate 3 mg]
[Betamethasone (as disodium phosphate)3 mg/ml

BROMOCRIPTINE

موارد مصرف برموكريپتين در كنترل‌بيماري پاركينسون (اما نه در كنترل علائم‌خارج هرمي ناشي از داروها) و اختلالات‌غدد درون ريز مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو باتحريك مستقيم‌گيرنده‌هاي دوپاميني مي‌تواند در كنترل‌پاركينسون مفيد و مؤثر باشد.
فارماكوكينتيك جذب دارو از دستگاه‌گوارش متغير است داراي نيمه‌عمر 3ساعت مي‌باشد. در صفرا ترشح و از طريق‌مدفوع دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در مواردحساسيت به‌الكالوئيدهاي ارگوت توكسمي حاملگي و هيپرتانسيون پس اززايمان بيماري رواني شديد و بيماري‌عروق كرونر نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو، در بيماران داراي‌سابقه اختلالات رواني (به‌خصوص‌اختلالات سايكوتيك يا بيماري قلبي‌عروقي يا سندرم رينود، نارسايي كبدي ياكليوي و پورفيري بااحتياط مصرف شود.
2 ـ در چند روز اول درمان اثر كاهنده‌فشارخون دارو، ممكن است در بعضي ازبيماران شديد باشد.
3 ـ در هنگام رانندگي و كار با ماشين آلاتي‌كه نياز به‌هوشياري دارند، احتياط شود.
عوارض جانبي تهوع استفراغ يبوست سردرد، گيجي افت فشار خون وضعيتي خواب‌آلودگي اسپاسم عروق انگشتان‌دست و پا به‌خصوص در بيماران گرفتارسندرم رينود، توهم تحريك‌سايكوموتور، ديسكينزي خشكي دهان گرفتگي ساق پا، نشت مايع جنب و فيبروزاز عوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي اريترومايسين باعث‌افزايش غلظت پلاسمايي برموكريپتين‌شده و احتمال سميت آن را افزايش مي‌دهد.داروهاي مقلد سمپاتيك خطر سميت‌برموكريپتين را افزايش مي‌دهند. به‌دليل‌تضعيف سيستم ايمني از واكسيناسيون‌بيمار يا افراد خانواده وي با واكسن‌هاي‌حاوي ويروس‌هاي زنده اجتناب شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ در طول مصرف داروبيمار ازنظر بزرگ‌شدن هيپوفيزبه‌خصوص در طول حاملگي بايد بررسي‌شود.
2 ـ در خانم‌هاي در سن باروري سالي‌يكبار و در خانم‌هاي پس از سن يائسگي هرشش ماه يكبار دستگاه توليدمثل موردبررسي و معاينه قرار گيرد.
3 ـ در طول مصرف اين دارو از روش‌هاي‌غيرهورموني جلوگيري از

حاملگي‌استفاده شود چون قرص‌هاي خوراكي‌ممكن است باعث افزايش غلظت پرولاكتين‌گردند.
4 ـ در طول مصرف اين دارو، بيمار از نظربروز فيبروز رتروپريتونئال نارسايي كبدو كليه بايد زيرنظر قرار داشته باشد.
5 ـ در صورت بروز زيادي فشار خون سردرد، مداوم و علائم سميت CNS(تشنج سردرد شديد، اختلالات رواني ، مصرف‌دارو فور? قطع شود.
6 ـ براي كاهش تحريكات گوارشي داروباغذا ميل شود.
مقدار مصرف هفته اول 1/25ـ1 ميلي‌گرم‌هر شب هفته دوم 2/5ـ2 ميلي‌گرم هرشب هفته سوم 2/5 ميلي‌گرم دوبار در روز،هفته چهارم 2/5 ميلي‌گرم سه بار در روز وسپس براساس پاسخ بيمار هر 14ـ3 روز،2/5 mg/day به‌ميزان مصرف اضافه شودتا حداكثر مقدارمصرف روزانه به 40ـ10ميلي‌گرم برسد.
اشكال دارويي
Scored Tablet: 2.5 mg

CALCITONIN

موارد مصرف كلسي‌تونين در درمان‌بيماري پاژت و نيز به‌عنوان داروي كمكي‌در افزايش كلسيم خون پوكي استخوان دردوران يائسگي و نيز پوكي استخوان‌ثانويه به‌اختلالات هورموني مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: در بيماري پاژت كلسي‌تونين‌با ممانعت اوليه از تحليل رفتن استخوان‌سرعت تجزيه و ساخت استخواني راحتي‌الامكان كم نموده و سبب كاهش ميزان‌آلكالين فسفاتاز و ترشح هيدروكسي‌پرولين در ادرار مي‌شود. در افزايش‌كلسيم خون و استئوپروز، كلسي‌تونين‌بامهار مستقيم تحليل استخواني غلظت‌كلسيم سرم را كاهش مي‌دهد. در ضمن‌ممكن است تعداد و فعاليت استئوكلاستها ونيز تخريب استئوسيت‌ها كاهش يابد.كلسي‌تونين همچنين بااثر مستقيم بركليه وباواسطه cAMP بازجذب توبولي كلسيم فسفات و سديم را مهار نموده و موجب‌افزايش دفع اين عناصر مي‌گردد.
فارماكوكينتيك دارو به‌سرعت و عمدت? دركليه‌ها متابوليزه مي‌شود. به‌دنبال يك‌نوبت مصرف خوراكي نيمه عمركلسي‌تونين انساني حدود 60 دقيقه‌مي‌باشد. دفع دارو كليوي است
موارد منع مصرف اين دارو در صورت‌سابقه حساسيت به‌پروتئين‌ها وكلسي‌تونين و نيز در بيماران باسابقه‌آلرژي حتي با تست پوستي منفي واكنش‌به‌كلسي‌تونين نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در استفاده مداوم ازكلسي‌تونين با منشاء ماهي ممكن است‌آنتي بادي خنثي‌كننده دارو در بدن ايجادشود.
2 ـ در صورت وجود آلرژي به‌پروتئين‌ها،تست پوستي بايد انجام شود.
عوارض جانبي از عوارض جانبي مهم‌دارو، استفراغ گرگرفتگي سوزش وخارش دستها و پاها، بي‌اشتهايي احساس‌طعم ناخوشايند، واكنش‌هاي التهابي درمحل تزريق و واكنش‌هاي آلرژيك‌خصوص? دانه‌هاي جلدي و كهير مي‌باشد.
تداخل‌هاي دارويي در درمان افزايش‌كلسيم خون تجويز همزمان فرآورده‌هاي‌حاوي كلسيم و ويتامين D بااثركلسي‌تونين مقابله مي‌كنند.
نكات قابل توصيه 1 ـ تاريخچه آلرژي‌به‌كلسي‌تونين و پروتئين‌هاي ديگر بايدمورد توجه قرار گيرد.
2 ـ در مواردي كه بيمار خود دارو رامصرف مي‌كند، تزريق زيرجلدي‌مناسب‌تر است
3 ـ در بيماران مبتلا به‌افزايش كلسيم خون‌ممكن است نياز به‌محدوديت مصرف‌كلسيم و ويتامين D باشد.

مقدار مصرف در درمان افزايش كلسيم‌خون ابتدا 4 units/kg در روز از طريق‌تزريق زيرجلدي يا داخل عضلاني تجويزمي‌شود كه مطابق با پاسخ باليني وبيوشيميايي تنظيم مي‌گردد. در بيماري‌پاژت استخوان 80 واحد، سه بار در هفته تا160 واحد در روز در يك مقدار يا مقاديرمنقسم از طريق تجويز زيرجلدي يا داخل‌عضلاني و در بيماران با درد استخوان ياسندرم nerve compression، مقدار160ـ80 واحد در روز براي 6 ـ 3 ماه لازم‌مي‌باشد.

اشكال دارويي

Injection: 50 IU/ml, 100 IU/ml

Nasal Spray: 100 IU/dose, 200 IU/dose

CHLORPROPAMIDE

موارد مصرف كلرپروپاميد براي درمان‌ديابت مليتوس و ديابت بي‌مزه هيپوفيزي‌نسبي (به‌عنوان درمان خط دوم به‌كارمي‌رود.
مكانيسم اثر: سولفونيل اوره‌ها با تحريك‌مستقيم ترشح انسولين از سلولهاي بتاي‌لوزالمعده گلوگز خون را كاهش مي‌دهند.در طولاني مدت اين داروها حساسيت به‌انسولين را در بافتهاي محيطي مانند كبد،عضله چربي و سلولهاي ديگر مانندمونوسيت‌ها و اريتروسيت‌ها افزايش‌مي‌دهند كه نتيجه آن كاهش گليكوژنوليز وگلوكونئوژنز در كبد است كلرپروپاميد اثرمقادير جزئي هورمون آنتي‌ديورتيك را دربيماران مبتلا به ديابت بي‌مزه هيپوفيزي‌تقويت مي‌كند.
فارماكوكينتيك جذب دارو از دستگاه‌گوارش كامل و سريع است ولي غذا آن رابه تأخير مي‌اندازد. نيمه عمر آن 36 ساعت‌است متابوليسم كبدي دارو ناقص بوده و20 درصد دارو به‌صورت تغيير نيافته دفع‌مي‌شود. متابوليت‌هاي دارو از راه ادراردفع مي‌شوند.
موارد منع مصرف اين دارو در موارد زيرنبايد مصرف شود: اسيدوز، سوختگي‌شديد، اغماي ديابتيك كتواسيدوزديابتيك اغماي غيركتونيك هيپراسمولار،شرايطي كه باعث تغييرات زياد قند خون‌مي‌شوند، شرايطي كه نياز به انسولين را به‌سرعت تغيير مي‌دهند، شرايط ايجادكننده‌كاهش قند خون بيماريهاي كبدي و كليوي پورفيري و نارسائي احتقاني قلب
هشدارها: 1 ـ در شرايطي مانند انفاركتوس‌ميوكارد، اغما، عفونت تروما، در جراحي ودوران بارداري بايد به‌طور موقت انسولين جايگزين سولفونيل اوره‌ها شود.
2 ـ در شرايط افزايش قند خون (مانندتغيرات هورمونهاي جنسي در زنان تب بالا،عفونت پركاري آدرنال و استرسهاي‌رواني ممكن است افزايش مقدار مصرف‌دارو يا تغيير آن به انسولين مورد نياز باشد.
3 ـ در پركاري تيروئيد، كنترل قند خون‌مشكل‌تر بوده و ممكن است نياز به افزايش‌مقدار مصرف دارو باشد.
4 ـ مصرف دارو در افراد مسن به دليل‌نيمه عمر طولاني توصيه نمي‌شود.
عوارض جانبي به‌دنبال مصرف دارواختلالات گوارشي سردرد، افزايش وزن كاهش قندخون واكنش‌هاي افزايش‌حساسيت ديده شده‌است كلرپروپاميدموجب افزايش اثر هورمون آنتي‌ديورتيك‌شده و بندرت موجب كاهش سديم‌مي‌شود.
تداخل‌هاي دارويي در صورت مصرف‌همزمان با ضد انعقادهاي خوراكي مقدار مصرف دو دارو بايد تنظيم شود.

در مصرف همزمان با آسپاراژيناز،كورتيكواستروئيدها، مدرهاي تيازيدي و ليتيم به دليل فعاليت ذاتي اين
تركيبات در بالا بردن قند خون تنظيم
مقدار مصرف دارو لازم است مصرف‌همزمان كلرپروپاميد با تيازيدها خطر هيپوناترمي را خصوص؟ در بيماران‌مسن افزايش مي‌دهد. در صورت مصرف‌همزمان داروهايي مانند گوانتيدين مهاركننده‌هاي مونوآمين اكسيداز،
كينين كينيدين و مقادير بالاي‌ساليسيلات‌ها، كلرامفنيكل ومهاركننده‌هاي بتا آدرنرژيك مقدارمصرف مورد نياز كلرپروپاميد تغييرمي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ آلرژي به سولفونيل‌اروه‌ها، سولفوناميدها و تيازيدها را بايدمورد توجه قرار داد.
2 ـ با تغيير رژيم غذايي فعاليت بدني وبيماري ميزان قند خون و برنامه درماني‌تغيير مي‌كند.
3 ـ دارو به همراه صبحانه مصرف شود.
مقدار مصرف ابتدا 250 mg/day (در افرادمسن 100-120 ميلي‌گرم كه مطابق باپاسخ بيمار تا 500 mg/day مي‌تواندافزايش يابد.
اشكال دارويي
Tablet: 250 mg

(CHORIONIC GONADOTROPHIN (HCG

موارد مصرف گنادوتروپين جفتي هم دردرمان و هم در تشخيص كريپتوركيديسم نهان بيضگي قبل از بلوغ كه به دليل‌انسداد آناتوميك نباشد، مصرف مي‌شود.اين فرآورده همچنين در درمان ناباروري‌ناشي از بي‌كفايتي عملكرد هيپوفيز درمردان و نيز نازائي در خانم‌ها، به تنهايي ويا در تركيب با منوتروپين‌ها يا كلوميفن‌استفاده مي‌شود. علاوه بر اين درتشخيص كم‌كاري غدد جنسي در مردان نارسايي جسم زرد و نيز به‌منظور تحريك‌تخمك‌گذاري در عمل باروري خارج از بدن (IVF كاربرد دارد.

مكانيسم اثر: عمل اين هورمون اغلب همانندLH مي‌باشد. با تقليد پيك طبيعي LH، درزنان موجب تحريك تخمك‌گذاري و درمردان موجب افزايش توليد آندروژن‌توسط بيضه‌ها مي‌گردد.

فارماكوكينتيك در خانم‌ها، اغلب 32-36ساعت پس از تجويز، تخمك‌گذاري رخ‌مي‌دهد. نيمه عمر دارو دو فازي بوده (11 و23 ساعت و طي 24 ساعت 10-12% داروبه‌صورت تغيير نيافته از طريق كليه‌ها دفع‌مي‌شود.

موارد منع مصرف به‌طور كلي در صورت‌وجود بزرگي يا تومور هيپوفيز، بلوغ‌زودرس در حين درمان كريپتوركيديسم وجود خونريزيهاي واژينال با علت‌نامشخص تومورهاي فيبروئيد رحم كيست‌هاي تخمداني متمايز از سندرم‌پلي‌كيستيك تخمداني ترومبوفلبيت فعال كارسينوماي پروستات و يا سايرنئوپلاسم‌هاي وابسته به آندروژن اين‌دارو نبايد مصرف شود.

هشدارها: 1 ـ مصرف توأم HCG، با سايرتركيبات محرك تخمك‌گذاري ممكن است‌موجب افزايش بروز عواقب ترومبوآمبوليك گردد.

2 ـ در بيماران مبتلا به نارسائي قلبي ياكليوي آسم ميگرن و صرع اين دارو بايدبا احتياط مصرف شود.

3 ـ از آن‌جا كه مصرف مداوم دارو ممكن‌است تحريك بيش از حد تخمدان را موجب‌شود، بايد حتي‌الامكان در حين درمان‌غلظت سرمي استروژن را كنترل نموده وآزمايشات اولتراسوند را انجام داد.

4 ـ به‌منظور آگاهي از وقوع تخمك‌گذاري بايد روزانه درجه حرارت بدن بيمار كنترل‌شود و در صورتي‌كه به‌دنبال يك دوره‌درماني تغيير دو فازي درجه حرارت بدن‌مشاهده شود، ولي قاعدگي رخ ندهد،آزمون حاملگي بايد انجام شود.

5 ـ مصرف توأم HCG با سايرمنوتروپين‌ها ممكن است موجب افزايش‌شيوع حاملگي‌هاي چند قلو و در نتيجه‌افزايش خطر تولد نوزادان نارس گردد.

عوارض جانبي شايع‌ترين عارضه بزرگ‌شدن تخمدان و كيست تخمداني‌ضعيف تا متوسط است بروز سندرم حادتحريك بيش از حد تخمدان كمتر شايع‌است
نكات قابل توصيه 1 ـ در هنگام مصرف‌دارو، بيمار بايد از هر جهت تحت نظرپزشك باشد.
2 ـ براي درمان كامل ممكن است به‌مصرف طولاني مدت دارو نياز باشد.
3 ـ بايد به بيمار توصيه شود تا پس ازمصرف دارو، زمان مقاربت و نيز درجه‌حرارت بدن را به‌طور روزانه ثبت نمايد.
مقدار مصرف مقدار مصرف بايد براساس‌نياز هر بيمار به‌طور انفرادي و باتوجه به‌پاسخ باليني تنظيم گردد. در صورتي‌كه‌پس از پايان دوره درمان تخمك‌گذاري‌صورت نپذيرد، بايد رژيم دارويي مجدد?ارزيابي شود. چنانچه پس از 3 دوره‌درمان باز هم تخمك‌گذاري صورت نگيرد،بايد در تداوم مصرف دارو، يا نوع درمان‌تجديد نظر شود.
بزرگسالان مقدار مصرف براي درمان‌كم‌كاري بيضه‌ها ناشي از كمبودگنادوتروپين در مردان به ميزان1000-4000 واحد 2-3 بار در هفته به‌شكل تزريق داخل عضلاني و به مدت چندهفته تا چند ماه است درمان را مي‌توان تازمان حصول پاسخ درماني ادامه داد.درمان ناباروري مردان از طريق تحريك‌القاء اسپرماتوژنز با HCGگاه به مدت 6ماه يا بيشتر طول مي‌كشد. در صورت‌مطلوب نبودن اثر درماني مي‌توان دارو رابه همراه ساير منوتروپين‌ها تا يك‌سال بعدنيز مصرف نمود. براي درمان بي‌كفايتي‌جسم زرد، از روز تخمك‌گذاري تا زمان‌پيش‌بيني شده براي بروز قاعدگي يا وقوع‌حاملگي روزانه 1500 واحد به شكل‌تزريق داخل عضلاني توصيه مي‌شود. درصورت تأييد حاملگي اين مقدار مي‌تواند تاهفته دهم بارداري ادامه يابد. در IVF،5000-10000 واحد، يك روز پس ازآخرين مقدار مصرف منوتروپين‌ها و يا5-9 روز پس از آخرين مقدار مصرف‌كلوميفن تجويز مي‌شود. براي اهداف‌تشخيصي كم‌كاري بيضه 2000 واحد درروز به شكل تزريق داخل عضلاني و به‌مدت 3 روز مصرف مي‌شود
كودكان در درمان كريپتوركيديسم قبل ازبلوغ ميزان 5000-10000 واحد 2-3 باردر هفته و حداكثر 10 بار به شكل تزريق‌داخل عضلاني مصرف مي‌شود.
توجه در صورت عدم پيشرفت‌درمان اين دارو بيش از 10 بار نبايدتجويز گردد.
اشكال دارويي
For Injection: 500 U, 1500 U, 5000 U

CLOMIPHEN CITRATE

موارد مصرف كلوميفن براي درمان‌ناباروري ناشي از كاهش يا فقدان‌تخمك‌گذاري در زنان و نيز ناباروري‌مرداني كه توليد اسپرم در آنها كافي‌نيست به‌كار برده مي‌شود. اين تركيب‌همچنين در درمان بي‌كفايتي عملكرد جسم‌زرد و نيز تشخيص نارسائي محورهيپوتالاميك ـ هيپوفيز ـ غده فوق كليه مفيدمي‌باشد. به‌منظور ارزيابي عمل‌تخمدان‌هادر تخمك‌گذاري نيز استفاده‌شده‌است
مكانيسم اثر: كلوميفن عمدت? داراي اثرات‌ضداستروژني بوده و بعض? خواص‌استروژني نيز دارد. اين دارو با اتصال‌رقابتي به گيرنده‌هاي استروژن در سطح‌هيپوتالاموس مانع اثر مهاري استروژن‌بر آزادشدن گنادوتروپين‌ها و در نتيجه‌افزايش LH و FSH مي‌گردد. اين امر خودموجب بلوغ فوليكول‌هاي تخمداني افزايش‌پيك LH قبل از تخمك‌گذاري تخمك‌گذاري‌و در نهايت تكامل جسم زرد مي‌شود. درناباروري مردان نيز از طريق افزايش‌ترشح LH و FSH، اثر درماني خود را اعمال‌مي‌كند.
فارماكوكينتيك دارو از دستگاه گوارش‌به‌خوبي جذب مي‌شود. متابوليسم دارو دركبد صورت گرفته و نيمه عمر آن حدود5-7 روز است معمولا طي 4-10 روز پس‌از مصرف آخرين مقدار دارو،تخمك‌گذاري صورت مي‌گيرد. قسمت‌اعظم دارو از صفرا و مدفوع و بخش اندكي‌از كليه‌ها دفع مي‌گردد.
موارد منع مصرف اين دارو در مبتلايان به‌نارسائي عملكرد كبد، افسردگي وجودكيست‌هاي تخمداني غير از سندرم پلي‌كيستيك تخمدان و ترومبوفلبيت نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ مصرف طولاني مدت دارومي‌تواند موجب بروز تومورهاي تخمدان‌گردد.
2 ـ كلوميفن با كاهش توليد و تغييرموكوس دهانه رحم ممكن است با عمل‌اسپرم و متعاقب آن باروري و حاملگي‌تداخل نمايد.
3 ـ احتمال بروز چندقلوزايي با مصرف‌دارو وجود دارد.
عوارض جانبي مهم‌ترين عوارض عبارتنداز تشكيل كيست تخمدان بزرگ شدن بيش‌از حد تخمدان بزرگ شدن بافت فيبروئيدرحم و بروز سندرم قبل از قاعدگي
نكات قابل توصيه 1 ـ دارو بايد به ميزان‌مناسب و در ساعت مشخصي از روزمصرف شود.
2 ـ در صورت فراموش كردن يك وعده‌مصرف دارو، بهتر است بلافاصله پس ازبه‌خاطر آوردن مصرف شود. در صورتي‌كه در زمان مصرف بعدي بيمار عدم‌مصرف دارو را به‌خاطر آورد، مقدارمصرف بعدي دارو به ميزان

دو برابراستفاده شود. در صورت فراموش كردن‌بيش از يك‌بار، به پزشك مراجعه شود.
مقدار مصرف در درمان ناباروري درزنان دارو به ميزان 50 mg/day و به مدت5 روز، تجويز مي‌شود. مصرف دارو بايداز روز پنجم قاعدگي شروع شود. درصورت عدم بروز حاملگي مي‌توان دوره‌درمان را در 3-4 سيكل بعد تكرار نمود كه‌در آن صورت مقدار تجويز را مي‌توان به-75 mg/day 100 و به مدت 5 روز افزايش‌داد. در زنان حساس به كلوميفن و يامبتلايان به سندرم پلي‌كيستيك تخمدان بايستي مقادير كمتر تجويز شوند.
اشكال دارويي
Tablet: 50 mg

CONJUGATED ESTROGENS

موارد مصرف استروژنهاي كنژوگه‌به‌عنوان جانشين درماني در حالات كمبوداستروژن كم‌كاري غدد تناسلي آتروفي‌واژن نارسايي اوليه تخمدان درمان علائم‌وازموتور در دوران يائسگي و نيزپيشگيري از استئوپروز بعد از يائسگي‌مصرف مي‌شود. به‌علاوه اين دارو ممكن‌است براي درمان خونريزي رحم سرطان‌پستان يا پروستات نيز به‌كار رود.
مكانيسم اثر: استروژنها با اتصال به‌گيرنده‌هاي خود در هسته سلول ميزان‌ساخت RNA و پروتئين‌هاي مختلف را دربافتهاي هدف افرايش مي‌دهند. اين‌پروتئين‌ها مسئول بروز اثرات استروژنهاهستند.
فارماكوكينتيك استروژنهاي كنژوگه ازدستگاه گوارش به‌خوبي جذب گرديده وعمدت? در كبد به متابوليت‌هاي غيرفعال‌تبديل مي‌شوند كه غالب? از راه ادرار ومقداري نيز از طريق مدفوع دفع مي‌گردند.
موارد منع مصرف اين دارو در مواردترومبوفلبيت فعال يا اختلالات‌ترومبوآمبوليك سرطانهاي وابسته به‌استروژن بيماريهاي كبدي خونريزي‌واژن شيردهي و نيز سندروم‌هاي دوبين ـجانسون و روتور نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ مصرف طولاني مدت‌استروژنها به تنهايي خطر بروز سرطان‌آندومتر را افزايش مي‌دهد.
2 ـ در بيماريهايي نظير ميگرن زيادي‌فشار خون آسم صرع ترومبوفلبيت‌مزمن يا سابقه آن زيادي چربي خون بيماري مثانه وجود ندول يا بيماري‌فيبروكيستيك پستان با احتياط تجويزگردد.
3 ـ مصرف دارو در فيبروئيدهاي رحمي ممكن است اندازه فيبروئيد را افزايش دهد.
4 ـ استروژنها ممكن است علائم‌آندومتريوز را تشديد نمايند.
5 ـ در بيماراني كه قبلا به سرطان آندومترمبتلا بوده و تحت درمان قرار گرفته‌اند، بااحتياط زياد به‌كار رود.
عوارض جانبي با مصرف استروژنها:تهوع استفراغ سفتي بزرگ شدن پستان‌و سندروم پيش از قاعدگي ممكن است‌ايجاد گردد. احتباس مايعات تغيير دراعمال كبد، يرقان ناشي از بند آمدن صفرا،بثورات جلدي و كلوآسما، افسردگي سردرد به‌ويژه در هنگام فعاليت شديد ونيز افزايش تحريك بافتي افزايش غلظت‌فاكتورهاي انعقادي خطر بروزترومبوآمبولي و افزايش يا تشديد فشارخون از عوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي ريفامپين گريزوفولوين و داروهاي ضد صرع نظيركاربامازپين فنوباربيتال فني‌توئين وپيريميدون متابوليسم استروژنها

راتسريع مي‌نمايند. استروژنها با تأثير برفعاليت فاكتورهاي انعقادي با اثر داروهاي‌ضدانعقاد نظير وارفارين مقابله مي‌نمايند.اثر ضدفشار خون وقفه‌دهنده‌هاي گيرنده‌بتا آدرنرژيك يا مهاركننده‌هاي آنزيم‌تبديل‌كننده آنژيوتانسين و احتمالا سايرداروهاي پايين‌آورنده فشار خون به‌وسيله استروژنها كاهش مي‌يابد. غلظت‌پلاسمايي سيكلوسپورين با مصرف اين‌دارو افزايش مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو در كودكان‌به دليل بسته شدن پيش از موعداپي‌فيزهاي استخوان كه رشدشان هنوزكامل نشده‌است با احتياط مصرف شود.
2 ـ استروژنها ممكن است موجب‌هيپرپلازي و التهاب لثه شوند.
3 ـ در صورت بروز اختلال تنفسي اختلال‌در تكلم يا جهت‌يابي درد در سينه يا كتف كاهش قدرت بينايي يا سردرد شديد و نيزوجود توده در پستان زرد شدن چشم‌ها ياپوست سريع؟ به پزشك مراجعه شود.
4 ـ مصرف خوراكي دارو همراه يابلافاصله بعد از غذا عوارض گوارشي آن‌را به حداقل مي‌رساند.
5 ـ معاينات پستان و بيوپسي آندومتر وهمچنين تست اعمال كبدي مرتب؟ انجام شود.
مقدار مصرف استروژنهاي كنژوگه دردرمان عوارض يائسگي و نيز پيشگيري ازاستئوپروز به ميزان 1/25mg/day-0/625(همراه با پروژسترون به مدت 10-12 روزدر هر دوره در صورتي‌كه رحم سالم‌باشد) به‌كار مي‌روند.
اشكال دارويي
Injection: 25 mg/ 5 ml
Tablet: 0.625 mg, 1.25 mg
Vaginal Cream: 0.625 mg/g

موارد مصرف اين دارو عمدت? به منظورجلوگيري از بارداري به‌كار مي‌رود ولي درپيشگيري از بروز سرطان تخمدان ياآندومتر، كاهش كيست‌هاي تخمداني بيماري خوش‌خيم فيبروكيستيك پستان منظم ساختن سيكل قاعدگي كاهش حجم‌خون قاعدگي كاهش فشارهاي روحي قبل‌از قاعدگي و كاهش تعداد دفعات قاعدگي‌دردناك نيز مفيد مي‌باشد.
مكانيسم اثر: تركيبات استروژني (اتينيل‌استراديول و پروژستيني لوونورژسترل موجود در اين فرآورده بامهار ترشح LH و FSH و حذف پيك LHدرميانه سيكل سطوح استروئيدهاي اندوژن‌را كاهش داده و مانع رهاشدن تخمك‌مي‌گردند. در ضمن مانع لانه‌گزيني تخمك‌و انتقال تخمك بارور شده در لوله‌هاي‌رحمي مي‌گردند. در عين حال با تغييرضخامت مخاط گردن رحم عبور اسپرم راناممكن مي‌سازند.
فارماكوكينتيك اين تركيب بخوبي از راه‌خوراكي جذب شده تركيبات استروژني وپروژستيني موجود در آن عمدت? در كبدمتابوليزه و از طريق ادرار دفع مي‌گردند.نيمه عمر لوونورژسترل حدود 16 ساعت‌و در مورد اتينيل استراديول 13-27ساعت مي‌باشد.
موارد منع مصرف اين دارو در صورت‌وجود يا سابقه بيماري‌هاي‌ترومبوآمبوليك بيماري‌هاي عروقي مغز،سكته قلبي بيماري شريان كرونر، بالابودن مادرزادي چربي‌هاي خون سرطان‌پستان شناخته شده يا قابل پيش‌بيني سرطان دستگاه تناسلي زنانه و يا سايرسرطان‌هاي وابسته به هورمون خونريزي مهبلي تشخيص داده نشده ياغيرعادي تومورهاي كبدي و نارسايي‌عملكرد كبد نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در مواردي مانند سردردهاي‌ميگرني زيادي فشار خون ديابت سابقه‌يرقان انسدادي در دوران بارداري يا هنگام‌مصرف قبلي اين داروها و بيماريهاي‌صفراوي و نيز خانم‌هاي جوان زير 20سال و يا كساني كه مي‌خواهند به مدت‌طولاني قبل از نخستين بارداري از اين‌داروها استفاده كنند، توصيه نمي‌شود.
2 ـ مصرف اين فرآورده به مدت طولاني‌در سنين زير 45 سال احتمالا خطر بروزسرطان پستان را افزايش مي‌دهد.
3 ـ با مصرف اين فرآورده احتمال بروززيادي فشار خون وجود دارد.
4 ـ استفاده از اين دارو، ممكن است تست‌تحمل گلوگز را تغيير دهد.
5 ـ اين دارو ممكن است نتايج آزمايشگاهي‌مربوط به ارزيابي هورمون‌هاي تيروئيد،گلوكوكورتيكوئيدها و هورمون‌هاي‌جنسي را دچار تغيير سازد.
6 ـ در صورت نياز به جراحي به دليل‌امكان بروز ترومبوآمبوليسم پس

ازجراحي بهتر است مصرف اين فرآورده‌چند هفته يا چند ماه قبل از جراحي قطع‌شود.
7 ـ در افراد با سابقه ابتلاء به ديابت ناشي‌از حاملگي و يا فيبروئيدهاي رحمي بااحتياط مصرف شود.
8 ـ در صورت استفراغ يا اسهال شديد به‌دليل كاهش جذب گوارشي دارو و احتمال‌كاهش اثربخشي آن بهتر است در طول‌مدت بيماري و تا يك هفته پس از قطع آن ازيك روش ديگر جلوگيري از بارداري نيزاستفاده شود.
عوارض جانبي بروز ترومبوآمبوليسم‌وريدي زيادي فشار خون بروز لكه‌هاي‌قهوه‌اي يا بيرنگ در پوست بدن ورم وافزايش حساسيت پستانها، افزايش شيوع‌بيماري‌هاي صفراوي و تشكيل سنگ كيسه‌صفرا، تهوع استفراغ سردرد ملايم ياسردردهاي ميگرني شديد، افزايش وزن خون‌ريزي‌ها نامنظم طي سيكل قاعدگي آكنه و پرمويي از عوارض جانبي اين داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي برخي از تركيبات‌ضدباكتري مثل ريفامپين و آنتي‌بيوتيكهاي‌وسيع‌الطيف مانند آمپي‌سيلين وتتراسيكلين‌ها، تركيبات ضدصرع مانندكاربامازپين فنوباربيتال فني‌توئين وپيريميدون تركيبات ضدقارچ مانندگريزئوفولوين موجب افزايش متابوليسم‌قرص‌هاي خوراكي ضدبارداري مي‌گردندولي اثربخشي اين فرآورده چندان تغييرنمي‌يابد. اين دارو با اثر ضدانعقاد داروهاي‌ضدانعقاد خوراكي مثل وارفارين مقابله‌مي‌كند. غلظت پلاسمايي سيكلوسپورين‌نيز در تجويز همزمان با اين دارو، افزايش‌مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت مصرف‌همزمان داروهائي كه متابوليسم اين داروررا تسريع مي‌نمايند مصرف اين دارو نسبت‌به ساير قرص‌هاي خوراكي ضدبارداري‌ارجحيت دارد.
2 ـ مصرف دارو در هنگام شب و قبل
از خواب از عوارض گوارشي دارومي‌كاهد.
3 ـ قرص‌ها بايد هر روز، در ساعت معين‌مصرف شوند. در صورت فراموش كردن‌يك نوبت مصرف به محض به‌خاطرآوردن مصرف شود. در غير اين‌صورت‌در نوبت بعدي 2 قرص مصرف گردد. درصورت فراموش نمودن مصرف قرص‌هادر 2 روز متوالي بايد در 2 روز بعدي هرروز 2 قرص و از روز سوم طبق روال‌عادي مصرف شود. در صورت فراموش‌شدن مصرف قرص‌ها، بيش از 3 روزمتوالي بايد از ساير روش‌هاي جلوگيري‌از بارداري استفاده كرد تا در دوره بعدي‌سيكل مصرف قرص‌ها مجدد؟ به‌طورمنظم شروع شود.
4 ـ در صورت انجام اعمال جراحي درافرادي كه ار اين دارو استفاده مي‌نمايند،بايستي بيمار را از نظر تغييرات ميزان‌انعقاد خون تحت كنترل

قرار داد.
5 ـ در صورت نياز به تغيير اين قرص‌ها به‌انواع ديگر قرص‌هاي ضدبارداري بايدمصرف قرص‌هاي جديد بلافاصله پس ازمصرف آخرين قرص سري قبل شروع‌شود.
6 ـ در صورت نياز به جايگزيني اين‌قرص‌ها، با فرآورده‌هايي كه حاوي‌پروژستين تنها هستند، مصرف اين داروبايد از اولين روز خونريزي سيكل ماهيانه‌شروع شود.
مقدار مصرف مصرف قرص‌ها از اولين‌روز سيكل ماهيانه روزانه يك قرص به‌مدت 21 روز توصيه مي‌شود. پس از يك‌هفته وقفه مجدد? مصرف بسته جديدقرص‌ها آغاز مي‌شود.
اشكال دارويي
Coated Tablets: Ethinyl Estradiol 0.05 mg+ Levonorgestrel 0.25 mg

موارد مصرف اين دارو عمدت? به‌منظورجلوگيري از بارداري به‌كار مي‌رود ولي درپيشگيري از بروز سرطان تخمدان ياآندومتر، كاهش كيست‌هاي تخمداني بيماري خوش‌خيم فيبروكيستيك پستان منظم ساختن سيكل قاعدگي كاهش حجم‌خون قاعدگي كاهش فشارهاي روحي قبل‌از قاعدگي و كاهش تعداد دفعات قاعدگي‌دردناك نيز مفيد است
مكانيسم اثر: تركيبات استروژني (اتينيل‌استراديول و پروژستيني لوونورژسترل موجود در اين فرآورده بامهار ترشح LH و FSH و حذف پيك LHدرميانه سيكل سطوح استروئيدهاي اندوژن‌را كاهش داده و مانع رهاشدن تخمك‌مي‌گردند. در ضمن مانع لانه گزيني تخمك‌و انتقال تخمك بارور شده در لوله‌هاي‌رحمي مي‌گردند. در عين حال با تغييرضخامت مخاط گردن رحم عبور اسپرم رانامكن مي‌سازند.
فارماكوكينتيك اين تركيب به‌خوبي از راه‌خوراكي جذب شده تركيبات استروژني وپروژستيني موجود در آن عمدت? در كبدمتابوليزه از طريق ادرار دفع مي‌گردند.نيمه عمر لوونورژسترل حدود 16 ساعت‌و در مورد اتينيل استراديول 13-27ساعت مي‌باشد.
موارد منع مصرف اين دارو در صورت‌وجود يا سابقه بيماري‌هاي‌ترومبوآمبوليك بيماري‌هاي عروقي مغز،سكته قلبي بيماري شريان كرونر،بالابودن مادرزادي چربي‌هاي خون سرطان شناخته شده پستان يا قابل‌پيش‌بيني سرطان دستگاه تناسلي زنانه ويا ساير سرطان‌هاي وابسته به هورمون خونريزي مهبلي تشخيص داده نشده ياغيرعادي تومورهاي كبدي و نارسايي‌عملكرد كبد نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در مواردي مانند سردردهاي‌ميگرني زيادي فشار خون ديابت سابقه‌يرقان انسدادي در دوران بارداري يا
هنگام مصرف قبلي اين داروها وبيماريهاي صفراوي نيز بسته به شرايطفرد، مصرف اين فرآورده توصيه‌نمي‌شود.
2 ـ در صورت نياز به جراحي به دليل‌امكان بروز ترومبوآمبوليسم پس ازجراحي بهتر است مصرف اين دارو چندهفته يا چند ماه قبل از جراحي قطع شود.
3 ـ در افرادي با سابقه ابتلاء به ديابت‌ناشي از حاملگي و يا فيبروئيدهاي رحمي‌با احتياط مصرف شود.
4 ـ در صورت استفراغ يا اسهال شديد به‌دليل كاهش جذب گوارشي دارو و احتمال‌كاهش اثربخشي آن بهتر است در طول‌مدت بيماري و تا يك هفته پس از قطع آن ازيك روش ديگر جلوگيري از بارداري نيزاستفاده شود.

عوارض جانبي بروز ترومبوآمبوليسم‌وريدي افزايش شيوع بيماري‌هاي‌صفراوي و تشكيل سنگ كيسه صفرا،تهوع استفراغ سردرد ملايم ياسردردهاي ميگرني شديد، خونريزي‌هاي‌نامنظم طي سيكل قاعدگي افزايش وزن آكنه و پرمويي از عوارض جانبي اين داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي برخي از تركيبات‌ضدباكتري مثل ريفامپين و آنتي‌بيوتيكهاي‌وسيع‌الطيف مانند آمپي‌سيلين وتتراسيكلين‌ها، تركيبات ضدصرع مانندكاربامازپين فنوباربيتال فني‌توئين وپيريميدون تركيبات ضدقارچ مانندگريزئوفولوين با تسريع متابوليسم‌قرص‌هاي خوراكي ضدبارداري موجب‌كاهش اثربخشي اين فرآورده مي‌گردند.اين دارو با اثر ضدانعقاد داروهاي‌ضدانعقاد خوراكي مثل وارفارين ضديت‌مي‌كند. غلظت پلاسمايي سيكلوسپورين‌نيز در تجويز همزمان با اين دارو، افزايش‌مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در زنان جوان زيرسن 20 سال و طي دوران قبل از نخستين‌حاملگي و نيز زنان مسن و چاق اين دارو، برساير داروهاي ضدبارداري ارجحيت دارد.
2 ـ در صورت مصرف همزمان داروهائي‌كه متابوليسم دارو را تسريع مي‌نمايند بايددر طول درمان و يا حداقل يك هفته پس ازاتمام دوره درمان از يك روش ديگرجلوگيري از بارداري نيز استفاده شود ودر صورت عدم امكان از فرآورده نوع HDاستفاده گردد.
3 ـ مصرف دارو در هنگام شب و قبل ازخواب از عوارض گوارشي دارو مي‌كاهد.
4 ـ قرص‌ها بايد هر روز، در ساعت معين‌مصرف شوند. در صورت فراموش كردن‌يك نوبت مصرف به محض به‌خاطرآوردن مصرف شود. در غير اين‌صورت‌در نوبت بعدي 2 قرص مصرف گردد. درصورت فراموش نمودن مصرف قرص‌هادر 2 روز متوالي بايد در 2 روز بعدي هرروز 2 قرص و از روز سوم طبق روال‌عادي مصرف شود. در صورت فراموش‌شدن مصرف قرص‌ها بيش از 3 روزمتوالي بايد از ساير روش‌هاي جلوگيري‌از بارداري استفاده كرد تا در دوره بعدي‌سيكل مصرف قرص‌ها مجدد؟ به‌طورمنظم شروع شود.
5 ـ در صورت انجام اعمال جراحي درافرادي كه از اين دارو استفاده مي‌نمايند،بايد بيمار را از نظر تغييرات ميزان انعقادخون تحت كنترل قرار داد.
6 ـ در صورت نياز به تغيير اين قرص‌ها به‌انواع ديگر قرص‌هاي ضدبارداري بايستي‌مصرف قرص‌هاي جديد بلافاصله پس ازمصرف آخرين قرص سري قبل شروع‌شود.
7 ـ در صورت نياز به جايگزيني اين‌قرص‌ها با فرآورده‌هايي كه حاوي‌پروژستين تنها هستند، مصرف اين داروبايد از اولين روز خونريزي

سيكل ماهيانه‌شروع شود.
مقدار مصرف مصرف قرص‌ها از اولين‌روز سيكل ماهيانه و روزانه يك قرص به‌مدت 21 روز توصيه مي‌شود. پس از يك‌هفته وقفه مصرف بسته جديد قرص‌هاآغاز مي‌شود.
اشكال دارويي
Coated Tablets: Ethinyl Estradiol 0.03 mg+ Levonorgestrel 0.15 mg

موارد مصرف اين دارو عمدتا به منظورجلوگيري از بارداري بكار مي‌رود ولي درپيشگيري از بروز سرطان تخمدان ياآندومتر، كاهش كيست‌هاي تخمداني بيماري خوش خيم فيبروكيستيك پستان منظم ساختن سيكل قاعدگي كاهش حجم‌خون قاعدگي كاهش فشارهاي روحي قبل‌از قاعدگي و كاهش تعداد دفعات قاعدگي‌دردناك نيز مفيد است
مكانيسم اثر: تركيبات استروژني (اتينيل‌استراديول و پروژستيني لوونورژسترل موجود در اين فرآورده‌بامهار ترشح LH و FSH و حذف پيك LHدر ميانه سيكل سطوح استروئيدهاي‌آندوژن را كاهش مي‌دهد و مانع رها شدن‌تخمك مي‌گردند. در ضمن مانع لانه گزيني‌تخمك و انتقال تخمك بارور شده درلوله‌هاي رحمي مي‌گردند. در عين حال باتغيير ضخامت مخاط گردن رحم عبوراسپرم را ناممكن مي‌سازند.
فارماكوكينتيك اين تركيب بخوبي از راه‌خواكي جذب شده تركيبات استروژني وپروژستيني موجود در آن عمدتا در كبدمتابوليزه و از طريق ادرار دفع مي‌گردند.نيمه عمر لوونورژسترل حدود 16 ساعت‌و در مورد اتينيل استراديول 27 ـ 13ساعت مي‌باشد.
موارد منع مصرف اين دارو در صورت‌وجود يا سابقه بيماري‌هاي‌ترومبوآمبوليك بيماري‌هاي عروقي مغز،سكته قلبي بيماري شريان كرونر، بالابودن مادرزادي چربي‌هاي خون سرطان‌شناخته شده پستان يا قابل پيش‌بيني سرطان دستگاه تناسلي زنانه و يا سايرسرطان‌هاي وابسته به هورمون خونريزي مهبلي تشخيص داده نشده ياغير عادي تومورهاي كبدي و نارسايي‌عملكرد كبد نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در مواردي مانند سردردهاي‌ميگرني زيادي فشار خون ديابت سابقه‌يرقان انسدادي در دوران بارداري يا هنگام‌مصرف قبلي از اين داروها و بيماريهاي‌صفراوي نيز بسته به شرايط فرد، مصرف‌اين فرآورده توصيه نمي‌شود.
2 ـ در صورت نياز به جراحي به دليل‌امكان بروز ترومبوآمبوليسم پس ازجراحي بهتر است مصرف اين دارو چندهفته يا چند ماه قبل از جراحي قطع شود.
3 ـ درافرادي با سابقه ابتلاء به ديابت‌ناشي از حاملگي و يا فيبروئيدهاي رحمي‌با احتياط مصرف شود.
4 ـ در صورت استفراغ يا اسهال شديد به‌دليل كاهش جذب گوارشي دارو و احتمال‌كاهش اثر بخشي آن بهتر است در طول‌مدت بيماري و تا يك هفته پس از قطع آن ازيك روش ديگر جلوگيري از بارداري نيزاستفاده

شود.
عوارض جانبي بروز ترومبوآمبوليسم‌وريدي افزايش شيوع بيماري‌هاي‌صفراوي و تشكيل سنگ كيسه صفرا،تهوع استفراغ سردرد ملايم ياسردردهاي ميگرني شديد، خونريزي‌هاي‌نامنظم طي سيكل قاعدگي افزايش وزن آكنه و پرمويي از عوارض جانبي اين داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي برخي از تركيبات ضدباكتري مثل ريفامپين و آنتي‌بيوتيكهاي‌وسيع‌الطيف مانند آمپي‌سيلين وتتراسيكلين‌ها، تركيبات ضد صرع ماننداكاربامازپين فنوباربيتال فني‌توئين وپيريميدون تركيبات ضد قارچ مانندگريزئوفولوين با تسريع متابوليسم‌قرص‌هاي خوراكي ضد بارداري موجب‌كاهش اثربخشي اين فرآورده مي‌گردند.اين دارو با اثر ضد انعقاد داروهاي ضدانعقاد خوراكي مثل وارفارين ضديت‌مي‌كند. غلظت پلاسمايي سيكلوسپورين‌نيز در تجويز همزمان با اين دارو، افزايش‌مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در زنان جوان زيرسن 20 سال و طي دوران قبل از نخستين‌حاملگي و نيز زنان مسن و چاق اين دارو،بر ساير داروهاي ضدبارداري ارجحيت‌دارد.
2 ـ در صورت مصرف همزمان داروهائي‌كه متابوليسم دارو را تسريع مي‌نمايند بايددر طول و يا حداقل يك هفته پس از اتمام‌دوره درمان از يك روش ديگر جلوگيري ازبارداري نيز استفاده شود و در صورت‌عدم امكان از فرآورده نوع HD استفاده‌گردد.
3 ـ مصرف دارو در هنگام شب و قبل
از خواب از عوارض گوارشي دارومي‌كاهد.
4 ـ قرص‌ها بايد هر روز، در ساعت معين‌مصرف شوند. درصورت فراموش كردن‌يك نوبت مصرف به محض بخاطر آوردن‌مصرف شود. در غير اينصورت در نوبت‌بعدي 2 قرص مصرف گردد. در صورت‌فراموش نمودن مصرف قرص‌ها در 2 روزمتوالي بايد در 2 روز بعدي هر روز 2قرص و از روز سوم طبق روال عادي‌مصرف شود. در صورت فراموش شدن‌مصرف قرص‌ها بيش از 3 روز متوالي بايد از ساير روش‌هاي جلوگيري ازبارداري استفاده كرد تا در دوره بعدي‌سيكل مصرف قرص‌ها، بطور منظم شروع‌شود.
5 ـ در صورت انجام اعمال جراحي درافرادي كه از اين دارو استفاده مي‌نمايند، بايد بيمار را از نظر
تغييرات ميزان انعقاد خون تحت كنترل‌قرار داد.
6 ـ در صورت نياز به تبديل اين قرص‌ها به‌انواع ديگر قرص‌هاي ضدبارداري بايستي‌مصرف قرص‌هاي جديد بلافاصله پس ازمصرف آخرين قرص سري قبل شوع‌شود.
7 ـ در صورت نياز به جايگزيني اين‌قرص‌ها با فرآورده‌هايي كه

حاوي‌پروژستين تنها هستند، مصرف اين داروبايد از اولين روز خونريزي سيكل ماهيانه‌شروع شود.
مقدار مصرف مصرف قرص‌ها از اولين‌روز سيكل ماهيانه و روزانه يك قرص بمدت 21 روز توصيه مي‌شود. پس از يك‌هفته وقفه مصرف بسته جديد قرص‌هاآغاز مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet : 6 Tablet (Levonorgestrel 0.05 mg
Ethinylestradiol 30 mcg)+ 5 Tablet +
+ Levonorgestrel 0.075 mg)
Ethinylestradiol 40 mcg)+ 10 Tablet
+ Levonorgestrel 0.125 mg)
(Ethinylestradiol 30 mcg

CYPROTERONE ACETATE

موارد مصرف سيپروترون براي كنترل‌تمايلات جنسي بيش از حد مردان و درمان‌تسكيني سرطان پروستات مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو با انسداد گيرنده‌هاي‌آندروژني به‌عنوان يك ضد آندروژن كه‌داراي فعاليت ضدپروژستيني نيز مي‌باشد،عمل مي‌نمايد.
فارماكوكينتيك سيپروترون به ميزان‌ناچيزي از مجراي گوارش جذب وبه‌سرعت متابوليزه مي‌شود. اين دارو به‌آهستگي از مدفوع و ادرار دفع مي‌گردد.
موارد منع مصرف اين دارو در بيماري‌كبد، ديابت شديد همراه با تغييرات عروقي كم‌خوني بيماريهاي تحليل برنده يا بدخيم افسردگي شديد، سابقه اختلالات‌ترومبوآمبوليك و جوانان با سن كمتر از18 سال به‌دليل احتمال وقفه رشد و نمواستخوانها و بيضه‌ها، نبايد مصرف شود.با اين وجود براي درمان سرطان‌پروستات منع مصرف ندارد.
هشدارها: 1 ـ شمارش سلولهاي خون درابتدا و طي درمان سنجش منظم كار كبد وقشر غده فوق‌كليه و بررسي و شمارش‌اسپرم‌ها در طول درمان در پيگيري‌وضعيت بيمار اهميت دارند.
2 ـ اثر تسكيني اوليه دارو ممكن است سبب‌بروز سستي و ناتواني شود.
عوارض جانبي خستگي و سستي اشكال‌در تنفس تغيير وزن كاهش توليد سبوم تغيير وضعيت موها و ژينكوماستي ازعوارض جانبي دارو هستند.
مقدار مصرف براي كنترل تمايلات جنسي‌بيش از حد مردان مقدار 50 ميلي‌گرم دوباردر روز پس از غذا تجويز مي‌شود. براي‌درمان تسكيني سرطان پروستات درصورت شروع مصرف گونادورلين مقدارmg/day 300 در 2-3 مقدار منقسم تجويزمي‌گردد كه در صورت لزوم به mg/day200 كاهش مي‌يابد. براي درمان گرگرفتگي ناشي از درمان با گونادورلين يااوركيدكتومي مقدار mg/day 50-150 در1-3 مقدار منقسم تجويز مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 50 mg

CYPROTERONE COMPOUND

موارد مصرف اين دارو در درمان آكنه‌مقاوم به آنتي‌بيوتيك‌ها درزنان و يا زناني‌كه در ضمن درمان آكنه تمايل به استفاده‌از داروهاي ضد بارداري خوراكي نيزدارند بكار مي‌رود. اين دارو همچنين دردرمان پرمويي وابسته به آندروژن درخانم‌ها بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين تركيب داراي يك جزءآنتي‌آندروژني (سيپروترون و يك جزءاستروژني (اتينيل استراديول مي‌باشد.ضديت با آثار آندروژنها موجب كاهش‌ترشح سبوم و يا كاهش رشد موهامي‌گردد. فعاليت پروژستيني سيپروترون‌و اثر استروژني اتينيل‌استراديول نيز درجلوگيري از بارداري موثر واقع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين تركيب در صورت‌وجود اختلالات ترومبوليك يا سابقه آن ويا وجود هر نوع بيماري و حالات مرضي‌كه خطر بروز ترومبوز را افزايش مي‌دهد،ميگرن حاد، حملات گذراي ايسكميك‌مغزي بيماري‌هاي كبدي و از جمله سندرم‌دوبين ـ جانسون و سندرم روتور، هپاتيت پورفيري آدنوم كبد، سنگهاي صفراوي متعاقب تخليه مول هيدراتي فرم سابقه‌كهير، يرقان انسدادي كارسينوم پستان يادستگاه تناسلي و خونريزي‌هاي مهبل باعلت نامشخص نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ مصرف اين دارو توسط زنان‌سيگاري بويژه افرادي بالاتر از 35 سال خطر بروز بيماري‌هاي شرياني را افزايش‌مي‌دهد.
2 ـ در مبتلايان به زيادي فشار خون و يافراد چاق با احتياط تجويز گردد.
3 ـ در صورت سابقه خانوادگي ابتلا به‌بيماريهاي شرياني در بستگان درجه يك زير سن 45 سال و يا ابتلاء به
وريدهاي واريسي افسردگي شديد،بيحركت ماندن به مدت طولاني كم خوني‌داسي شكل و بيماريهاي التهابي روده‌مانند بيماري كرون با احتياط تجويز
شود.
عوارض جانبي بدنبال مصرف داروعوارضي مانند تهوع استفراغ سردرد،درد و سفتي پستان‌ها، تغييراتي در وزن‌بدن تغييراتي در ميل جنسي افسردگي كلوآسما، زيادي فشار خون تحريك‌لنزهاي تماسي اختلال عملكرد كبد،تومورهاي كبدي كاهش حجم خون‌قاعدگي و لكه‌بيني در اوايل سيكل قاعدگي‌گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با تركيبات القاء كننده فعاليت‌آنزيم‌هاي كبدي مانند كاربامازپين فني‌توئين فنوباربيتال پيريميدون گريزئوفولوين و ريفامپين‌ها موجب‌تسريع متابوليسم اين دارو و در

نتيجه‌كاهش كارآيي درماني آن مي‌گردد.مصرف همزمان با برخي ازآنتي‌بيوتيك‌هاي وسيع‌الطيف مانندآمپي‌سيلين باعث كاهش جذب مجدد اتينيل استراديول از روده بزرگ
و كاهش اثرات درماني اين دارو مي‌گردد.
نكات قابل توصيه در صورت فراموش‌كردن مصرف دارو در زمان معين بايد به‌محض بخاطر آوردن مصرف شود. درصورتيكه تاخير در مصرف دارو بيش از12 ساعت باشد، بهتر است از مصرف آن‌نوبت خودداري شود و ضمن ادامه‌مصرف بقيه قرص‌ها، به روال قبلي از يك‌روش ديگر جلوگيري از بارداري نيزاستفاده شود.
مقدار مصرف شروع مصرف قرص‌ها ازروز اول سيكل قاعدگي و روزانه يك قرص‌و به مدت 21 روز مي‌باشد. در صورت‌نياز، پس از يك فاصله درماني 7 روزه‌مصرف بسته بعدي قرص‌ها ادامه مي‌يابد.دوره درمان گاه تا چند ماه طول
مي‌كشد.
اشكال دارويي
Tablet : Cyproterone Acetate 2 mg +Ethinylestradiol 35 mcg

DANAZOLE

موارد مصرف دانازول براي درمان‌آندومتريوز، منوراژي و ديگر اختلالات‌قاعدگي كيست‌هاي خوش خيم و دردهاي‌دوره‌اي شديد پستان ژينكوماستي (درصورتيكه روشهاي ديگر غير مؤثر باشد)و در درمان طولاني مدت آنژيوادم ارثي به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: دانازول با مهار آزاد شدن‌گناد و تروپينهاي هيپوفيز ممكن است‌محور هيپوفيز ـ تخمدان را مهار كند.دانازول آزاد شدن FSH، LH را مهار كرده‌و در نتيجه توليد استروژن تخمدان را كم‌مي‌كند. همچنين ممكن است مستقيما توليداستروئيدهاي تخمداني را مهار نمايد و به‌گيرنده‌هاي آندروژن پروژسترون وگلوكوكورتيكوئيد و نيز به گلوبولين‌متصل شونده به كورتيكو استروئيد وهورمونهاي جنسي اتصال يابد و سرعت‌كليرانس متابوليك پروژسترون را زيادكند.
فارماكوكينتيك متابوليسم دارو كبدي ودفع آن كليوي مي‌باشد. نيمه عمر داروتقريبا 4/5 ساعت است
موارد منع مصرف در بيماريهاي شديدكبدي كليوي و قلبي بيمارهاي‌ترومبوآمبوليك خونريزي واژينال با علت‌ناشناخته تومورهاي وابسته به آندروژن‌و پورفيريا نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در كودكان افراد مسن افزايش غير طبيعي گلبولهاي قرمز، صرع ديابت زيادي فشار خون ميگرن اختلالات ليپوپروتئين و سابقه ترومبوزبايد با احتياط مصرف شود.
2 ـ در صورت بروز صفات ثانويه جنسي‌مردانه و زنانه مصرف دارو بايد قطع شود(در صورت مصرف مداوم ممكن است اين‌صفات غيرقابل برگشت باشند.)
3 ـ طي درمان با اين دارو، بايد از روشهاي‌غير هورموني استفاده شود.
عوارض جانبي تهوع سرگيجه بثورات‌جلدي درد پشت عصبانيت سردرد،افزايش وزن اختلالات قاعدگي گرگرفتگي كوچك شدن پستان اسپاسم عضلات‌اسكلتي ريزش مو و مقاومت به انسولين ازعوارض جانبي مهم دارو مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي دانازول اثر ضدانعقادي داروهاي ضد انعقاد كومارييني يا مشتقات ايندانديون را افزايش داده
و ممكن است باعث خونريزي شود.همچنين ممكن است با افزايش غلظت قندخون و مقاومت به انسولين با داروهاي‌پايين آورنده قند خون تداخل داشته باشد.افزايش غلظت پلاسمايي و خطر سميت‌كليوي سيكلوسپورين نيز گزارش شده‌است

نكات قابل توصيه 1 ـ امكان بروزواكنشهاي حساسيت به نور وجود دارد.
2 ـ در صورت وجود احتمال بارداري دارو را قطع نموده و با پزشك تماس‌بگيريد.
مقدار مصرف مقدار مصرف دارو800mg/day-200 در چهار مقدار منقسم‌مي‌باشد. در زنان مصرف دارو بايد طي‌دوران قاعدگي و ترجيحا در روز اول‌شروع شود. در درمان آندومتريوز، مقدارمصرف اوليه mg/day 400 در چهار مقدارمنقسم مي‌باشد كه مطابق با پاسخ بيمارتنظيم مي‌شود و معمولا به مدت شش ماه‌ادامه مي‌يابد. در درمان منوراژيmg/day200 به مدت 3 ماه در دردهاي‌شديد دوره‌اي پستان mg/day 300 ـ 200به مدت 6 ـ 3 ماه در كيست خوش خيم‌پستان mg/day 300 به مدت 6 ـ 3 ماه و دردرمان ژينكوماستي mg/day 400 درمقادير منقسم به مدت 6 ماه مصرف‌مي‌شود. براي كاهش ضخامت آندومترقبل از جراحي مقدار مصرف mg/day800ـ 400 به مدت 6 ـ 3 هفته مي‌باشد.
اشكال دارويي
Capsule : 100 mg, 200 mg

DESOXYCORTICOSTERONE ACETATE

موارد مصرف اين دارو يك مينرالوكورتيكوئيد است كه در درمان نارسايي‌غده فوق كليه مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: آدرنوكورتيكوئيدها با عبوراز غشاء سلولي با گيرنده‌هاي اختصاصي‌كمپلكس تشكيل داده و با تحريك‌رونويسي mRNA باعث ساخت‌پروتئين‌هايي مي‌شوند كه مسئول بروزاثرات فيزيولوژيك آنها است
فارماكوكينتيك متابوليسم دارو كبدي وكليوي است و بصورت متابوليت از طريق‌كليه دفع مي‌شود. طول اثر دارو 2 ـ 1 روز ونيمه عمر آن حدود 70 دقيقه است
عوارض جانبي سرگيجه سردرد شديد،زيادي فشار خون تورم پاها و ضعف‌غيرعادي از عوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان دارو باآمفوتريسين B يا استازولاميد ممكن است‌باعث كمي شديد پتاسيم خون گردد. مصرف‌همزمان با ديگوكسين ممكن است باعث‌بروز آريتمي قلبي شود. مصرف همزمان‌دزوكسي كورتيكوسترون با داروهاي مدريا مكمل‌هاي پتاسيم ممكن است باعث‌تغييرات شديد پتاسيم خون شود.
مقدار مصرف در درمان بي‌كفايتي غده‌فوق كليوي 5 mg/day ـ 1 تزريق عضلاني‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection : 5 mg/ml

DEXAMETHASONE

موارد مصرف دگزامتازون براي درمان‌جايگزيني در نارسايي غده فوق كليوي‌استفاده مي‌شود. اين دارو همچنين دردرمان علامتي اختلالات التهابي و آلرژيك‌و در جهت سركوب كردن سيستم‌ايمني‌استفاده مي‌شود. دگزامتازون درهيپرپلازي مادرزادي غده فوق كليوي ادم‌مغزي شوك بيماريهاي التهابي‌رماتيسمي و همچنين جهت تشخيص‌سندرم كوشينگ و افسردگي اندوژن بكارمي‌رود.
مكانيسم اثر: دارو با عبور از غشاء سلولي‌به گيرنده‌هاي خود در سيتوپلاسم متصل‌شده و كمپلكس دارو ـ گيرنده وارد هسته‌سلولي ميشود. اين كمپلكس با اتصال به‌نواحي خاصي از DNA موجب تحريك‌روند رونويسي mRNA و بدنبال آن ساخت‌آنزيم‌هايي مي‌گردد كه در نهايت مسئول‌اثرات سيستميك كورتيكواستروئيدهامي‌باشند. كورتيكواستروئيدها باجلوگيري از تجمع سلولهاي التهابي درناحيه التهاب مهار فاگوسيتوز و آزادشدن‌آنزيم‌هاي مسئول درالتهاب و مهار ساخت‌و آزاد شدن واسطه‌هاي شيميايي التهاب اثرات ضد التهابي خود را اعمال مي‌كند.
فارماكوكينتيك دگزامتازون سريعا وبخوبي از دستگاه گوارش جذب مي‌شود.فرم تزريقي آن نيز از عضله بخوبي جذب‌مي‌شود. بطور عمده در كبد و مقاديري نيزدر كليه و بافتها به متابوليت‌هاي غير فعال‌تبديل مي‌شود.
موارد منع مصرف 1 ـ تزريق داخل مفصلي‌اين دارو در مواردي مانند جراحي ترميمي‌مفاصل اختلالات انعقادي خون شكستگي‌داخل مفصلي عفونت اطراف مفصل ياسابقه ابتلا به آن پوكي استخوان اطراف‌مفصل به دلايل غير از آرتريت و مفصل‌ناپايدار نبايد مصرف شود.
2 ـ در پيشگيري از سندرم زجر تنفسي‌نوزادان در صورت وجود آمنيونيت عفونت يا تب عفونت با هرپس عدم كفايت‌جفت و پارگي زودرس غشاء رحم نيز نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ استفاده طولاني مدت‌دگزامتازون در كودكان ميتواند منجر به‌مهار رشد شود.
2 ـ بدنبال مصرف اين دارو ممكن است‌تست‌هاي بررسي عملكرد محورهيپوتالاموس ـ هيپوفيز ـ غده فوق كليوي‌دچار اختلال شود.
3 ـ در افراد مسن و بخصوص خانم‌هاي‌يائسه شانس ايجاد پوكي استخوان وافزايش فشار خون بالا ميرود.
4 ـ در صورت نياز به جراحي يادرمان‌هاي اضطراري ونيز در افراد ديابتي‌بايد احتياط نمود.
5 ـ در افرادي كه دارو را با مقادير تضعيف‌كننده سيستم ايمني دريافت

مي‌كنند ازتزريق واكسن‌هاي حاوي ويروس‌هاي‌زنده بايد پرهيز شود.
عوارض جانبي درمان دراز مدت بادگزامتازون بيمار را براي ابتلا به‌بيماريهاي عفوني مستعد مي‌كند واز طرفي‌علائم عفونت نيز پنهان مي‌شود. مصرف‌مقادير بالاي دگزامتازون مي‌تواندباختلالات رواني را تشديد كند. آب مرواريدكاهش يا تاري ديد و تكرر ادرار وپرنوشي قرحه گوارشي علائم شبه‌كوشينگ آكنه درد در ناحيه سريني وافزايش فشار خون از عوارض جانبي داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با ريفامپين داروهاي ضد صرع ماننداكاربامازپين فنوباربيتال فني‌توئين وپريميدون موجب تسريع متابوليسم‌دگزامتازون و كاهش اثر دارو مي‌گردد.اين دارو ممكن است باعث كاهش اثرداروهاي پائين آرونده قند خون و ياداروهاي كاهنده فشار خون گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي به حداقل‌رساندن تحريك گوارشي شكل خوراكي‌دگزامتازون بايد بعد از غذا مصرف شود.
2 ـ از قطع ناگهاني مصرف دارو بعد ازاستفاده طولاني (بيش از 3 هفته پرهيزگردد.
3 ـ در طول درمان مصرف سديم بايدمحدود شده و مصرف مكمل‌هاي حاوي‌پتاسيم توصيه مي‌شود.
4 ـ معاينات چشم پزشكي در طول درمان‌دراز مدت بطور مرتب بايد انجام گيرد.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان ميزان تجويز معمولي
20mg/day ـ 0/5 مي‌باشد.
تزريقي
كودكان بصورت تزريق داخل عضلاني ياتزريق آهسته وريدي و يا آنفوزيون‌آهسته داخل وريد در ابتدا 2ـ0/5
ميلي‌گرم مي‌باشد. در درمان ادم مغزي
و از راه تزريق داخل وريدي در ابتدا
10 ميلي‌گرم تزريق و سپس از طريق‌تزريق داخل عضلاني هر 6 ساعت و بسته‌به نياز بيمار به مدت 10 ـ 2 روز، مصرف‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Elixir : 0.5 mg/5ml
Tablet : 0.5 mg
Injection : 8 mg/2ml

(DIAZOXIDE (Oral

موارد مصرف ديازوكساید از راه خوراكي در درمان كمي مزمن قند خون مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: اثر ديازوكساید عمدت? ناشي‌از مهار آزاد شدن انسولين از لوزالمعده‌است علاوه بر اين خارج از لوزالمعده هم‌اثر خود را اعمال مي‌كند.
فارماكوكينتيك اين دارو پس از مصرف‌خوراكي به سرعت جذب مي‌شود. پيونداين دارو به پروتئين بسيار زياد است (بيش‌از 90 درصد). اثر دارو پس از يك ساعت شروع مي‌شود. طول اثر دارو در افرادسالم 8 ساعت يا كمتر است
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط فراوان مصرف شود:
بيماري ايسكميك قلب عيب كار كليه پارگي حاد آئورت زيادي جبراني‌فشارخون مانند فشارخون همراه با تنگي‌آئورت يا نشت شرياني نارسايي عروق‌كرونر و كاهش نيروي ذخيره قلب
2 ـ آزمايش خون و پيگيري فشارخون‌بيمار در طول درمان دراز مدت با اين داروضروري است
3 ـ بيماراني كه به نسبت به مدرهاي‌تيازيدي و سولفوناميدها عدم تحمل نشان‌مي‌دهند، ممكن است اين دارو را نيز تحمل‌نكنند.
عوارض جانبي بي‌اشتهايي تهوع استفراغ افزايش اوره خون كاهش فشارخون خيز،تاكي‌كاردي آريتمي اثرات خارج هرمي وپرمويي (با مصرف طولاني مدت بامصرف اين دارو گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌فني‌توبين با ديازوكساید، به علت كاهش‌اثرات اين داروها و همچنين كاهش اثرات‌بالابرنده قند خون ديازوكساید، توصيه‌نمي‌شود. مصرف داروهاي پايين آورنده‌فشارخون و داروهاي گشاد كننده عروق‌محيطي همراه با ديازوكساید، ممكن است‌منجر به بروز اثر اضافي پايين آورنده‌فشارخون شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ بهتر است دارو هرروز در يك زمان معين مصرف شود.
2 ـ انتخاب دقيق رژيم غذايي به كنترل‌بيماري كمك مي‌كند.
3 ـ ميزان قند ادرار خون و همچنين كتون‌در ادرار بايد تعيين گردد.
4 ـ براي بررسي پيشرفت درمان به‌ويژه‌در طول چند هفته اول درمان مراجعه به‌پزشك ضروري است
5 ـ در صورت نياز به هر گونه عمل جراحي از جمله جراحي دندان يا درمان‌اضطراري پزشك را بايد از مصرف دارومطلع ساخت

6 ـ از مصرف ساير داروها، بخصوص‌داروهاي مقلد سمپاتيك كه نياز به نسخه‌ندارند، بايد خودداري گردد.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان افزاينده قند خون ابتدا 1 mg/kg هر 8 ساعت مصرف مي‌شودكه مقدار مصرف سپس بر اساس پاسخ‌باليني بيمار تنظيم مي‌گردد. به‌عنوان
مقدار نگهدارنده 8 mg/kg/day ـ 3 در 2مقدار منقسم هر 12 ساعت يا در 3 مقدارمنقسم هر 8 ساعت مصرف مي‌شود.بيشينه مقدار مصرف در بزرگسالان تا15 mg/kg/day است
كودكان به‌عنوان افزاينده قند خون ابتدا3/3 mg/kg هر 8 ساعت مصرف مي‌شودكه مقدار مصرف سپس بر اساس پاسخ‌باليني بيمار تنظيم مي‌گردد. به‌عنوان مقدارنگهدارنده 15 mg/kg/day ـ 8 در 2 مقدارمنقسم هر 12 ساعت يا در 3 مقدار منقسم‌هر 8 ساعت مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Capsule : 50 mg, 100 mg

DYDROGESTERONE

موارد مصرف ديدروژسترون براي درمان‌آندومتريوز، سقط عادتي خونريزي‌غيرفونكسيونل رحم قاعدگي دردناك فقدان قاعدگي سندرم پيش از قاعدگي وبه‌منظور جانشين دراماني هورموني‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: پس از پيوند به‌گيرنده‌هاي‌سيتوپلاسمي و ايجاد كمپلكس استروئيد ـگيرنده نسخه‌برداري آغاز شده و ساخت‌پروتئين‌ها افزايش مي‌يابد. اين پروتئين‌هامسئول آثار فارماكولوژيك دارومي‌باشند. اين دارو نيز مانند سايرپروژستين‌ها مانع رهايش گنادوتروپين‌هااز هيپوفيز و در نتيجه مانع بلوغ فوليكولي‌و تضعيف تخمك‌گذاري مي‌گردد.
فارماكوكينتيك ديدروژسترون از دستگاه‌گوارش به‌خوبي جذب مي‌شود و متابوليسم‌آن كبدي بوده و از راه كليه‌ها دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف در كارسينوم پستان يااعضاء تناسلي بيماري كبدي سقطفراموش شده و اختلالات ترومبوتيك نبايدمصرف شود.
هشدارها: در حين مصرف دارو ممكن است‌خونريزيهاي قاعدگي نامنظم ديده شود كه‌در آن صورت بهتر است ميزان مصرف راافزايش داد.
عوارض جانبي ترومبوفلبيت آمبولي‌ريوي ترومبوز شبكيه لكه‌بيني خونريزي نابجا، تغيير اشتها و ورم قوزك‌پا از عوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌ديدروژسترون و بروموكريپتين موجب‌ترشح بيش از حد و خود به‌خودي جريان‌شير مي‌گردد. داروهاي القاكننده فعاليت‌آنزيم‌هاي كبدي مثل كاربامازپين فنوباربيتال فني‌توئين و ريفامپين موجب‌كاهش كارآئي دارو مي‌شوند.
مقدار مصرف در آندومتريوز 10 ميلي‌گرم3ـ2 بار در روز طي روزهاي 25ـ5 سيكل‌قاعدگي و يا به‌طور مداوم مصرف‌مي‌شود. در سقط عادتي 10 ميلي‌گرم‌دوبار در روز از روزهاي 25ـ11 سيكل تاوقوع آبستني و سپس به‌طور مداوم تا هفته20 حاملگي مصرف و سپس به‌تدريج‌ميزان مصرف كاهش داده مي‌شود. براي‌توقف خونريزي غيرفونكسيونال رحم 10ميلي‌گرم دوبار در روز (به‌همراه يك‌استروژن و به‌مدت 7ـ5 روز تازمان قطع‌خونريزي مصرف مي‌شود. براي‌جلوگيري از خونريزي 10 ميلي‌گرم دوباردر روز (همراه يك استروژن در روزهاي25ـ11 سيكل مصرف مي‌شود. در قاعدگي‌دردناك مقدار مصرف آن 10 ميلي‌گرم‌دوبار در روز در روزهاي 25ـ 5 سيكل‌مي‌باشد. در فقدان قاعدگي 10 ميلي‌گرم‌دوبار در روز از روزهاي 25ـ11 سيكل‌به‌شرط تجويز همزمان استروژن از روز25ـ1 سيكل مصرف مي‌شود. در سندرم‌پيش از قاعدگي 10 mg/day از روز 26ـ12سيكل مصرف مي‌شود كه در صورت نيازمي‌توان مقدار

مصرف دارو را افزایش داد.
اشکال دارویي
Tablet: 5 mg

ESTRADIOL

موارد مصرف استراديول به‌عنوان‌جانشين درماني در كمبود هورمون‌استروژن و نيز در حالاتي نظيرهيپوگوناديسم واژينيت آتروفيك نارسايي اوليه تخمداني درمان علائم‌وازوموتور دوران يائسگي و پيشگيري ازاستئوپروز بعد از يائسگي به‌كار مي‌رود.اين دارو همچنين ممكن است در درمان‌خونريزي رحمي سرطان پستان ياپروستات مصرف گردد.
مكانيسم اثر: استراديول بااتصال به‌گيرنده‌استروژني در سيتوپلاسم ميزان ساختRNA، DNA و پروتئين‌هاي مختلف را دربافتهاي هدف افزايش مي‌دهد. همچنين‌ميزان آزادشدن GnRH از هيپوتالاموس‌تحت تاثير استروژن كاهش مي‌يابد و منجربه‌كاهش آزادشدن FSH و LH از غده‌هيپوفيز مي‌گردد.
فارماكوكينتيك استراديول از راه دستگاه‌گوارش به‌خوبي جذب مي‌شود و سريع?در كبد به‌متابوليت‌هايي بافعاليت كمترمانند استرون و استريول تبديل شده و بانيمه‌عمر حدود يك ساعت عمدت? از راه‌ادرار دفع مي‌گردد. مقداري نيز وارد صفراشده كه گردش كبدي ـ روده‌اي دارد.
موارد منع مصرف استراديول در مواردي‌چون وجود يا احتمال سرطان پستان به‌جزموارد انتخابي براي درمان متاستاز،نئوپلازي‌هاي وابسته به‌استروژن ويااحتمال وجود آن يا وجود آبستني خونريزي‌هاي ناشناخته و غيرمعمول‌دستگاه تناسلي ترومبوفلبيت فعال اختلالات ترومبوآمبوليك و بيماريهاي حادكبدي نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ مصرف طولاني مدت‌استروژنها به‌تنهايي خطر بروز سرطان‌آندومتر را افزايش مي‌دهد.
2 ـ در بيماريهايي نظير ميگرن زيادي‌فشارخون آسم صرع ترومبوفلبيت‌مزمن ياسابقه آن زيادي چربي خون بيماري مثانه وجود ندول يا بيماري‌فيبروكيستيك پستان بااحتياط تجويزگردد.
3 ـ استراديول ممكن است اندازه‌فيبروئيدهاي رحمي را افزايش داده وآندومتريوز را تشديد نمايد.
4 ـ در بيماراني كه قبلا مبتلا به‌سرطان‌آندومتر بوده و درمان شده‌اند، بااحتياطتجويز شود.
عوارض جانبي عوارض گوارشي نظيرتهوع و استفراغ سفتي و بزرگ شدن‌پستان سندرم شبيه پيش از قاعدگي احتباس مايعات تغيير در اعمال كبد، يرقان‌انسدادي بثورات جلدي و ملاسما ياكلواسماي غيرقابل برگشت افسردگي وسردرد به‌ويژه در هنگام فعاليت شديد، ونيز افزايش تحريك بافتي قرمزي و خارش‌ناشي از لنزها تماسي در چشم افزايش‌فعاليت

فاکتورهاي انعقادي خطر بروزترومبوآمبوليسم افزايش يا تشديدفشارخون بامقادير زياد يامصرف مکرردارو از عوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي ريفامپين گريزوفولوين داروهاي ضد صرع نظيرکاربامازپين فنوباربيتال فني‌توئين وپيريميدون باالقاء فعاليت آنزيم‌هاي کبدي‌متابوليسم استراديول را تشديد مي‌نمايند.استراديول از طريق افزايش فعاليت‌فاکتورهاي انعقادي بااثر داروهاي‌ضدانعقاد نظير وارفارين مقابله مي‌نمايد.اثر کاهنده فشارخون داروهاي‌مسدودکننده گيرنده بتاآدرنرژيك ومهارکننده‌هاي آنزيم تبديل‌کننده‌آنژيوتانسين و احتمالا ساير داروهاي‌ضدفشار خون به‌وسيله استراديول کاهش‌مي‌يابد. غلظت پلاسمايي سيکلوسپورين‌توسط استراديول افزايش مي‌يابد.
نکات قابل توصيه 1 ـ مصرف استراديول‌در کودکان بسته‌شدن اپي‌فيز استخوان راتسريع مي‌نمايد. لذا در کسانيکه رشد آنهاهنوز کامل نشده بااحتياط بکار رود.
2 ـ هيپرپلازي لثه و ايجاد يا تشديدژنژيويت و التهاب لثه ممکن است به‌وسيله‌استروژنها ايجاد گردد. لذا تميزنمودن وکنترل توليد پلاکهاي دندان اين عارضه رابه‌حداقل کاهش مي‌دهد.
3 ـ در صورت بروز اختلال تنفسي اختلال‌در تکلم يا جهت‌يابي درد در سينه يا کتف کاهش بينايي يا سردرد شديد و نيز وجودتوده در پستان و زردشدن چشم‌ها ياپوست سريع؟ به‌پزشك مراجعه شود.
4 ـ براي کاهش عوارض گوارشي بهتراست دارو همراه يا بلافاصله بعد از غذامصرف شود.
5 ـ در صورت مصرف طولاني مدت دارو،معاينات پستان بيوپسي آندومتر و تست‌اعمال کبد مرتب؟ انجام شود.
مقدار مصرف
خوراکي استراديول به‌عنوان جانشين‌درماني هورموني در مواردي از قبيل‌واژينيت آتروفيك هيپوگونادیسم برداشتن تخمدانها، نارسايي اوليه‌تخمدانها يا دوران يائسگي (کاهش علائم ،به‌ميزان 2 mg/day ـ 0/5 به‌صورت دوره‌اي‌يا مداوم به‌کار مي‌رود. در سرطان پستان غيرقابل جراحي و پيشرفته استراديول‌به‌ميزان 10 ميلي‌گرم 3 بار در روز و براي‌حداقل 3 ماه مصرف مي‌گردد. همچنين درکارسينوماي پروستات پيشرفته وغيرقابل جراحي به‌ميزان 2ـ1 ميلي‌گرم 3بار در روز تجويز مي‌گردد. به‌منظورپيشگيري از استئوپروز، استراديول‌به‌ميزان mg/day 0/5 به‌صورت دوره‌اي يامداوم به‌کار مي‌رود.
تزريقي استراديول والرات به‌طريق تزريق‌داخل عضلاني و به‌ميزان 20ـ10 ميلي‌گرم هر 4 هفته يکبار، براساس نياز بيمار،به‌منظور جانشين درماني تجويز مي‌گردد.در سرطان پيشرفته و غيرقابل جراحي‌پروستات به‌ميزان

30 ميلي‌گرم هر 2ـ1هفته که برحسب نياز بيمار تنظيم مي‌شودمصرف مي‌گردد.

اشکال دارويي

Injection: 10 mg/ml

Tablet: 1 mg, 2 mg

ETHINYLESTRADIOL

موارد مصرف اتينيل استراديول به‌عنوان‌جانشين درماني هورموني در حالات‌كم‌كاري غدد تناسلي يا دوران يائسگي‌براي كاهش علائم وازوموتور و نيز درنئوپلاسم‌هاي پيشرفته و غيرقابل جراحي‌پستان يا پروستات به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو بااتصال‌به‌گيرنده‌هاي داخل سلولي استروژن‌ميزان ساخت RNA و پروتئين‌هاي مختلف‌را در بافتهاي هدف افزايش مي‌دهد. اين‌پروتئين‌ها در بروز آثار فارماكولوژيكي‌استروژنها نقش عمده‌اي دارند.
فارماكوكينتيك اتينيل استراديول از راه‌خوراكي تحت تاثير متابوليسم عبور اول‌كبدي قرار گرفته و به‌ميزان 50 ـ40 درصدجذب مي‌گردد. نيمه عمر آن 27ـ13 ساعت‌مي‌باشد. در كبد به‌متابوليت‌هاي غيرفعال‌تبديل مي‌شود و از ادرار و صفرا دفع‌مي‌گردند.
موارد منع مصرف اين دارو در صورت‌احتمال يا وجود سرطان پستان (به‌جزموارد انتخابي براي درمان متاستاز)، درنئوپلازيهاي وابسته به‌استروژن يا احتمال‌آن احتمال يا وجود آبستني خونريزي‌ناشناخته و غيرمعمول دستگاه تناسلي ترومبوفلبيت فعال اختلالات‌ترومبوآمبوليك و بيماريهاي حاد كبدي‌نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ مصرف طولاني مدت اين‌دارو به‌تنهائي خطر بروز سرطان آندومترا افزايش مي‌دهد.
2 ـ اتينيل استراديول ممكن است اندازه‌فيبروئيدهاي رحمي را افزايش داده و ياآندومتريوز را تشديد نمايد.
3 ـ در بيماريهاي نظير ميگرن زيادي‌فشار خون آسم صرع ترومبوفلبيت‌مزمن يا سابقه آن زيادي چربي خون بيماري مثانه وجود ندول يا بيماري‌فيبروكيستيك پستان بااحتياط تجويزگردد.
4 ـ در بيماراني كه قبلا به‌سرطان آندومترمبتلا بوده و تحت درمان قرار داشته‌اند،بااحتياط زياد به‌كار رود.
عوارض جانبي عوارض گوارشي نظيرتهوع و استفراغ شايع مي‌باشد، به‌علاوه‌سفتي و بزرگ شدن پستان شبه سندرم‌قبل از قاعدگي احتباس مايعات تغيير دراعمال كبد، يرقان ناشي از توقف صفرا وعوارض پوستي نظير بثورات جلدي وكلوآسما، افسردگي سردرد به‌ويژه درهنگام فعاليت شديد، افزايش تحرك بافتي افزايش غلظت فاكتورهاي انعقادي خطربروز ترومبوآمبوليسم و افزايش ياتشديدفشار خون از عوارض جانبي داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي داروهايي نظيرريفامپين گريزوفولوين و داروهاي

ضدصرع نظير كاربامازپين فنوباربيتال و فني‌توپين با القاء آنزيم‌هاي كبدي متابوليسم‌اتينيل استراديول را تشديد مي‌نمايند. اين‌دارو از طريق افزايش فعاليت فاكتورهاي‌انعقادي با اثر داروهاي ضدانعقاد نظيروارفارين مقابله مي‌نمايند. اثر كاهنده‌فشارخون مسددهاي گيرنده بتاآدرنرژيك يا مهاركننده‌هاي آنزيم‌تبديل‌كننده آنژيوتانسين و احتمالا سايرداروهاي ضدفشارخون به‌وسيله اين داروكاهش مي‌يابد. غلظت پلاسمايي‌سيكلوسپورين بامصرف اين دارو افزايش‌مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو بسته‌شدن‌اپي‌فيز را در كودكان تسريع مي‌نمايد لذا دركسانيكه رشد آنها هنوز كامل نشده‌بااحتياط به‌كار رود.
2 ـ در طول درمان هيپرپلازي و التهاب لثه‌ممكن است بروز نمايد.
3 ـ در صورت بروز اختلال تنفسي اختلال‌در تكلم يا جهت‌يابي درد در سينه يا كتف كاهش قدرت بينايي يا سردرد شديد و نيزوجود توده در پستان زردشدن چشم‌ها ياپوست سريع؟ به‌پزشك مراجعه شود.
4 ـ بهتر است همراه يا بلافاصله بعد از غذامصرف گردد تا عوارض گوارشي‌به‌حداقل كاهش يابد.
5 ـ در صورت مصرف طولاني مدت دارو،معاينات پستان بيوپسي آندومتر و نيزتست‌هاي عملكرد كبد مرتب؟ انجام شود.
مقدار مصرف در صورت نياز به‌جانشين‌درماني هورموني اتينيل استراديول‌به‌ميزان 20 ـ10mcg/day به‌كار مي‌رود.همچنين در درمان سرطانهاي پستان ياپروستات (پيشرفته و غيرقابل جراحي به‌ترتيب به‌ميزان 1 ميلي‌گرم سه بار درروز و 3ـ 1/5 ميلي‌گرم يك بار در روزمصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 0.05 mg, 0.5 mg

FLUDROCORTISONE ACETATE

موارد مصرف اين دارو يك مينرالوكورتيكوئيد است كه در درمان‌نارسايي غده فوق كليه مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: آدرنوكورتيكوئيدها باعبوراز غشاء سلولي با گيرنده‌هاي اختصاصي‌كمپلكس تشكيل داده و باتحريك رونويسيmRNA باعث ساخت پروتئين‌ها مي‌شوندكه مسئول بروز اثرات فيزيولوژيك آنهااست
فارماكوكينتيك متابوليسم دارو كبدي وكليوي است و به‌صورت متابوليت از طريق‌كليه دفع مي‌شود. نيمه عمر دارو 30 دقيقه‌و طول اثر آن كوتاه مدت است
عوارض جانبي سرگيجه سردرد شديد،زيادي فشارخون تورم پاها و ضعف‌غيرعادي از عوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان داروبا آمفوتريسين B يا استازولاميد ممكن‌است باعث كمي شديد پتاسيم خون گردد.مصرف همزمان با ديگوكسين ممكن است‌باعث بروز آريتمي قلبي شود مصرف‌همزمان فلودروكورتيزون با داروهاي مدريا مكمل‌ها پتاسيم ممكن است باعث‌تغييرات شديد پتاسيم خون شود.
مقدار مصرف در درمان نارسايي غده فوق‌كليه مقدار 0/1 mg/day همراه باگلوكوكورتيكوئيد مصرف مي‌شود. درصورت بروز زيادي فشارخون مقدارمصرف بايد 0/05 mg/day كاهش يابد. درسندرم آدرنوژنيتال 0/2 mg/day ـ 0/1 ودر درمان كمي ايديوپاتيك فشارخون درحالت ايستاده 0/2 mg/day ـ 0/05 مصرف‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 0.1 mg

FOSFESTROL

موارد مصرف فسفسترول يك استروژن‌است كه در درمان جانشيني استروژن‌هادر مواردي مانند واژينيت كم‌كاري‌تخمدان نارسائي اوليه تخمدان و دردرمان كارسينوم متاستاز يافته پستان وپروستات مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: استروژن‌ها بااتصال‌به‌گيرنده‌هاي اختصاصي باعث ساخت پروتئين‌هايي مي‌شوند كه مسئول‌بروز اثرات اين داروها است
استروژن‌ها باكاهش آزادشدن LHRHميزان هورمون‌هاي FSHو LH را كاهش‌مي‌دهند.
فارماكوكينتيك متابوليسم اين دارو كبدي‌است و به‌طور عمده از طريق كليه دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت ابتلاءبه‌سرطان پستان (متاستاز نيافته ، يرقان‌انسدادي نئوپلاسم‌هاي وابسته به‌استروژن بيماري‌هاي ترومبوآمبوليك وخونريزي باعلت نامشخص دستگاه‌تناسلي نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ مصرف استروژن‌ها درمردان ممكن است باعث ايجاد كارسينوم‌پستان شود.
2 ـ به‌علت اثر استروژن‌ها در بسته‌شدن‌اپي‌فيز مصرف اين دارو در كودكان نابالغ‌بايد بااحتياط فراوان صورت گيرد.
در صورت وجود آندومتريوز، بيماري‌كيسه صفرا، زيادي كلسيم خون پورفيري‌يا فيبروئيد بايد بااحتياط مصرف شود.
عوارض جانبي اختلال در قاعدگي واختلالات گوارشي از عوارض جانبي داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌استروژن‌ها با داروهاي ضدانعقادخوراكي ممكن است باعث كاهش اثرات اين‌داروها گردد. مصرف همزمان با داروهاي‌سمي براي كبد باعث تشديد آسيب كبدي‌مي‌شود. مصرف همزمان استروژن‌ها بافنوباربيتال كاربامازپين فني‌توئين باعث‌كاهش اثرات استروژن‌ها مي‌شود. مصرف‌استروژن با داروهاي ضدافسردگي سه‌حلقه‌اي باعث افزايش غلظت سرمي اين‌داروها مي‌شود. استروژن‌ها اثرات پائين‌آورنده فشارخون داروهاي ضدفشارخون را كاهش مي‌دهند.
نكات قابل توصيه 1 ـ درمان با استروژن‌هارا بايد باكمترين مقدار مصرف شروع
كرد.
2 ـ به‌جز موارد خاص (مانند درمان‌سرطان درمان با استروژن‌ها

بايدبه‌صورت مصرف دوره‌اي (مانند 3 هفته‌مصرف دارو و يك هفته عدم مصرف صورت پذيرد.
3 ـ درمان با استروژن‌ها ممكن است‌موجب تهوع به‌خصوص هنگام صبح‌گردد. معمولا مصرف غذاهاي جامد تاحدي اين حالت را تسكين مي‌دهد.
مقدار مصرف
خوراكي در درمان كارسينوم پروستات
50 ميلي‌گرم 3 بار در روز تجويز مي‌شود.مقدار مصرف را مي‌توان به‌تدريج تا
200 ميلي‌گرم 3 بار در روز افزايش
داد.
تزريقي در درمان كارسينوم پروستات50 mg/day انفوزيون وريدي مي‌شود. درصورت نياز مي‌توان مقدار مصرف را به1 g/day افزايش داد.
به‌عنوان مقدارنگهدارنده 500mg/day ـ 250 انفوزيون‌وريدي مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection: 250 mg/5 ml
Tablet: 100 mg

GLIBENCLAMIDE

موارد مصرف گلي‌بنكلاميد براي كنترل‌زيادي قندخون در بيماري ديابت مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: سولفونيل اوره‌ها در ديابت‌مليتوس غيروابسته به‌انسولين باتحريك‌مستقيم ترشح انسولين بتاي پانكراس گلوكز خون را كاهش مي‌دهند. مصرف‌طولاني مدت اين داروها حساسيت‌به‌انسولين را در بافتهاي محيطي مانند كبد،عضله چربي و سلولهايي ماندموتوسيت‌ها و اريتروسيت‌ها افزايش‌مي‌دهد كه نتيجه آن كاهش گليكوژنوليز وگلوكونئوژنز در كبد است
فارماكوكينتيك جذب دارو سريع ولي‌وابسته به‌شرايط فردي بسيار متغيرمي‌باشد. گلي بنكلاميد داراي پيوندپروتئيني خيلي بالا و نيمه‌عمر حدود 10ساعت مي‌باشد. طول اثر دارو 24 ساعت‌است
موارد منع مصرف اين دارو در مواردي‌چون اسيدوز، سوختگي شديد، اغماي‌ديابتيك كتواسيدوز ديابتيك اغماي‌غيركتونيك هيپراسمولار، شرايطي كه‌باعث تغييرات زياد قندخون مي‌شوند،شرايطي كه نياز به‌انسولين را به‌سرعت‌تغيير مي‌دهند، بيماريهاي كبدي و كليوي وپورفيري نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود بيماريهايي‌مانند انفاركتوس ميوكارد، اغماء، عفونت تروما، جراحي و طي دوران بارداري بايداز انسولين استفاده شود.
2 ـ در شرايط ايجادكننده افزايش قندخون‌مانند تغييرات هورمونهاي جنسي در زنان تب بالا، عفونت پركاري غده فوق كليه واسترسهاي رواني ممكن است افزايش‌مقدار مصرف دارو يا مصرف انسولين‌ضروري باشد.
3 ـ درپركاري تيروئيد كنترل قندخون‌مشكل‌تر شده و ممكن است نياز به‌افزايش‌مقدار مصرف دارو باشد.
4 ـ مصرف دارو در افراد مسن به‌دليل‌نيمه‌عمر طولاني توصيه نمي‌شود.
عوارض جانبي بامصرف دارو اختلالات‌دستگاه گوارش سردرد، افزايش وزن كاهش خفيف قندخون به‌ويژه در هنگام‌شب واكنش‌هاي افزايش حساسيت‌گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي در مصرف همزمان‌باضد انعقادهاي خوراكي مقدار مصرف دو دارو بايد تنظيم شود. درمصرف همزمان با آسپارژيناز،كورتيكواستروئيدها، مدرهاي تيازيدي وليتيم تنظيم مقدار مصرف دارو به‌دليل‌فعاليت ذاتي اين تركيبات در افزايش‌قندخون لازم مي‌باشد. داروهايي مانندگوانتيدين مهاركننده‌هاي مونوآمين‌اكسيداز، كينيدين كينين و مقادير بالاي‌سالسيلات‌ها و كلرامفنيكل به‌دليل

فعاليت‌ذاتي در كاهش قندخون و به‌دليل اثربالابرنده قندخون مهاركننده‌هاي بتاآدنرژيك مقدار مصرف موردنياز دارو راتغيير مي‌دهند. سايمتيدين رانيتيدين وهمچنين سيپروفلوكساسين اثرات پايين‌آورنده قندخون گلي‌بنكلاميد را تشديدمي‌كنند.
نكات قابل توصيه 1 ـ باتغيير رژيم غذائي فعاليت بدني و بيماري ميزان قندخون وبرنامه درماني تغيير مي‌كند.
2 ـ دارو به‌همراه صبحانه مصرف گردد.
مقدار مصرف ابتدا 5 mg/day (در افرادمسن 2/5 ميلي‌گرم مصرف مي‌شود ومناسب با پاسخ بيمار تا 15 mg/dayمي‌تواند افزايش يابد.
اشكال دارويي
Tablet: 5 mg

GLUCAGON

موارد مصرف گلوكاگون به‌عنوان داروي‌جانشين مناسب براي گلوكز تزريقي دردرمان كاهش قندخون و به‌عنوان داروي‌كمكي در راديوگرافي دستگاه گوارش‌به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: گلوكاگون گليكوژنوليز وگلوكونئوژنز كبدي را افزايش مي‌دهد وسبب افزايش cAMP مي‌شود. نتيجه اين‌اعمال افزايش غلظت گلوكز پلاسما،شل‌شدن عضلات صاف و اثر اينوتروپيك‌مثبت قلبي مي‌باشد.
فارماكوكينتيك متابوليسم دارو در كبد وكليه انجام مي‌شود و نيمه عمر آن 10 دقيقه‌مي‌باشد. اثر دارو (افزايش قندخون 20ـ 5دقيقه پس از تزريق داخل وريدي 15 دقيقه‌پس از تزريق داخل عضلاني و 45ـ30دقيقه پس از تزريق زيرجلدي شروع‌مي‌شود. طول مدت اثر دارو 90 دقيقه‌است
موارد منع مصرف در فئوكروموسيتوم تومور ترشح‌كننده انسولين و تومورترشح‌كننده گلوكاگون نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در كمي قندخون ناشي ازگرسنگي و نارسايي غده فوق كليه موثرنمي‌باشد (ذخاير كبدي گليكوژن براي اثردارو لازم است .
2 ـ مصرف دارو به‌منظور كمك‌به‌تشخيص ديابت مي‌تواند سبب افزايش‌قندخون شود.
عوارض جانبي مهمترين عوارض جانبي‌دارو، تهوع استفراغ اسهال كاهش‌پتاسيم خون و بندرت واكنش‌هاي افزايش‌حساسيت مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي گلوكاگون بامقادير بالاسبب افزايش اثر ضدانعقادي داروهاي‌ضدانعقاد كومارييني يا مشتقات ايندانديون‌مي‌شود.
نكات قابل توصيه در صورتيكه بيمارهوشيار نباشد پس از تزريق دارو بايدبيمار رابه‌دليل خطر بروز استفراغ به‌يك‌طرف برگرداند.
مقدار مصرف
كودكان و بزرگسالان 1ـ 0/5 ميلي گرم ازطريق زيرجلدي داخل عضلاني يا داخل‌وريدي تزريق مي‌شود. در صورت عدم‌مشاهده پاسخ تا 15 دقيقه گلوگز داخل‌وريدي بايد تزريق شود.
اشكال دارويي
Injection: 1 mg/ml

GONADORELIN

موارد مصرف گنادورلين براي درمان‌آمنوره و ناباوري ناشي از آزادشدن‌غيرطبيعي هورمون آزادكننده‌گنادوتروپين‌ها (GnRH) در زنان و نيزبررسي عملكرد هيپوفيز در بزرگسالان‌به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو در مصرف بافواصل زماني منظم باتحريك گيرنده‌هايGnRH در هيپوفيز موجب آزادشدن‌گنادوتروپين‌ها (LH, FSH) مي‌گردد. تجويزمداوم دارو در نهايت موجب مهار رهايش‌گنادوتروپين‌ها مي‌شود.
فارماكوكينتيك اين دارو يك پپتيد ده
اسيد آمينه‌اي است كه از طريق وريدي يازيرجلدي تزريق مي‌شود. نيمه‌عمر آن درتزريق وريدي حدود 4 دقيقه مي‌باشد.
اين دارو در هيپوتالاموس و هيپوفيزتوسط پپتيدازها تجزيه مي‌شود وبه‌صورت متابوليت از طريق كليه‌ها دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف اين تركيب نبايد درموارد حساسيت به‌گنادورلين نارسايي‌اوليه تخمدان خونريزي غيرطبيعي وتشخيص داده نشده واژينال مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين فرآورده ممكن است دربرخي افراد ايجاد حساسيت نمايد.
2 ـ تجويز مكرر گنادورلين ممكن است‌منجر به‌از بين رفتن حساسيت هيپوفيز وكاهش پاسخ LH شود.
عوارض جانبي تهوع سردرد، دردشكم افزايش خونريزي قاعدگي واكنش‌هاي‌حساسيت مفرط در موقع تجويز مكررمقادير زياد دارو و تحريك در محل تزريق‌زيرجلدي از عوارض جانبي اين دارومي‌باشد.
تداخل‌هاي دارويي فنوتيازين‌ها و سايرآنتاگونيست‌هاي دوپامين باافزايش‌پرولاكتين ممكن است موجب كاهش اثردارو شوند. آندروژن‌ها،گلوكوكورتيكوئيدها، استروژن‌ها وپروژستين‌ها با تاثير بر ترشح‌گنادوتروپين‌ها از هيپوفيز، نتيجه آزمون‌گنادورلين را تغيير مي‌دهند.
مقدار مصرف در فقدان قاعدگي و ناباوري‌ناشي از آزادشدن غيرطبيعي GnRH درزنان از طريق انفوزيون منظم نبضي‌زيرجلدي ابتدا 20ـ10 ميكروگرم طي يك‌دقيقه سپس هر 90 دقيقه اين مقدار تكرارمي‌شود تا زماني كه بارداري رخ دهد، ياتاحداكثر 6 ماه از طريق انفوزيون نبضي ومنظم داخل وريدي (به‌همراه هپارين مشابه انفوزيون زيرجلدي تجويز مي‌شود.جهت بررسي عملكرد هيپوفيز از طريق‌تزريق وريدي يا زيرجلدي مقدار 100ميكروگرم تجويز مي‌گردد.

اشكال دارويي
,For Injection (as Acetate): 0.1 mg
mg, 3.2 mg 0.8

HYDROCORTISONE

موارد مصرف هيدروكورتيزون براي‌درمان جايگزيني هورموني در نارسايي‌غده فوق كليوي استفاده مي‌شود. اين داروهمچنين در درمان علامتي بيماريهاي‌التهابي مانند بيماري التهابي روده وهموروئيد و نيز واكنش‌هاي ازديادحساسيت مانند شوك آنافيلاكتيك‌آنژيوادم و در جهت سركوب كردن‌سيستم ايمني استفاده مي‌شود.هيدروكورتيزون در هيپرپلازي مادرزادي‌غده فوق كليه ادم مغزي و شوك نيز موثراست اين دارو همچنين جهت تشخيص‌سندرم كوشينگ و افسردگي اندوژن به‌كارمي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو باعبور از غشاءسلولي به‌گيرنده‌هاي خود در سيتوپلاسم‌متصل شده و كمپلكس دارو ـ گيرنده واردهسته سلولي مي‌شود. اين كمپلكس‌بااتصال به‌نواحي خاصي از DNA موجب‌تحريك روند رونويسي mRNA و به‌دنبال‌آن ساخت آنزيم‌هايي مي‌گردد كه در نهايت‌مسئول اثرات سيستميك‌كورتيكواستروئيدها مي‌باشند. اين داروباجلوگيري از تجمع سلولهاي التهابي درناحيه التهاب مهار فاگوسيتوز و آزادشدن‌آنزيم‌هاي مسئول در التهاب و مهار ساخت‌و آزادشدن واسطه‌هاي شيميايي التهاب‌اثرات ضدالتهابي خود را اعمال مي‌كند.
فارماكوكينتيك هيدروكورتيزون سريع? وبه‌خوبي از دستگاه گوارش جذب مي‌شود.شكل تزريقي آن نيز از عضله به‌خوبي‌جذب مي‌شود. به‌طور عمده در كبد ومقاديري نيز در كليه و بافتهابه‌متابوليت‌هاي غيرفعال تبديل مي‌شود.
موارد منع مصرف 1 ـ تزريق داخل مفصلي‌اين دارو در مواردي مثل جراحي ترميمي‌مفاصل اختلالات انعقادي خون شكستگي‌داخل مفصلي عفونت اطراف مفصل ياسابقه ابتلا به‌آن پوكي استخوان اطراف‌مفصل به‌دلايلي غير آرتريت و مفصل‌ناپايدار نبايد مصرف شود.
2 ـ اين دارو در پيشگيري از سندرم زجرتنفسي نوزادان در صورت وجودآمنيونيت عفونت يا تب عفونت با هرپس عدم كفايت جفت و پارگي زودرس غشاءنيز نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ استفاده طولاني مدت آن دركودكان مي‌تواند منجر به‌مهار رشد شود.
2 ـ به‌دنبال مصرف اين دارو ممكن است‌تست‌هاي بررسي عملكرد محورهيپوتالاموس ـ هيپوفيز ـ غده فوق كليوي‌دچار اختلال شود.
3 ـ در افراد مسن و به‌خصوص خانم‌هاي‌يائسه شانس ايجاد پوكي استخوان وافزايش فشارخون بالا مي‌رود.

4 ـ در صورت نياز به‌جراحي و يا درمان‌اضطراري و نيز مصرف دارو در بيماران‌ديابتي بايد احتياط كرد.
عوارض جانبي درمان درازمدت باهيدروكورتيزون بيمار را از جهت ابتلابه‌بيماريهاي عفوني مستعد مي‌كند و ازطرفي علائم عفونت نيز پنهان مي‌شود.مصرف مقادير بالاي هيدروكورتيزون‌مي‌تواند اختلالات رواني را تشديد كند. آب‌مرواريد كاهش يا تاري ديد و تكرر ادرار وپرنوشي قرحه‌گوارشي علائم‌شبه‌كوشينگ آكنه درد در ناحيه سريني‌و افزايش فشارخون از عوارض جانبي‌دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با ريفامپين داروهاي ضدصرع ماننداكاربامازپين فنوباربيتال فني‌توئين وپريميدون موجب تسريع متابوليسم‌هيدروكورتيزون و كاهش اثر دارومي‌گردد. اين دارو ممكن است باعث كاهش‌اثر داروهاي پائين آورنده قندخون و يادارو‌هاي كاهنده فشارخون گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي به‌حداقل‌رساندن تحريك گوارشي شكل خوراكي‌هيدروكورتيزون بايد بعد از غذا مصرف‌شود.
2 ـ از قطع ناگهاني مصرف دارو بعد ازاستفاده طولاني (بيش از 3 هفته پرهيزشود.
3 ـ در طول درمان مصرف سديم بايستي‌محدود شده و مصرف مكمل‌هاي حاوي‌پتاسيم توصيه مي‌شود.
4 ـ معاينات چشم پزشكي در طول درمان‌دراز مدت به‌طور مرتب بايد انجام گيرد.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان در بيماري آديسون و يامتعاقب برداشتن غده فوق كليوي به‌ميزان20ـ30mg/day در دو مقدار منقسم تجويزمي‌گردد. مقدار بيشتر در هنگام صبح ومقدار كمتر در هنگام عصر مصرف مي‌شود.
كودكان به‌منظور جانشين درماني‌هورموني به‌ميزان 30 mg/dayـ10 و درمقادير منقسم تجويز مي‌گردد.
تزريقي
بزرگسالان در نارسايي حاد غده فوق‌كليوي به‌صورت تزريق داخل وريدي‌به‌مقدار 100 ميلي‌گرم هر 6ـ8 ساعت همراه‌با كلرورسديم 0/9% انفوزيون مي‌گردد. درساير موارد، دارو به‌صورت تزريق يا‌انفوزيون آهسته داخل وريدي به‌ميزان500 ـ100 ميلي‌گرم 3 تا 4 بار در روزباتوجه به‌نياز بيمار تجويز مي‌گردد.
كودكان به‌صورت تزريق آهسته داخل‌وريدي و به‌ميزان 25 ميلي‌گرم در كودكان‌كمتر از يكسال 50 ميلي‌گرم در كودكان5 ـ1 سال و 100 ميلي‌گرم

در کودکان 12ـ6سال تجويز مي‌گردد.
اشکال دارويي
Enema: 100 mg/60 ml
For Injection: 100 mg, 500 mg
Tablet: 10 mg

INSULIN

موارد مصرف انسولين در درمان ديابت‌مليتوس درمان كتواسيدوز ديابتيك وتشخيص كمبود هورمون رشد به‌كارمي‌رود.
مكانيسم اثر: انسولين ذخيره و متابوليسم‌كربوهيدراتها، پروتئين و چربيها را كنترل‌مي‌كند. انتقال فعال گلوكز را از غشاي‌سلولي بافت چربي و عضله افزايش مي‌دهدو موجب تبديل گلوكز و اسيد چرب آزادداخل سلولي به شكل ذخاير گليكوژن وتري گليسيريد مي‌شود همچنين تبديل‌گلوكز كبدي به گليكوژن را افزايش داده وخروج گلوكز از كبد را مهار مي‌كند. تزريق‌داخل وريدي انسولين با كاهش قند خون ترشح هورمون رشد را تحريك مي‌كند.
فارماكوكينتيك در تزريق زيرجلدي شروع‌اثر انسولين رگولار 30-60 دقيقه پس ازتزريق و طول اثر آن 8 ساعت مي‌باشد وپس از 2-4 ساعت به حداكثر اثر خودمي‌رسد. شروع اثر انسولين ايزوفان‌باي‌فازيك پس از 30 دقيقه طول اثر آن 24ساعت و حداكثر اثر آن پس از 4-8 ساعت‌ديده مي‌شود. شروع اثر انسولين NPHانساني (ايزوفان پس از 3-4 ساعت طول‌اثر آن 18-24 ساعت و حداكثر اثر آن پس‌از 6-12 ساعت مي‌باشد.
انسولين دربيشتر بافتهاي بدن توزيع مي‌شود،متابوليسم آن كبدي و كليوي است نيمه‌عمر دارو 5-6 دقيقه و 30-80% دفع آن‌كليوي مي‌باشد.
موارد منع مصرف در اسهال فلج معده انسداد روده استفراغ و ديگر شرايطي كه‌سبب عدم جذب غذا مي‌شود و يا شرايطي‌كه موجب كاهش قند خون مي‌شود مانندبي‌كفايتي آدرنال و هيپوفيز نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ در بيماري‌هاي كليوي باتوجه به تغييرات كليرانس انسولين دربيماريهاي كبدي با توجه به تغييرات‌متابوليسم انسولين و تغييرات غلظت قندخون تنظيم ميزان مصرف لازم مي‌باشد.
2 ـ در شرايط ايجادكننده هيپرگليسمي‌مانند تغييرات هورموني در زنان تب پركاري غده فوق كليوي عفونت واسترسهاي رواني ممكن است نياز به‌انسولين افزايش يابد.
3 ـ پركاري تيروئيد، فعاليت بدن وكليرانس انسولين را زياد كرده و كنترل قندخون را مشكل مي‌كند.
4 ـ جراحي يا تروما ممكن است قند خون راافزايش و يا كاهش داده و تنظيم مقدارمصرف انسولين لازم باشد.
عوارض جانبي واكنش‌هاي موضعي وديستروفي بافت چربي در محل تزريق كاهش قند خون با مصرف مقادير بالا
و نيز افزايش وزن ديده شده است پروتامين موجود در فرآورده‌هاي‌انسولين ممكن است واكنش‌هاي آلرژيك‌ايجاد كند.

تداخل‌هاي دارويي بلوك كننده‌هاي‌بتاآدرنرژيك ممكن است سبب بالا رفتن‌قند خون يا كاهش قند خون شوند. بلوك‌كننده‌هاي اختصاصي بتا يك كمتر عوارض‌فوق را ايجاد مي‌كنند ولي مي‌توانند علائم‌كاهش قند خون را مخفي كنند. كورتيكواستروئيدها اثرات انسولين را خنثي‌مي‌كنند. بنابراين تنظيم مقدار مصرف دارولازم مي‌باشد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در دوران بارداري وشيردهي ممكن است نياز به انسولين تغييركند، بنابراين كنترل قند خون لازم
مي‌باشد.
2 ـ در كودكان قبل از سن بلوغ و افراد مسن‌به دليل حساسيت بيشتر به انسولين خطرپايين آمدن قند خون بيشتر است
3 ـ سرنگ مناسب براي تعيين مقدارمصرف دقيق انسولين بايد انتخاب شود،محل تزريق دقيق؟ مشخص شده و درتزريقات مكرر محل تزريق تغيير داده‌شود.
4 ـ با تغيير رژيم غذايي فعاليت بدني يابيماري نياز به انسولين تغيير مي‌كند.
مقدار مصرف مطابق با نياز بيمارزيرجلدي داخل عضلاني يا داخل وريدي‌تزريق مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection: Insulin Regular 100 IU/ml
(Injection: Insulin Isophane (NPH
IU/ml 100
Injection: Insulin Biphasic 100 IU/ml
Injection: Insulin Zinc 100 IU/ml

LEVONORGESTREL

موارد مصرف لوونورژسترل براي‌جلوگيري از بارداري مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو با جلوگيري از ترشح‌گونادوتروپين‌ها از هيپوفيز قدامي تخمك‌گذاري و بلوغ فوليكولي را مهار مي‌كند.لوونوژسترل همچنين با افزايش چسبندگي‌مخاط گردن رحم و ايجاد تغيير در آندومترمانع باروري و لانه گزيني مي‌گردد.
فارماكوكينتيك اين دارو از راه
خوراكي بخوبي جذب مي‌شود، در كبدمتابوليزه شده و از راه ادرار
دفع مي‌شود در شكل كاشتني آزاد شدن‌اوليه دارو از كپسولهاي كاشته شده درزيرجلد، به ميزان 80 ميكروگرم در
24 ساعت مي‌باشد كه ظرف 18 ـ 6 ماه به‌ميزان تقريبا ثابت 30 ميكروگرم در 24ساعت رسيده و تا 5 سال در همين حد باقي‌مي‌ماند.
موارد منع مصرف در صورت بارداري خونريزي تشخيص داده نشده واژن بيماري شديد شرياني آدنوماي كبدي پورفيري بعد از برداشتن مول هيداتي فرم تا زماني كه ميزان گونادوتروپين‌هاي‌پلاسما و ادرار به حد طبيعي برگردد)،سرطان پستان و دستگاه تناسلي نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت ابتلاي بيمار به‌بيماري قلبي سابقه بارداري نابجا،سندرم‌هاي سو جذب كيست‌هاي فعال‌تخمداني بيماري فعال كبدي يرقان‌انسدادي عود كننده و ياسابقه يرقان دردوران بارداري دارو با احتياط مصرف‌شود.
2 ـ دو تا 3 سال پس از كاشتن كپسول‌هاي‌حاوي دارو در زير جلد، اثربخشي آن‌كاهش و احتمال آبستني افزايش مي‌يابد.
عوارض جانبي عوارض مهم دارو عبارتنداز نامنظم شدن قاعدگي تهوع استفراغ سردرد، احساس ناراحتي در پستان افسردگي اختلالات پوستي تغييرات وزن‌بدن اوليگومنوره و منوراژي
تداخل‌هاي دارويي كاربامازپين گريزئوفولوين فني‌توئين فنوباربيتال پريميدون و بخصوص ريفامپين با افزايش‌فعاليت آنزيم‌هاي كبدي متابوليسم‌لوونورژسترل را افزايش مي‌دهند وموجب كاهش اثربخشي آن مي‌گردند.لوونورژسترل نيز با مهار متابوليسم‌سيكلوسپورين موجب افزايش غلظت‌پلاسمايي آن مي‌گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت مصرف‌همزمان اين دارو با ريفامپين حتما بايد ازيك روش ديگر جلوگيري از بارداري نيزاستفاده نمود.
2 ـ با اينكه اين فرآورده نسبت به‌قرص‌هاي تركيبي اثربخشي كمتري درجلوگيري از بارداري دارد، اما در زنان‌ميانسال افراد سيگاري افراد مبتلا

به‌زيادي فشار خون بيماري‌هاي دريچه‌اي‌قلب ديابت يا ميگرن سودمندتر ازقرص‌هاي تركيبي مي‌باشد.
3 ـ در صورت استفاده قبلي از قرص‌هاي‌تركيبي جلوگيري از بارداري بايدبلافاصله بعد از قطع مصرف فرآورده‌تركيبي مصرف لوونورژسترل شروع‌شود تا مانع بارداري شود.
4 ـ براي جلوگيري از بارداري پس اززايمان سه هفته پس از زايمان بايدمصرف اين دارو شروع شود.
5 ـ قرص‌ها بايد هر روز در يك زمان معين‌مصرف شوند. در صورتي كه مصرف يك‌قرص در ساعت معين فراموش شد، به‌محض به ياد آوردن بايد مصرف شود وقرص‌هاي بعدي طبق روال معمول مصرف‌شوند اما اگر مصرف قرص بيشتر از 3ساعت به تاخير افتاد، علاوه بر خوردن‌قرص‌هاي بعدي از آن روز بمدت يك هفته‌از يك روش ديگر جلوگيري از بارداري نيزاستفاده شود.
6 ـ استفراغ و اسهال شديد در جذب شكل‌خوراكي اين دارو اختلال ايجاد مي‌كنندواثربخشي آن را كاهش مي‌دهند. به همين‌دليل طي استفراغ و اسهال شديد و تا يك‌هفته پس از قطع آن بايد از يك روش ديگرجلوگيري از بارداري نيز استفاده شود.
7 ـ طي دوره مصرف اين دارو، فشار خون‌فرد بايد دائما كنترل شود.
8 ـ در مورد فرآورده‌هاي كاشتني 5 سال‌پس از كاشتن كپسولها در زير جلد، بايدآنها را به روش جراحي ساده از زير جلدبرداشت
مقدار مصرف روزانه يك قرص بطور مداوم‌و از روز اول سيكل قاعدگي مصرف‌مي‌شود. فرم كاشتني حاول 6 كپسول است‌كه در 5 روز اول سيكل قاعدگي ماهيانه يا 21روز پس از زايمان با روش‌هاي جراحي درزير جلد كاشته مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 0.03 mg
mg,Implants : 6 36

LEVOTHYROXINE SODIUM

موارد مصرف لووتيروكسين براي‌تشخيص و درمان كم‌كاري تيروئيد،پيشگيري و درمان گواتر و سرطان‌تيروئيد و نيز بررسي عملكرد تيروئيد بكارمي‌رود.
مكانيسم اثر: هورمونهاي تيروئيدي داراي‌دو اثر آنابوليك و كاتابوليك مي‌باشند و درمتابوليسم طبيعي رشد و تكامل خصوص? تكامل سيستم عصبي كودكان‌نقش دارند.
فارماكوكينتيك جذب دارو متغير و ناقص‌است (بين 50-70 درصد) خصوص? وقتي‌با غذا مصرف شود. زمان رسيدن به‌حداكثر اثر 3-4 هفته است و پس از قطع‌دارو اثر آن براي 1-3 هفته باقي مي‌ماند.نيمه عمر دارو بسته به وضعيت تيروئيدبيمار متفاوت است و در افراد با عملكردطبيعي تيروئيد حدود 6-7 روز، درمبتلايان به كم كاري تيروئيد 9-10 روز ودر پركاري تيروئيد 3-4 روز مي‌باشد.
موارد منع مصرف اين دارو درتيروتوكسيكوز، سابقه پركاري تيروئيد،حساسيت به هورمونهاي تيروئيدي وبيماريهاي قلبي ـ عروقي (آنژين صدري آترواسكلروزيس بيماري سرخرگ‌كرونر، زيادي فشار خون و انفاركتوس‌ميوكارد) نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت نارسايي هيپوفيزقدامي يا غده فوق كليوي قبل از شروع‌مصرف دارو (براي جلوگيري از نارسايي‌حاد غده فوق كليوي درمان باكورتيكواستروئيد بايد شروع شود.
2 ـ در افراد مسن بيماران قلبي ـ عروقي بيماران مبتلا به ديابت با احتياط تجويزمي‌شود.
3 ـ در بيماران ديابتي ممكن است به‌افزايش مقدار مصرف داروهاي ضد ديابت‌نياز باشد.
4 ـ در دوران بارداري ممكن است‌اندازه‌گيري تيروتروپين سرم براي تنظيم‌مقدار مصرف دارو لازم باشد.
5 ـ بيماران با ميكزدم يا كم‌كاري طولاني‌مدت تيروئيد ممكن است به اثرات‌هورمونهاي تيروئيدي حساس‌تر باشند.
عوارض جانبي عوارض معمولا با مصرف‌مقادير بالاي دارو ايجاد شده و به صورت‌درد آنژيني آريتمي قلبي طپش قلب كرامپ‌هاي عضلاني تاكي كاردي اسهال استفراغ لرزش بي‌قراري تحريك‌پذيري بي‌خوابي سردرد، گرگرفتگي تعريق كاهش وزن و ضعف عضلاني بروزمي‌نمايد.
تداخل‌هاي دارويي در صورت تجويزهمزمان با داروهاي ضد انعقاد، تنظيم‌مقدار مصرف آنها براساس زمان‌پروترومبين لازم است كلستيرامين

سبب‌تأخير و جلوگيري از جذب دارو مي‌شود،بنابراين بين تجويز دو دارو بايد 4-5ساعت فاصله باشد. مصرف همزمان باداروهاي مقلد سمپاتيك اثر دارو را زيادمي‌كند و در افراد مبتلا به بيماري‌سرخرگ‌كرونر كه داروي مقلد سمپاتيك‌دريافت مي‌كنند، خطر تشديد بيماري‌كرونر وجود دارد.
نكات قابل توصيه 1 ـ دارو به ميزان تجويزشده و در زمان معيني از روز مصرف‌شود.
2 ـ در موارد جراحي و اورژانس پزشك‌بايد از مصرف دارو مطلع گردد.
مقدار مصرف
بزرگسالان در ابتدا 50-50)100mcg/day ميكروگرم براي افراد بالاي 50 سال كه ترجيح? قبل از صبحانه مصرف‌مي‌شود و تا رسيدن به متابوليسم نرمال‌هر 3-4 هفته 50 ميكروگرم به آن اضافه‌مي‌شود (معمولا تا رسيدن به200mcg/day-100)، در صورت وجودبيماري قلبي ابتدا 25mcg/day يا 50ميكروگرم يك روز در ميان كه هر هفته 25ميكروگرم افزايش مي‌يابد.
كودكان براي درمان كم‌كاري تيروئيدمادرزادي 25mcg/day كه تا ظهور علائم‌خفيف سميت هر 2-4 هفته 25 ميكروگرم‌افزايش مي‌يابد، سپس براي رفع علائم‌مقدار مصرف را بايد كمي كاهش داد. درميكزدم جواني (كودكان بالاي يكسال مقدار مصرف اوليه 5mcg/day-2/5مي‌باشد.
اشكال دارويي
Tablet: 0.1 mg

LIOTHYRONINE SODIUM

موارد مصرف ليوتيرونين براي تشخيص ودرمان كم‌كاري تيروئيد، پيشگيري ودرمان گواتر و سرطان تيروئيد و همچنين‌بررسي عملكرد تيروئيد بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: هورمونهاي تيروئيدي داراي‌دو اثر آنابوليك و كاتابوليك مي‌باشند و درمتابوليسم طبيعي رشد و تكامل خصوص? تكامل سيستم عصبي كودكان‌نقش دارند.
فارماكوكينتيك تقريب? 95 درصد دارو ازراه خوراكي جذب مي‌شود. اتصال‌پروتئيني دارو بالا (بيش از 99 درصد)مي‌باشد و مقادير كمي از آن در كبدمتابوليزه و در صفرا ترشح مي‌شود. زمان‌رسيدن به حداكثر اثرات درماني 48-72ساعت است و پس از قطع دارو، اثر آن تا72 ساعت باقي مي‌ماند.
موارد منع مصرف اين دارو درتيروتوكسيكوز، سابقه پركاري تيروئيد،حساسيت به هورمونهاي تيروئيدي وبيماريهاي قلبي ـ عروقي (آنژين صدري آترواسكلروز، بيماري سرخرگ كرونر،زيادي فشار خون و انفاركتوس ميوكارد)نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در افراد مسن بيماران قلبي ـعروقي بيماران مبتلا به ديابت با احتياطتجويز شود.
2 ـ در بيماران ديابتي ممكن است نياز به‌افزايش مقدار مصرف داروهاي ضد ديابت‌باشد.
3 ـ در دوران بارداري ممكن است‌اندازه‌گيري تيروتروپين سرم براي تنظيم‌مقدار مصرف دارو لازم باشد.
4 ـ بيماران با ميكزدم يا مبتلايان به‌كم‌كاري طولاني مدت تيروئيد ممكن است‌به اثرات هورمونهاي تيروئيدي حساس‌ترباشند.
عوارض جانبي درد آنژيني آريتمي قلبي طپش قلب كرامپ‌هاي عضلاني تاكي‌كاردي اسهال استفراغ لرزش بي‌قراري تحريك‌پذيري بي‌خوابي سردرد،گرگرفتگي تعريق كاهش وزن و ضعف‌عضلاني از عوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي در صورت مصرف‌همزمان با داروهاي ضد انعقاد خوراكي تنظيم مقدار مصرف آنها براساس زمان‌پروترومبين لازم است كلستيرامين سبب‌تأخير و جلوگيري از جذب دارو مي‌شود،بنابراين بين تجويز دو دارو بايد 4-5 ساعت‌فاصله باشد. مصرف همزمان با داروهاي‌مقلد سمپاتيك اثر دارو را زياد مي‌كند.
نكات قابل توصيه 1 ـ دارو به ميزان تجويزشده و در زمان معيني از روز

مصرف‌شود.
2 ـ هنگامي كه اثر سريع يا قابل برگشت‌موردنظر باشد و نيز اگر جذب گوارشي ياتبديل محيطي T4 به T3 دچار اختلال شده‌باشد، اين دارو بر لووتيروكسين ترجيح‌داده مي‌شود. تنظيم مقدار مصرف اين‌دارو مشكل‌تر است و ممكن است عوارض‌قلبي ايجاد كند.
3 ـ اگر علائم پركاري تيروئيد رخ دهد، بايددارو به مدت 2-3 روز قطع شود و سپس‌مقدار كمتري از دارو شروع گردد.
مقدار مصرف ابتدا 20 mcg/day كه به‌تدريج تا 60 mcg/day در 2-3 مقدار منقسم‌افزايش مي‌يابد. افراد مسن بايد مقدار اوليه‌را به ميزان كمتري دريافت كنند و بتدريج‌افزايش داده شود.
اشكال دارويي
Scored tab: 25 mcg

MEDROXYPROGESTERONE ACETATE

موارد مصرف مدروكسي پروژسترون دردر درمان سرطان پستان در دوران‌يائسگي هيپرپلازي آندومتر و نيز سندرم‌پلي‌كيستيك تخمدان مصرف مي‌شود. دردرمان كارسينوماي متاستاتيك كليوي كار سينوماي آندومتر و آندومتريوزكنترل آمنوره ثانويه خونريزيهاي نامنظم‌رحم به عنوان جانشين درماني هورموني‌در زنان يائسه و نيز ارزيابي ميزان توليدآندروژن و استروژن بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو داراي خواص‌پروژستيني آندروژني و گلوكوكورتيكوئيدي است
فارماكوكينتيك نيمه عمر دارو حدود16-24 ساعت مي‌باشد. متابوليسم داروعمدت? كبدي است و قسمت اعظم آن از راه‌مدفوع دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در صورت‌وجود آبستني خونريزي واژن اختلال‌كبدي و يا بيماريهاي فعال كبد، بيماري حادشرياني سرطان پستان و يا دستگاه‌تناسلي و نيز پورفيري نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ به دنبال قطع مصرف‌مدروكسي پروژسترون تزريقي بويژه درزنان چاق تاخير عملكرد جسم زرد ديده‌مي‌شود.
2 ـ در بيماران ديابتي مبتلايان به زيادي‌فشار خون و يا بيماريهاي قلبي و كليوي‌دارو با احتياط تجويز شود.
3 ـ در صورت كاهش بينايي اگزوفتالمي دوبيني ميگرن و اختلال ترومبوتيك‌مصرف تمام پروژستين‌ها بايد قطع شود.
4 ـ در زناني كه از اين دارو براي جلوگيري‌از بارداري استفاده نموده‌اند بطورمتوسط تا 10 ماه پس از قطع مصرف امكان باروري وجود ندارد.
5 - زنان زير 35 سال كه از دارو براي‌جلوگيري از بارداري استفاده مي‌كنند، طي4 سال اول مصرف با افزايش خطرسرطان پستان مواجه هستند.
عوارض جانبي با مصرف مقادير بالاي‌دارو، تورم صورت زانو و پاها ديده‌مي‌شود. از ديگر عوارض دارو مي‌توان ازآكنه كهير، احتباس آب تغيير وزن اختلالات دستگاه گوارش تغيير ميل جنسي ناراحتي پستان‌ها، علائم پيش از قاعدگي خونريزي نامنظم قاعدگي افسردگي بي‌خوابي طاسي و ريزش مو، پرموئي وواكنش شبه آنافيلاكتوئيد را نام برد.
نكات قابل توصيه در صورت مشكوك شدن‌به آبستني مصرف دارو فور? قطع شود.
مقدار مصرف
خوراكي

در كنترل آمنوره ثانويه 10mg/day-5 به‌مدت 5-10 روز تجويز مي‌شود كه در هرزماني از سيكل مي‌تواند مصرف شود. درخونريزي غيرفونكسيونل رحم mg/day5-10 به مدت 5-10 روز تجويز مي‌شودكه از روز 16 و يا 21 سيكل قاعدگي بايدآغاز شود. براي تحريك بروز قاعدگي10 mg/day به مدت 10 روز مصرف‌مي‌شود كه از روز 16 سيكل آغاز مي‌شود.در كارسينوم آندومتر و كليه در ابتداء400-1000 ميلي‌گرم هفته‌اي يكبار تجويزمي‌شود و مقدار نگهدارنده آن 400ميلي‌گرم يا بيشتر يكبار در ماه مي‌باشد.

در سرطان پستان خانم‌هاي يائسه400 mg/day و در مقادير منقسم مصرف‌مي‌شود. در آندومتريوز، 40-10 mg/dayبه مدت 6-9 ماه مصرف مي‌شود.

به منظور ارزيابي ترشح استروژن‌آندوژن به ميزان 10 mg/day به مدت5-10 روز مصرف مي‌شود. در درمان‌هيپرپلازي آندومتر، mg/day 10 و به مدت3-6 ماه مصرف مي‌شود. به منظورجانشين درماني هورموني در خانم‌هاي‌يائسه 10mg/day-5 به مدت 10-14 روزدر اول سيكل قاعدگي همراه با تجويز توأم‌استروژن تجويز مي‌شود.

تزريقي

به منظور جلوگيري از بارداري مقدار150 ميلي‌گرم هر سه ماه يكبار تزريق‌عضلاني مي‌شود.

اشكال دارويي

Tablet: 5mg, 250 mg

Injection: 150 mg/ml, 500 mg/5ml

MEGESTROL ACETATE

موارد مصرف مژسترول در درمان‌سرطان پستان و آندومتر، بي‌اشتهايي كاشكسي و كاهش شديد وزن و نيزسرطان پيشرفته پروستات مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو به گيرنده‌هاي خوددر داخل سلولهاي سرطاني متصل وموجب تحريك ساخته شدن پروتئين‌هاي‌خاص در هسته سلول مي‌شود. همچنين باافزايش اشتها و اثرات متابوليك خودموجب افزايش وزن مي‌گردد.
فارماكوكينتيك اين دارو از راه خوراكي‌بخوبي جذب مي‌شود. مژسترول در كبدمتابوليزه و از طريق ادرار دفع مي‌گردد.
موارد منع مصرف در مواردي مثل‌خونريزي تشخيص داده نشده واژن نارسايي كبدي يا بيماري فعال كبدي بيماري شديد شرياني پورفيري سرطان‌پستان يا اعضاي تناسلي نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: در مبتلايان به زيادي فشار خون‌و بيماري قلبي يا كليوي بايد با احتياط‌مصرف شود.
عوارض جانبي آكنه كهير، احتباس‌مايعات تغيير وزن اختلال گوارشي تغييردر ميل جنسي احساس ناراحتي درپستان علائم شبيه سندرم پيش ازقاعدگي سيكل قاعدگي نامنظم افسردگي بي‌خوابي خواب‌آلودگي طاسي پرمويي واكنش‌هاي شبه‌آنافيلاكسي از عوارض‌مهم اين دارو مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي ريفامپين موجب‌افزايش متابوليسم كبدي مژسترول‌مي‌شود. اين دارو متابوليسم‌سيكلوسپورين را مهار مي‌كند و موجب‌افزايش غلظت پلاسمايي آن مي‌شود.داروهايي مانند كاربامازپين فنوباربيتال‌و فني‌توئين نيز با افزايش سرعت‌متابوليسم كبدي مژسترول غلظت‌پلاسمايي و در نتيجه اثربخشي آن راكاهش مي‌دهند.
نكات قابل توصيه در صورت مشكوك‌بودن به آبستني مصرف دارو بايد قطع وبه پزشك مراجعه شود.
مقدار مصرف در سرطان پستان
160mg/day به‌صورت مقدار واحد يا درمقادير منقسم در سرطان آندومتر40-320mg/day در مقادير منقسم درسرطان پيشرفته پروستات 120mg/dayبه همراه روزانه 0/1 ميلي‌گرم‌دي‌اتيل‌استيل بسترول و در بي‌اشتهايي وكاهش شديد وزن 800 mg/day در ماه اول‌و سپس 800-400 mg/day بمدت سه ماه مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 40 mg

(MENOTROPINS (HMG

موارد مصرف منوتروپين‌ها همراه با HCGبه منظور تحريك تخمك‌گذاري و باروري‌در آن دسته از بيماران مبتلا به اختلال‌عملكرد تخمداني كه دچار نارسائي اوليه‌تخمدان نباشند، استفاده مي‌شود. بطوركلي منوتروپين‌ها در بيماران مبتلا به‌كم‌كاري غدد جنسي ناشي از هيپوتالاموس‌كه به كلوميفن پاسخ نداده‌اند، داروي‌انتخابي براي القاء تخمك‌گذاري مي‌باشند.مصرف همزمان منوتروپين و HCGبه‌منظور تحريك و تسريع تكامل سلولهاي‌تخمك در تكنيك‌هاي باروري خارج از بدن (IVF بكار برده مي‌شود. اين تركيب‌دارويي همچنين به منظور تحريك‌اسپرماتوژنز در مردان مبتلا به كم‌كاري‌بيضه‌ها ناشي از كمبود گنادوتروپين اوليه‌يا ثانويه استفاده مي‌شود.
مكانيسم اثر: منوتروپين‌ها حاوي LH وFSH مي‌باشند. تركيب ايندو هورمون‌موجب تحريك رشد فوليكول و بلوغ آن‌مي‌گردد. تجويز متوتروپين‌ها، بدنبال‌تجويز HCG و افزايش‌غلظت‌تستوسترون موجب القاء اسپرماتوژنز مي‌گردد.
فارماكوكينتيك اين دارو از طريق كليه دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت وجودخونريزي غير طبيعي واژن با علت‌نامشخص و همچنين در كيست تخمدان يابزرگي بيش از حد تخمدان‌ها كه مربوط به‌سندرم تخمدان پلي كيستيك نمي‌باشد،نبايد از منوتروپين‌ها استفاده شود.
هشدارها: 1 ـ استفاده از منوتروپين‌ها براي‌القاء تخمك‌گذاري در زنان نابارور، همراه‌با شيوع بالاي حاملگي چندقلو يا چندقلوزائي مي‌باشد. اين امر مي‌تواند خطرتولد نوزدان نارس و ساير مشكلات همراه‌با حاملگي چندقلو را افزايش دهد.
2 ـ رژيم دارويي بسته به پاسخ هر بيمارمتغير بوده و چنانچه تخمدانها بطورغيرطبيعي بزرگ شده يا غلظت استرادیول‌سرم در روز آخر درمان با منوتروپين‌ها،بيش از حد افزايش يافته باشد، نبايد HCGرا تجويز نمود.
عوارض جانبي از عوارض شايع مصرف‌دارو در خانمها مي‌توان به بزرگ شدن‌تخمدانها يا كيست تخمداني خفيف تامتوسط، درد، تورم و تحريك در ناحيه‌تزريق بروز بثورات جلدي در سطح بدن يادر محل تزريق و نيز چند قلوزائي اشاره‌نمود.
نكات قابل توصيه 1 ـ دارو بايد به ميزان‌مناسب تجويز گردد و در حين درمان بيمار كاملا تحت‌نظر و كنترل پزشك قرارگيرد.
2 ـ وجود مشكلاتي همچون خونريزي‌هاي‌غير طبيعي واژن و نيز كيست يا بزرگي‌تخمدان‌ها موجب تغيير پاسخ بيمار به‌درمان دارويي مي‌شود.

3 ـ طي درمان درجه حرارت روزانه بدن ونيز زمان مقاربت بايد دقيق? ثبت گردد.
مقدار مصرف ميزان داروي تجويزي بايستي بطور انفرادي و براساس نياز هربيمار، بر مبناي پاسخ باليني وي تنظيم‌گردد. در صورت عدم وقوع تخمك‌گذاري‌پس از يك دوره درمان رژيم درماني رامي‌توان مجدد? تكرار نمود. در صورتيكه‌پس از 2 دوره درمان باز هم تخمك‌گذاري‌رخ ندهد، بايد حتي‌المقدور از شيوه‌هاي‌ديگر درمان استفاده گردد.
به منظور القاء تخمك‌گذاري 75 واحد LHو75 واحد FSH، يكبار در روز و به مدت 7روز يا بيشتر به شكل تزريق عضلاني‌تجويز مي‌شود كه بدنبال آن 5000تا10/000 واحد HCG يك روز پس ازآخرين مقدار مصرف منوتروپين‌ها،تجويز مي‌شود. در صورت نياز، مي‌توان‌مقدار مصرف دارو را به 75-150 واحدFSH و 75-150 واحد LH هر 4 ساعت‌يكبار و به مدت 5 روز افزايش داد.
در درمان ناباروري مردان و كم‌كاري‌بيضه‌ها ناشي از كمبود گنادوتروپين‌ها 75واحد FSH و 75 واحد LH بطريق تزريق‌داخل عضلاني 3 بار در هفته (به اضافه2000 واحد HCG دو بار در هفته و به‌مدت حداقل 4 ماه تجويز مي‌شود. درصورتيكه اسپرماتوژنز، پس از چهار ماه‌افزايش نيافته باشد، ميزان تجويز را بايد به‌ميزان 150 واحد FSH و 150 واحد LH، سه‌بار در هفته (بدون ايجاد تغيير در ميزانHCG)، افزايش داد.
اشكال دارويي
Injection: 75 IU FSH + 75 IU LH

موارد مصرف مت‌فورمين در درمان ديابت‌غيروابسته به انسولين بكار مي‌رود. اين‌دارو بويژه براي درمان بيماران ديابتي‌غيروابسته به انسولين كه به رژيم غذايي‌پاسخ نداده‌اند و همچنين در بيماراني كه‌اضافه وزن دارند، به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: مت‌فورمين از طريق كاهش‌گلوكونئوژنز و افزايش مصرف محيطي‌گلوگز اثر مي‌كند. از آنجا كه تنها در حضورانسولين آندوژن موثر مي‌باشد تنها درافرادي موثر است كه بخشي از سلول‌هاي‌پانكراس آنها سالم باشد. تصور مي‌شودكه مت‌فورمين تعداد و يا قدرت اتصال‌انسولين به گيرنده‌هاي غشاء سلول بويژه‌گيرنده‌هاي محيطي را افزايش مي‌دهد.
فارماكوكينتيك فراهمي زيستي دارو 50-60درصد است ولي غذا، سرعت و ميزان جذب‌دارو را كاهش مي‌دهد. نيمه عمر دارو 6/2ساعت است و بطور عمده به‌صورت تغييرنيافته از كليه‌ها دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف دارو در مواردي مانندبيماريهاي كبدي و كليوي بيماريهاي قلبي استعداد ابتلا به اسيدوز لاكتيك عفونت‌شديد، سوختگي شديد، جراحي تروما،دهيدراتاسيون اغماي ديابتي وكتواسيدوز ديابتي نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در افراد مسن به دليل احتمال‌وجود بيماريهاي عروق محيطي و يااختلال عملكرد كليوي دارو بايد با احتياط‌مصرف شود.
2 ـ در شرايطي مانند اسهال استفراغ فلج‌معده انسداد روده و ديگر شرايطي كه‌جذب غذا را به تأخير مي‌اندازد، ممكن است‌تغيير مقدار مصرف دارو لازم بوده و يا‌انسولين جايگزين آن شود.
3 ـ در پركاري يا كم‌كاري تيروئيد تنظيم‌مقدار مصرف دارو لازم است
عوارض جانبي مهمترين عوارض جانبي‌ناشي از مت‌فورمين بي‌اشتهايي تهوع استفراغ اسهال (معمولا زودگذر)،اسيدوزلاكتيك (قطع درمان لازم مي‌باشد) و كاهش‌جذب ويتامين B12 مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي سايمتيدين آميلورايد،بلوك كننده‌هاي كانال كلسيم ديگوكسين مرفين پروكائين آميد، كينين رانيتيدين تريامترن تري‌متوپريم و وانكومايسين كه‌توسط انتقال توبولار كليوي دفع مي‌شوند،غلظت پلاسمايي مت‌فورمين را افزايش‌داده و با كليرانس كليوي آن تداخل مي‌كنند.
نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف مت‌فورمين‌بايد به مدت 2 روز قبل از جراحي يااستفاده از مواد حاجب براي آزمايشات‌پزشكي قطع شود.
2 ـ در صورت بروز علائم اسيدوز لاكتيك اسهال درد و كرامپهاي عضلاني تنفس‌كوتاه و سريع خستگي ضعف وخواب‌آلودگي و يا استفراغ سريع? به‌پزشك مراجعه شود.

مقدار مصرف دارو به ميزان 500 ميلي‌گرم‌هر 8 ساعت يا 850 ميلي‌گرم هر 12 ساعت‌همراه يا بعد از غذا مصرف مي‌شود.حداكثر مقدار مصرف g/day 2-3 درمقادير منقسم مي‌باشد.

اشكال دارويي

Tablet: 500 mg

METHIMAZOLE

موارد مصرف متي‌مازول در درمان‌پركاري تيروئيد مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو از طريق ممانعت ازاتصال يد به تيروزين و جفت شدن‌يدوتيروزين‌ها باعث مهار ساخت هورمون‌تيروئيد مي‌شود.
فارماكوكينتيك جذب خوراكي متي‌مازول‌سريع است ولي تحت تأثير غذا قرارمي‌گيرد. نيمه عمر متي‌مازول حدود 4-14ساعت است شروع اثر چند روز يا چندهفته بعد از شروع مصرف دارو است دفع‌متي‌مازول عمدت? كليوي است
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود ضعف مغزاستخوان عيب كار كبد يا عفونت بايد بااحتياط مصرف شود.
2 ـ امكان بروز حساسيت متقاطع بين‌داروهاي ضد تيروئيد وجود دارد.
3 ـ دوره درمان با دارو معمولا (شش ماه‌تا چند سال است
4 ـ در صورت بروز علائم آگرانولوسيتوز(گلودرد، تب يا بثورات جلدي بايد سريع?به پزشك مراجعه شود.
عوارض جانبي آگرانولوستيوز (تب لرز،گلودرد) زردي چشم و پوست (يرقان‌انسدادي از عوارض جانبي مهم داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌داروهاي ضد انعقاد خوراكي با متي‌مازول‌ممكن است باعث افزايش اثرات ضدانعقادي اين داروها شود.
مصرف همزمان‌داروهاي مضعف مغز استخوان بامتي‌مازول ممكن است باعث تشديدعوارض جانبي دارو شود.
نكات قابل توصيه دارو بايد هر روز درساعت مشخص مصرف شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان در پركاري‌تيروئيد (با توجه‌به شدت آن 15-60 mg/day به عنوان‌مقدار شروع در 3 مقدار منقسم به مدت6-8 هفته مصرف مي‌شود.
مقدار مصرف‌نگهدارنده 5-30mg/day در 2-3 مقدارمنقسم است در بحران تيروئيد سمي15-20 ميلي‌گرم هر 4 ساعت در روز اول‌همراه با ساير اقدامات مصرف مي‌شود.
كودكان در پركاري تيروئيد مقدار شروع0/4 mg/kg/day در سه مقدار منقسم ومقدار مصرف نگهدارنده 0/2 mg/kg/dayدر 3 مقدار منقسم است
اشكال دارويي
Tablet: 5 mg

METHYL PREDNISOLONE

موارد مصرف متيل پردنيزولون براي‌درمان جايگزيني در نارسايي غده فوق‌كليوي استفاده مي‌شود. اين دارو همچنين‌در درمان علامتي اختلالات آلرژيك التهابي‌و در جهت سركوب كردن سيستم ايمني‌استفاده مي‌شود. متيل پردنيزولون درهايپرپلازي مادرزادي غده فوق كليه ادم‌مغزي و بيماريهاي التهابي روماتيسمي نيزمؤثر است
مكانيسم اثر: اين دارو با عبور از
غشاء سلولي به گيرنده‌هاي خود درسيتوپلاسم متصل شده و كمپلكس داروگيرنده وارد هسته سلولي مي‌شود. اين‌كمپلكس با اتصال به نواحي خاصي ازDNA موجب تحريك روند رونويسيmRNA و بدنبال آن ساخت آنزيم‌هايي‌مي‌گردد كه در نهايت مسئول اثرات‌سيستميك كورتيكواستروئيدها مي‌باشند.كورتيكو استروئيدها با جلوگيري از تجمع‌سلولهاي التهابي در ناحيه التهاب مهارفاگوسيتوز و آزاد شدن آنزيم‌هاي مسئول‌در التهاب و مهار ساخت و آزاد شدن‌واسطه‌هاي شيميايي التهاب اثرات ضدالتهابي خود را اعمال مي‌كنند.
فارماكوكينتيك فراهمي زيستي دارو حدود90 ـ 80 درصد بوده و نيمه عمر آن 2-3ساعت مي‌باشد. متيل‌پردنيزولون بطورعمده در كبد و مقاديري نيز در كليه و بافتهابه متابوليت‌هاي غيرفعال تبديل مي‌شود.
موارد منع مصرف 1 ـ به صورت تزريق‌داخل مفصلي در موارد جراحي ترميمي‌مفاصل اختلالات انعقادي خون شكستگي‌داخل مفصلي عفونت اطراف مفصل ياسابقه ابتلا به آن پوكي استخوان اطراف‌مفصل به دلايلي غير از آرتريت و مفصل‌ناپايدار نبايد مصرف شود.
2 ـ در پيشگيري از سندرم زجر تنفسي‌نوزادان در صورت وجود آمنيونيت عفونت سيستميك يا تب عفونت با هرپس عدم كفايت جفت و پارگي زودرس غشاءنيز نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ استفاده طولاني مدت متيل‌پردنيزولون در كودكان مي‌تواند منجر به‌مهار رشد شود.
2 ـ بدنبال مصرف اين دارو ممكن است‌آزمايشات بررسي عملكرد محورهيپوتالاموس ـ هيپوفيز ـ غده فوق كليوي‌دچار اختلال شود.
3 ـ در افراد مسن و بخصوص خانم‌هاي‌يائسه شانس ايجاد پوكي استخوان وافزايش فشار خون بالا مي‌رود.
4 ـ تجويز سريع داخل وريدي مقاديربالاي اين دارو، ممكن است موجب كولاپس‌قلبي ـ عروقي گردد.
5 ـ تجويز مقاديري از دارو كه موجب‌تضعيف سيستم ايمني مي‌گردد،

مي‌تواندموجب كاهش پاسخ آنتي بادي سرم درهنگام تجويز همزمان واكسن‌هاي حاوي‌ويروس زنده گردد.
عوارض جانبي درمان درازمدت با متيل‌پردنيزولون بيمار را از جهت ابتلا به‌بيماري‌هاي عفوني مستعد مي‌كند و ازطرفي علايم عفونت را نيز پنهان مي‌سازد.مصرف مقادير زياد اين دارو مي‌تواندباختلالات رواني را تشديد كند. آب مرواريد،تكرر ادرار، پرنوشي قرحه گوارشي علايم شبه كوشينگ آكنه و افزايش‌فشارخون از عوارض جانبي دارو به شمارمي‌آيند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با ريفامپين داروهاي ضد صرع ماننداكاربامازپين فنوباربيتال فني‌توئين وپريميدون موجب تسريع متابوليسم‌متيل‌پردنيزولون و كاهش اثر دارومي‌گردد. اين دارو ممكن است باعث كاهش‌اثر داروهاي پائين‌آورنده قند خون و يادا‌روهاي كاهنده فشار خون گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ از قطع ناگهاني‌مصرف دارو بعد از استفاده طولاني (بيش‌از 3 هفته پرهيز شود.
2 ـ در طول درمان مصرف سديم بايستي‌محدود شده و مصرف مكمل‌هاي حاوي‌پتاسيم توصيه مي‌شود.
3 ـ معاينات چشم‌پزشكي در طول درمان‌درازمدت بطور مرتب بايد انجام گيرد.
مقدار مصرف
بزرگسالان متيل‌پردنيزولون استات‌به‌صورت داخل صفاقي ـ داخل مفصلي ياتزريق در بافت نرم به ميزان 80 ـ 40ميلي‌گرم استفاده مي‌شود. در صورت نيازاين مقدار در فواصل 1-5 هفته تكرار شود.مقدار مصرف شكل سوكسينات 10-40ميلي‌گرم بصورت داخل عضلاني يا وريدي‌است كه در صورت نياز تكرار مي‌شود.مقدار شكل استات در تزريق عضلاني40-120 ميلي‌گرم است كه در صورت نيازهر روز تا 2 هفته قابل تكرار است
در موارد شديد مولتيپل اسكلروز مقدار،176 mg/day به مدت يك هفته از شكل‌استات و يا 160 mg/day از شكل‌سوكسينات مصرف مي‌شود و سپس 71ميلي‌گرم از استات و يا 64 ميلي‌گرم ازسوكسينات يك روز در ميان به مدت يك‌ماه تزريق مي‌شود.
كودكان در نارسائي غده فوق كليه0/2mg/kg/day يا 3/3 mg/m2/day در 3مقدار منقسم 59-39 mcg/kg روزي يكبارتجويز مي‌شود.
اشكال دارويي
For Injection (As Sodium Succiuate):500mg
Injection (As Acetate): 40 mg/ml

METHYLTESTOSTERONE

موارد مصرف متيل تستوسترون بعنوان‌جانشين درماني در مردان در موارد كمبوديا فقدان آندروژن‌ها، ناتواني جنسي تاخيردر بلوغ پسران نهان بيضگي درمان كمكي‌و ثانويه سرطان پستان در زنان و درمان‌جانشيني در سندرم كليماكتريك مردان‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو پس از ورود به داخل‌سلول به گيرنده‌هاي خود متصل و موجب‌تحريك ساخته شدن پروتئين‌هاي خاصي‌در هسته سلول مي‌گردد بدين ترتيب‌موجب تحريك ساخته شدن اسپرم توسعه خصوصيات ثانويه جنسي مردانه‌و بلوغ جنسي مي‌گردد.
فارماكوكينتيك اين دارو از راه خوراكي‌بخوبي جذب مي‌شود. متابوليسم دارو دركبد بسيار آهسته صورت مي‌گيرد. متيل‌تستوسترون داراي نيمه عمر حدود 3ساعت است و از طريق ادرار دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در صورت‌وجود سرطان پستان در مردان سرطان‌پروستات افزايش كلسيم خون و نفروزكليوي نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود نارسايي‌قلبي كليوي يا كبدي بيماري ايسكميك‌قلب زيادي فشار خون صرع ميگرن متاستازهاي استخواني (به دليل خطرافزايش كلسيم خون و نيز درسالخوردگان يا قبل از بلوغ در پسران بااحتياط مصرف شود.
2 ـ به علت احتمال بسته شدن زودرس‌اپي‌فيز يا بلوغ جنسي زودرس اين دارو دركودكان نابالغ با احتياط تجويز گردد.
3 ـ مصرف اين دارو در مردان سالخورده‌ممكن است خطر برزگ شدن بافت ياسرطان پروستات را افزايش دهد.
عوارض جانبي مهم‌ترين عوارض داروعبارتند از: احتباس سديم به همراه ادم افزايش كلسيم خون افزايش رشد توده‌استخواني نعوظ مداوم بسته شدن‌زودرس اپي‌فيز، بلوغ زودس در پسرها،مهار ساخته شدن اسپرم در مردان بروزخواص جنسي مردان در زنان اختلال‌قاعدگي يرقان و ادم
تداخل‌هاي دارويي اين دارو با كاهش‌غلظت فاكتورهاي انعقادي اثر ضدانعقادي وارفارين را افزايش مي‌دهد.همچنين ممكن است با كاهش غلظت قندخون اثر داروهاي پايين آورنده قند خون‌را افزايش دهد. در صورت مصرف‌همزمان متيل تستوسترون غلظت‌پلاسمايي سيكلوسپورين را افزايش داده وخطر سميت كليوي آن را زياد مي‌كند.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي به حداقل‌رساندن دل آشوبه اين دارو بهتر است‌همراه با غذا مصرف شود.
2 ـ در صورت بروز علائم مردانه در زنان‌مقدار مصرف دارو را بايد كاهش

داد يامصرف دارو را قطع كرد.
مقدار مصرف براي جانشين درماني‌هورموني در مردان در مواردي مثل‌ناتواني جنسي سندرم كليماكتريك وهيپوگناديسم 50 mg/day ـ 10 و در نهان‌بيضگي 10 ميلي‌گرم 3 بار در روز،مصرف مي‌شود. در سرطان پستان درزنان 50 ميلي‌گرم 4ـ1 بار در روز مصرف‌مي‌شود، كه بعد از 4 ـ 2 هفته در صورت‌بروز پاسخ مقدار دارو به 50 ميلي‌گرم 2بار در روز كاهش مي‌يابد. در بلوغ به‌تاخير افتاده در پسران 25 ـ 5 ميلي‌گرم درروز بمدت 6 ـ 4 ماه تجويز مي‌گردد.
اشكال دارويي
Tablet : 25 mg

موارد مصرف ناندرولون براي درمان‌استئوپروز دوران يائسگي و نيز آنمي‌آپلاستيك درمان روندهاي كاتابوليك وسرطان پستان بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: دارو با افزايش ساخت‌پروتئين و تحريك اشتها، افزايش توليداريتروپوئيتين و احتمالا اثر مستقيم بر مغزاستخوان افزايش ميزان هموگلوبين وگلبولهاي قرمز خون اثرات فارماكولوژيك‌خود را اعمال مي‌نمايد.
فارماكوكينتيك دفع دارو كليوي بوده ومقدار كمي نيز از طريق مدفوع دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در مواردي‌چون عيب شديد كار كبد، سرطان‌پروستات سرطان پستان در مردان پورفيري نفروز، افزايش كلسيم خون سرطان پستان منتشر در زنان همراه باازدياد كلسيم خون نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در بيماريهاي قلبي و كليوي بيماريهاي كبدي زيادي فشار خون ديابت صرع ميگرن متاستاز استخواني‌دارو با احتياط تجويز شود.
2 ـ در كودكان و نوجوانان خطر انسدادزودرس اپي‌فيز وجود داشته و احتمال‌بلوغ زودرس مردان و بروز صفات
ثانويه مردان در زنان نيز وجود دارد.
3 ـ مصرف استروئيدهاي آنابوليك درمردان مسن با خطر بزرگ شدن و سرطان‌پروستات همراه است
عوارض جانبي عوارض دارو عبارتند ازآكنه احتباس سديم به همراه خيز، بروزصفات ثانويه جنسي مردانه مانند تغييرات‌صدا (گاهي غيرقابل برگشت ، فقدان‌قاعدگي مهار اسپرماتوژنز، انسداد اپي‌فيزقبل از بلوغ تستهاي غيرطبيعي عملكردي‌كبدي تومورهاي كبدي گهگاه بدنبال‌درمان طولاني مدت با استروئيدهاي‌آنابوليك بروز مي‌كنند.
تداخل‌هاي دارويي تجويز همزمان‌آدرنوكورتيكوئيدها، كورتيكوتروپين غذاها و داروهاي حاوي سديم باناندرولون موجب تشديد عوارض جانبي‌دارو مي‌شود: ضد التهاب‌هاي غيراستروئيدي ساليسيلات‌ها و داروهاي‌ضد انعقاد اثراتشان تقويت مي‌شود.داروهاي ضد ديابت موجب كاهش اثرات‌دارو شده و داروهاي هپاتوتوكسيك‌عوارض كبدي دارو را افزايش مي‌دهند.سوماتروپين نيز اثرات دارو بر بلوغ‌زودرس را تشديد مي‌نمايد.
نكات قابل توصيه 1 ـ نئوپلاسم كبدي درمصرف طولاني مدت و با مقادير بالاي‌دارو گزارش شده است
2 ـ براي افزايش اثر درماني دارو بايد ازرژيم غذائي غني از پروتئين و

كالري‌استفاده نمود.
مقدار مصرف
بزرگسالان دارو به ميزان 50 ميلي‌گرم هرسه هفته از طريق تزريق عميق داخل‌عضلاني تجويز مي‌گردد.
اشكال دارويي
Injection (As Decanoate): 25 mg/ml
Injection (As Propionate): 25 mg/ml

OXYMETHOLONE

موارد مصرف اكسي متولون يك استروئيدآنابوليك است كه مانند سايراستروئيدهاي انابوليك در درمان كم خوني‌ناشي از ضعف شديد مغز استخوان وپيشگيري از عواقب آنژيوادم ارثي و يادرمان تاخير در رشد، مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: استروئيدهاي انابوليك بادخالت در متابوليسم پروتئين‌ها و تحريك‌اشتها باعث تغيير ذخيره پروتئين‌مي‌شوند. همچنين با افزايش توليداريتروپوئيتين و افزايش ميزان گلبول‌هاي‌قرمز و هموگلوبين باعث بهبود كم خوني‌مي‌شوند.
موارد منع مصرف در صورت ابتلاء به‌سرطان پستان عيب شديد كار كبد،افزايش شديد كلسيم خون و سرطان‌پروستات نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود ناراحتي‌قلبي يا سابقه انفاركتوس ميوكارد بايد بااحتياط مصرف شود.
2 ـ اين دارو ممكن است باعث كاهش قندخون در افراد ديابتي شود.
عوارض جانبي آكنه يا روغني شدن پوست بزرگ شدن كليتوريس در زنان يا آلت‌تناسلي مردانه خشن شدن صدا در زنان اختلالات قاعدگي و رشد غير طبيعي مو،افزايش نعوظ در مردان تحريك پذيري‌مثانه حساس شدن پستان‌ها وژينكوماستي از عوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اكسي‌متولون با داروهاي ضد انعقاد ممكن است‌باعث افزايش اثرات اين داروها شود.مصرف همزمان با ساير داروهاي سمي‌براي كبد ممكن است باعث تشديد عوارض‌سمي دارو بر روي كبد شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ درمان با دارو بايد باحداقل مقدار مصرف شروع شود.
2 ـ مصرف رژيم غذائي متعادل از نظرپروتئين و كالري براي دست‌يابي به اثرات‌درماني مناسب لازم است
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار 5mg/kg/day ـ 1مصرف مي‌شود. براي درمان كم‌خوني‌ممكن است به 6 ـ 3 ماه درمان نياز باشد.
كودكان در نوزادان و كودكان نارس‌مقدار 18mg/kg/day يا 5mg/m2 بصورت‌مقدار واحد مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet : 50 mg

PARATHORMON

موارد مصرف از اين هورمون در درمان كم‌كاري حاد غده پاراتيروئيد همراه با تتاني به منظور افزايش غلظت كلسيم پلاسمااستفاده مي‌شود. در مصرف طولاني مدت‌اين دارو، استفاده از كلسيم بهمراه ويتامينD ترجيح داده مي‌شود. اين دارو همچنين‌در تشخيص افتراقي كم‌كاري غده‌پاراتيروئيد بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: هورمون پاراتيروئيد با اثر برروي استخوان كليه‌ها و دستگاه گوارش‌بر روي تعادل كلسيم پلاسما نقش دارد.اين هورمون تخريب استخوان را افزايش‌مي‌دهد و تشكيل 1 و 25 ـ دي هيدروكسي‌كوله كلسيفرول را در كليه‌ها تحريك‌مي‌كند. همچنين اين هورمون دفع كليوي‌فسفات غيرآلي و كلسيم و جذب روده‌اي‌كلسيم و فسفات را افزايش مي‌دهد.
فارماكوكينتيك اين هورمون تنها از راه‌تزريقي قابل استفاده است در كبد يا كليه‌تجزيه و به اجزاي پپتيدي تبديل مي‌گردد.كمتر از يك درصد دارو از راه ادرار دفع‌مي‌شود. نيمه عمر كوتاهي دارد اثر آن به‌كندي شروع مي‌شود ولي تا 36 ساعت‌باقي مي‌ماند.
موارد منع مصرف در افرادي كه غلظت‌خوني كلسيم آنها بالا مي‌باشد، اين دارونبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ تتاني ناشي از اختلالات‌متابوليسمي كه ارتباط با كاركرد غيرطبيعي پاراتيروئيد ندارد، نبايد با اين دارودرمان شود.
2 ـ از آنجا كه شروع اثر دارو كند است براي تخفيف سريع بيماري تجويز داخل‌وريدي كلسيم ضروري است
عوارض جانبي مصرف مقادير زياد اين‌دارو ممكن است موجب افزايش بيش از حدكلسيم پلاسما و در نتيجه موجب بروزضعف بي‌اشتهائي استفراغ اسهال و درنهايت اغماء و مرگ شود. در صورت بالابودن ميزان كلسيم پلاسما به مدت طولاني امكان رسوب كلسيم در بافت‌هاي نرم نظيركليه‌ها وجود دارد.
مقدار مصرف در تتاني شديد ناشي از كم‌كاري پاراتيروئيد، مقدار 40 ـ 20 واحد هر12 ساعت يكبار مصرف مي‌شود. درتشخيص افتراقي كم‌كاري غده پاراتيروئيدمقدار 200 واحد پاراتورمون بصورت‌داخل وريدي تزريق مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection : 100 U/ml

PREDNISOLONE

موارد مصرف پردنيزولون براي درمان‌جايگزيني در نارسايي غده فوق كليوي‌استفاده مي‌شود. اين دارو همچنين دردرمان علامتي اختلالات التهابي و آلرژيك‌و در جهت سركوب كردن سيستم ايمني‌استفاده مي‌شود. پردنيزولون درهيپرپلازي مادرزادي غده فوق كليه بيماريهاي التهابي روده بيماريهاي‌رماتيسمي و ادم مغزي نيز موثر است
مكانيسم اثر: اين دارو با عبور از غشاءسلولي به گيرنده‌هاي خود در سيتوپلاسم‌متصل شده و كمپلكس دارو گيرنده واردهسته سلول ميشود. اين كمپلكس با اتصال‌به نواحي خاصي از DNA موجب تحريك‌روند رونويسي mRNA و بدنبال آن ساخت‌آنزيم‌هايي مي‌گردد كه در نهايت مسئول‌اثرات سيستميك كورتيكواستروئيدهامي‌باشند. كورتيكواستروئيدها باجلوگيري از تجمع سلولهاي التهابي درناحيه التهاب مهار فاگوسيتوز و آزاد شدن آنزيم‌هاي مسئول در التهاب و مهارساخت و آزاد شدن واسطه‌هاي شيميايي‌التهاب اثرات ضد التهابي خود را اعمال‌مي‌كند.
فارماكوكينتيك فراهمي زيستي دارو، حدود90ـ80% بوده و نيمه عمر آن 3 ـ 2 ساعت‌مي‌باشد. پردنيزولون بطور عمده در كبد ومقاديري نيز در كليه و بافتها به‌متابوليت‌هاي غير فعال تبديل مي‌شود.متابوليت‌ها از كليه دفع مي‌شوند.
موارد منع مصرف در صورت وجودعفونت‌هاي سيستميك كه با وجودداروهاي ضد ميكروبي اختصاصي درمان‌نشده‌اند، نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ استفاده طولاني مدت‌پردنيزولون در كودكان ميتواند منجر به‌مهار رشد شود.
2 ـ بدنبال مصرف اين دارو ممكن است‌تست‌هاي بررسي عملكرد محورهيپوتالاموس - هيپوفيز ـ غده فوق كليوي‌دچار اختلال شود.
3 ـ در افراد مسن و بخصوص زنان يائسه شانس ايجاد پوكي استخوان و افزايش‌فشار خون بالا ميرود.
4 ـ با تجويز مقادير بيش از 7/5mg/dayممكن است علائمي شبيه سندرم كوشينگ‌ظاهر شود.
5 ـ در افراد با سابقه ابتلا به سل زيادي‌فشار خون سكته اخير قلبي نارسايي‌احتقاني قلب اختلال عملكرد كليه و كبد،ديابت يا سابقه فاميلي اين بيماري اختلالات روحي و رواني حاد، صرع زخم‌هاي گوارشي و كم‌كاري تيروئيد بااحتياط تجويز شود.
عوارض جانبي درمان دراز مدت باپردنيزولون بيمار را از جهت ابتلا به‌بيماريهاي عفوني مستعد مي‌كند و از طرفي‌علائم عفونت نيز پنهان

مي‌شود. مصرف‌مقادير بالاي پردنيزولون مي‌تواندباختلالات رواني را تشديد كند. كاهش و ياتاري ديد، تكرر ادرار و پرنوشي قرحه‌گوارشي علائم شبه كوشينگ آكنه وافزايش فشار خون از عوارض جانبي داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با ريفامپين داروهاي ضد صرع ماننداكارباماز‌پين فنوباربيتال فني توئين وپريميدون موجب تسريع متابوليسم‌پردنيزولون وكاهش اثر دارو مي‌گردد. اين‌دارو ممكن است باعث كاهش اثر داروهاي‌پائين آورنده قند خون و يا داروهاي‌كاهنده فشار خون گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي به حداقل‌رساندن تحريك گوارشي شكل خوراكي‌پردنيزولون بايد بعد از غذا مصرف شود.
2 ـ از قطع ناگهاني مصرف دارو بعد ازاستفاده طولاني (بيش از 3 هفته پرهيزشود.
3 ـ در طول درمان مصرف سديم بايدمحدود شده و مصرف مكمل‌هاي حاوي‌پتاسيم توصيه مي‌شود.
4 ـ معاينات چشم پزشكي در طول درمان‌دراز مدت بطور مرتب بايدانجام گيرد.
مقدار مصرف در ابتدا 20mg/day ـ 10 (درصورت شدت بيماري حداكثر 60mg/day)ترجيحا در هنگام صبح و بعد از صبحانه مصرف مي‌شود. اين مقدار مصرف ممكن‌است طي چند روز كاهش يافته و يا آنكه‌نياز به تداوم مصرف به مدت چند هفته تاچند ماه باشد. درمان نگهدارنده بطورمعمول 15 mg/day ـ 2/5 بوده ولي ممكن‌است به مقادير بالاتر نيز نياز باشد.
اشكال دارويي
Tablet : 5 mg, 50 mg

PREDNISONE

موارد مصرف پردنيزون براي درمان‌جايگزيني در نارسايي غده فوق كليوي‌استفاده مي‌شود. اين دارو همچنين دردرمان علامتي اختلالات التهابي و آلرژيك‌و در جهت سركوب كردن سيستم ايمني‌استفاده مي‌شود. پردنيزون درهايپرپلازي مادرزادي غده فوق كليه و ادم‌مغزي نيز موثر است
مكانيسم اثر: اين دارو با عبور از
غشاء سلولي به گيرنده‌هاي خود درسيتوپلاسم متصل شده و كمپلكس دارو ـگيرنده وارد هسته سلولي ميشود. اين‌كمپلكس با اتصال به نواحي خاصي ازDNA موجب تحريك روند رونويسيmRNA و بدنبال آن ساخت آنزيم‌هايي‌مي‌گردد كه در نهايت مسئول اثرات‌سيستميك كورتيكواستروئيدها مي‌باشند.كورتيكواستروئيدها با جلوگيري از تجمع‌سلولهاي التهابي در ناحيه التهاب مهارفاگوسيتوز و آزاد شدن آنزيم‌هاي مسئول‌در التهاب و مهار ساخت و آزاد شدن‌واسطه‌هاي شيميايي التهاب اثرات‌ضدالتهابي خود را اعمال مي‌كنند.
فارماكوكينتيك فراهمي زيستي دارو حدود90 ـ 80 درصد و نيمه عمر آن 4 ـ 3 ساعت‌مي‌باشد. پردنيزون بطور عمده در كبد ومقاديري نيز در كليه و بافتها به‌متابوليت‌هاي غيرفعال تبديل مي‌شود.متابوليت‌هاي غير فعال اين دارو از طريق‌كليه دفع مي‌شوند.
موارد منع مصرف در صورت وجودعفونت‌هاي سيستميك كه با وجوددارو‌هاي ضد ميكروبي اختصاصي درمان‌نشده‌اند، نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ استفاده طولاني مدت‌پردنيزون در كودكان ميتواند منجر به‌مهار رشد شود.
2 ـ بدنبال مصرف اين دارو ممكن است‌تست‌هاي بررسي عملكرد محورهيپوتالاموس ـ هيپوفيز ـ غده فوق كليوي‌دچار اختلال شود.
3 ـ در افراد مسن و بخصوص زنان يائسه شانس ايجاد پوكي استخوان و افزايش‌فشار خون بالا مي‌رود.
4 ـ با تجويز مقادير بيش از 7/5 mg/dayممكن است علائمي شبيه سندرم كوشينگ‌ظاهر شود.
5 ـ در افراد با سابقه ابتلا به سل زيادي‌فشار خون سكته اخير قلبي نارسايي‌احتقاني قلب اختلال عملكرد كليه و كبد،ديابت يا سابقه فاميلي اين بيماري اختلالات روحي و رواني حاد، صرع‌زخم‌هاي گوارشي و كم‌كاري تيروئيد بااحتياط تجويز شود.
عوارض جانبي درمان دراز مدت باپردنيزون بيمار را از جهت ابتلا به‌بيماريهاي عفوني مستعد مي‌كند و از طرفي‌علائم عفونت نيز پنهان

مي‌شود. مصرف‌مقادير بالاي پردنيزون مي‌تواند اختلالات‌رواني را تشديد كند. كاهش و يا تاري ديد،تكرر ادرار و پرنوشي قرحه گوارشي علائم شبه كوشينگ آكنه و افزايش فشارخون از عوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان داروبا ريفامپين داروهاي ضد صرع ماننداكاربامازپين فنوباربيتال فني‌توئين وپريميدون موجب تسريع متابوليسم‌پردنيزون و كاهش اثر دارو مي‌گردد. اين‌دارو ممكن است باعث كاهش اثر داروهاي‌پائين آورنده قند خون و يا داروهاي‌كاهنده فشار خون گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي به حداقل‌رساندن تحريك گوارشي پردنيزون‌خوراكي بايد بعد از غذا مصرف شود.
2 ـ از قطع ناگهاني مصرف دارو و بعد ازاستفاده طولاني (بيش از 3 هفته پرهيزشود.
3 ـ در طول درمان مصرف سديم بايستي‌محدود شده و مصرف مكمل‌هاي حاوي‌پتاسيم توصيه مي‌شود.
4 ـ معاينات چشم پزشكي در طول درمان‌دراز مدت بطور مرتب بايد انجام گيرد.
مقدار مصرف در ابتدا 20 mg/day ـ 10 (درصورت شدت بيماري حداكثر 60 mg/day)ترجيحا در هنگام صبح و بعد از صبحانه مصرف مي‌شود. اين مقدار مصرف ممكن‌است طي چند روز كاهش يافته و يا آنكه‌نياز به تداوم مصرف به مدت چند هفته تاچند ماه باشد. درمان نگهدارنده بطورمعمول 15 mg/day ـ 2/5 بوده ولي ممكن‌است به مقادير بالاتر نيز نياز باشد.
اشكال دارويي
Tablet : I mg, 50 mg

PROGESTERONE

موارد مصرف پروژسترون براي درمان‌آمنوره يا فقدان قاعدگي و خونريزيهاي‌غيرطبيعي رحم كه به علت عدم تعادل‌هورموني ايجاد شده‌باشند و نيز در عدم‌وجود اختلال ارگانيك مثل فيبروئيد زيرمخاطي و يا سرطان رحم و نيز به عنوان‌كنتراسپتيو در اشكال مختلف به‌كارمي‌رود.
ديگر موارد مصرف پروژسترون‌شامل كنترل منوراژي افزايش ظرفيت‌تنفسي در بيماران دچار سندروم‌Pickwickian، زايمان زودرس آندومتريوز، سندروم پيش از قاعدگي و درزنان فاقد تخمدان براي آماده كردن رحم‌جهت پذيرش تخمك بارور شده در خارج‌از بدن مي‌باشد.
مكانيسم اثر: اين دارو با اتصال به‌گيرنده‌هاي خود در نزديكي هسته سلول موجب افزايش ساخت پروتئين مي‌گردد.پروژسترون با مهار آزاد شدن‌گنادوتروپين‌هاي هيپوفيزي از بلوغ‌فوليكول و تخمك‌گذاري جلوگيري و باايجاد تغييرات ترشحي در آندومتر موجب‌جلوگيري از بارداري مي‌شود.
فارماكوكينتيك محلول روغني‌پروژسترون بعد از تزريق به سرعت جذب‌مي‌شود ولي سرعت جذب آن براي اثرمطلوب كافي نيست دارو عمدت? در كبدغيرفعال شده و از ادرار دفع مي‌شود.پروژسترون داراي نيمه عمر حدود 5دقيقه مي‌باشد.
موارد منع مصرف در صورت وجوداختلالات ترومبوآمبوليك سرطان پستان خونريزي واژن و سقط فراموش شده نبايداز پروژسترون استفاده شود.
تجويز داخل‌رحمي پروژسترون به جهت جلوگيري ازبارداري در مواردي مثل آبستني سابقه‌آبستني نابجا، وجود بيماريهاي التهابي‌لگن و يا سابقه آن وجود و يا سابقه‌بيماريهاي قابل انتقال آميزشي مثل‌سوزاك و عفونت‌هاي كلاميديايي آندوكارديت بعد از زايمان و يا سقطعفوني اكتينوميكوز دستگاه تناسلي ايدزو نيز نياز به درمان مزمن باكورتيكواستروئيدها نبايد صورت گيرد.
هشدارها: 1 ـ در صورت كاهش شديدبينائي بيرون آمدگي چشم دوبيني ميگرن بروز اختلالات ترومبوتيك مثل‌ترومبوفلبيت اختلالات مغزي عروقي آمبولي ريوي و ترومبوز شبكيه چشم بايدتجويز پروژسترون تزريقي قطع شود.
2 ـ احتمال بروز آبستني نابجا با كاشت‌داخل رحمي پروژسترون بيشتر از سايرروشهاي جلوگيري از بارداري است اين‌احتمال به‌ويژه در جراحي لگن آندومتريت‌و آندومتريوز افزايش مي‌يابد.
3 ـ قبل از تزريق پروژسترون بايستي‌آزمايشات فيزيكي پستان و معاينه‌وضعيت لگن انجام شود.

4 ـ در صورت وجود بيماريهايي مثل‌صرع ميگرن آسم اختلال قلبي و كليوي ونيز سابقه افسردگي رواني و ديابت بااحتياط تجويز شود.
5 ـ در صورت نياز به تجويز استروژن بهتر است تجويز پروژسترون را در دوهفته بعد از استروژن آغاز نمود. چنانچه‌طي تجويز پروژسترون خونريزي قاعدگي‌آغاز شود، بايستي تزريق پروژسترون‌قطع گردد.
عوارض جانبي خونريزيهاي نامنظم لكه‌بيني تغيير در جريان خون قاعدگي فقدان قاعدگي خيز، تغييرات وزن تغييرترشحات دهانه رحم يرقان ناشي از توقف‌صفرا، بثورات جلدي كلوآسما و افسردگي‌از عوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌پروژستين‌ها با بروموكريپتين موجب‌ترشح بيش از حد و خودبه‌خودي شيرمي‌گردد. تركيبات القاءكننده آنزيم‌هاي‌كبدي مثل كاربامازپين و فني‌توئين موجب‌كاهش كارآيي پروژستين‌ها مي‌شوند.
مقدار مصرف پروژسترون در آمنوره‌ثانويه به ميزان 5-10 ميلي‌گرم براي 6-8 روز متوالي داخل عضلاني تجويزمي‌شود. در صورتي كه فعاليت تخمدان‌كافي باشد، 48-72 ساعت پس از قطع داروخونريزي ديده مي‌شود. در خونريزي‌هاي‌ناشي از اختلال عملكرد رحمي
5-10 mg/day به مدت 6 روز مصرف وخونريزي طي 6 روز قطع مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection: 25 mg/ml, 50 mg/ml

PROPYLTHIOURACIL

موارد مصرف پروپيل تيواوراسيل براي‌درمان پركاري تيروئيد قبل از جراحي و يارادیوتراپي و نيز درمان كمكي درتيروتوكسيكوز يا طوفان تيروئيدي به‌كاربرده مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو باعث مهار ساخت‌هورمون‌هاي تيروئيدي مي‌شود و درضمن تبديل محيطي تيروكسين (T4) به‌تري يدوتيرونين (T3) را مهار مي‌كند، به‌همين دليل در طوفان تيروئيدي مؤثر است
فارماكوكينتيك جذب دارو سريع مي‌باشد وبه‌طور فعال توسط غده تيروئيد تغليظمي‌شود. متابوليسم آن كبدي بوده 33% ازميزان خوراكي تجويز شده توسطمتابوليسم اولين گذر كبدي متابوليزه‌مي‌شود و بقيه به‌صورت گلوكورونيده‌دفع مي‌شود. نيمه عمر دارو در حدود 1-2ساعت است و كمتر از 1% دارو به صورت‌تغيير نيافته در ادرار ترشح مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت عيب كار كبدنبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در اختلالات كليوي مقدارمصرف دارو بايد كاهش يابد.
2 ـ در 50 درصد از بيماران حساسيت‌متقاطع بين داروهاي ضدتيروئيدتيوآميدي گزارش شده‌است
3 ـ به‌دليل اثر دارو در تضعيف مغزاستخوان در صورت بروز هرگونه‌عفونت بايستي شمارش گلبولهاي سفيدخون انجام شود.
4 ـ در صورت بروز نوتروپني مصرف‌دارو بلافاصله قطع گردد.
عوارض جانبي عوارض دارو وابسته به‌مقدار بوده و طي 4-8 هفته پس از شروع‌مصرف ظاهر مي‌شود. اين عوارض شامل‌تهوع سردرد، تب خفيف و برگشت‌پذير،بثورات جلدي درد مفصلي يرقان و ندرت?طاسي مي‌باشد.
آگرانولوسيتوز ازعوارض خطرناك دارو است
تداخل‌هاي دارويي كليرانس متابوليك‌داروها در بيماران مبتلا به پركاري‌تيروئيد افزايش يافته و در صورت درمان‌مجدد? به وضعيت طبيعي برمي‌گردد. ازاين‌رو كاهش مقدار مصرف داروهايي‌مانند آمينوفيلين تئوفيلين و ديگوكسين‌پس از درمان لازم است داروهاي حاوي‌يد مانند آميوداورون گليسيرين يده و يدايدپتاسيم پاسخ به داروهاي ضدتيروئيد راكاهش مي‌دهند از اين رو افزايش مقدارمصرف يا طولاني‌تر شدن دوره درمان‌لازم مي‌باشد. داروهاي ضدتيروئيد ممكن‌است اثر داروهاي ضدانعقاد را افزايش و ياكاهش دهند. بنابراين مقدار مصرف‌داروهاي ضدانعقاد بايد براساس زمان‌پروترومبين تنظيم شود. داروهاي‌ضدتيروئيد برداشت يد راديواكتيو راتوسط تيروئيد كاهش مي‌دهند.
نكات قابل توصيه در صورت بروزگلودرد، زخم دهان خون مردگي تب

بي‌قراري يا وجود بيماري نامشخص بايدبه پزشك مراجعه كرد.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار مصرف اوليه دارو600mg/day-300 تا زمان عادي شدن‌وضع بيمار مي‌باشد سپس مقدار مصرف‌دارو به 50-150 ميلي‌گرم در روز
كاهش مي‌يابد. در افزايش ناگهاني
فعاليت تيروئيد، 200-400 ميلي‌گرم
هر 4 ساعت در روز اول مصرف
مي‌شود.
كودكان كودكان سنين 6-10 سال 50-150 ميلي‌گرم به‌صورت خوراكي كه‌در 1-4 مقدار منقسم در يك روز تجويزمي‌شود. براي كودكان سن 10 سال وبالاتر، 50-300 ميلي‌گرم روزانه در 1-4مقدار منقسم تجويز مي‌شود. مقدارمصرف نگهدارنده بسته به پاسخ بيمارتنظيم مي‌گردد. در تيروتوكسيكوزنوزادان 10 mg/kg در مقادير منقسم روزانه مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 50 mg

SOMATROPIN

موارد مصرف سوماتروپين در درمان‌كوتاه قدي ناشي از كمبود هورمون رشد ازجمله در كوتاه قدي در سندروم ترنر به‌كارمي‌رود.
مكانيسم اثر: هورمون رشد يكي ازهورمونهاي هيپوفيز قدامي مي‌باشد.
فارماكوكينتيك نيمه عمر مصرف دارو
به دنبال تزريق داخل وريدي 20-30
دقيقه و پس از تزريق داخل عضلاني
يا زيرجلدي حدود 3-5 ساعت است طول‌اثر دارو 12-48 ساعت است متابوليسم‌دارو كبدي و دفع آن از طريق صفرامي‌باشد.
موارد منع مصرف در هيپوتيروئيديسم‌درمان نشده يا تومورهاي بدخيم‌خصوص? تومور داخل جمجمه‌اي كه‌به‌طور فعال در 12 ماه گذشته رشدكرده‌باشد نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ مصرف دارو تنها در بيماران‌با اپي‌فيز باز مجاز مي‌باشد.
2 ـ در افراد مبتلا به ديابت ممكن است‌تنظيم مقدار مصرف داروي ضد ديابت‌لازم باشد.
عوارض جانبي تشكيل آنتي‌بادي واكنش‌هاي موضعي آلرژيك درد و تورم‌در ناحيه تزريق و افزايش خوش خيم فشارداخل جمجمه‌اي از عوارض جانبي داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي استفاده همزمان‌مقادير بالاي استروئيدهاي آنابوليك آندروژنها، استروژنها و هورمونهاي‌تيروئيدي با اين دارو سبب تسريع بسته‌شدن اپي‌فيزها مي‌شود. مصرف طولاني‌مدت مقادير درمان كورتيكوتروپين ACTH) و مقادير بالاي خوراكي‌كورتيكواستروئيدها، سبب مهار پاسخ به‌هورمون رشد مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ قبل از به‌كار بردن اين‌فرآورده بايد حساسيت به هورمون رشدو مصرف همزمان ساير داروها خصوص?كورتيكواستروئيدها و كورتيكوتروپين رادر نظر گرفت
2 ـ دارو بايد به مقدار مناسب تجويز شده وميزان رشد به‌طور منظم توسط پزشك‌تعيين شود.
3 ـ در صورتي كه درمان با شكست مواجه‌شود، تست‌هاي سرولوژيك براي تعيين‌ميزان آنتي‌بادي هورمون رشد انجام‌گردد.
4 ـ سن استخوان طي درمان بايد هر سال‌تعيين شود.
5 ـ بررسي عملكرد تيروئيد و ارزيابي‌بروز ضايعات داخل جمجمه‌اي لازم‌مي‌باشد.
6 ـ تزريق داخل عضلاني دارو بسياردردناك مي‌باشد.

مقدار مصرف
مقدار مصرف 0/7units/kg-0/5 (درسندرم ترنر مقدار مصرف به 1 units/kg افزايش مي‌يابد) در هر هفته مي‌باشد كه به6-7 مقدار منقسم براي تزريق زيرجلدي‌تقسيم مي‌شود (يا به 2-3 مقدار براي‌تزريق داخل عضلاني .
اشكال دارويي
For Injection: 4 IU

TESTOSTERONE ENANTATE

موارد مصرف تستوسترون در درمان‌كمبود آندروژن ناشي از هيپوگناديسم‌اوليه تأخير بلوغ در مردان سرطان‌پستان كم‌خوني تأخير در رشد، likensclerosus و ميكرو سفالوس به‌كار برده‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: در سلول بافت هدف‌تستوسترون توسط آنزيم -5 آلفا ردوكتازبه -5 آلفا دي هيدروتستوسترون (DHT)تبديل مي‌شود. تستوسترون و DHT به‌گيرنده‌هاي درون سيتوپلاسمي متصل ومجموع? به جايگاه‌هاي خاصي در هسته‌سلول متصل مي‌شوند. كمپلكس استروئيد- گيرنده نسخه‌برداري را آغاز كرده و درنهايت سبب افزايش ساخت پروتئين‌مي‌شود.
فارماكوكينتيك مانند ساير استرهاي‌تستوسترون انانتات ابتدا به فرم فعال‌تستوسترون آزاد هيدروليز شده كه خودممكن است به دو متابوليت اصلي فعالDHT و استراديول تبديل شود. طول اثردارو بيش از ساير استرهاي تستوسترون‌مي‌باشد و نيمه عمر آن حدود 10-15 روزاست متابوليسم دارو كبدي بوده ومتابوليت‌ها عمدت? در ادرار ترشح‌مي‌شوند. به‌دليل وجود چرخه كبدي ـروده‌اي مقداري از دارو از طريق مدفوع‌دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف تستوسترون درصورت وجود سرطان پستان در مردان سرطان پروستات نارسايي قلبي بيماري‌هاي قلبي ـ كليوي حاد، خيز، عيب‌كار كبد، سابقه انفاركتوس ميوكارد،افزايش كلسيم خون و بزرگي پروستات بايد با احتياط مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در كودكان و نوجوانان درحال رشد خطر انسداد پيش از بلوغ‌اپي‌فيزهاي استخواني بلوغ جنسي‌زودرس در مردان و بروز صفات ثانويه‌جنسي مردانه در زنان وجود دارد. رشداستخوان بايد هر شش ماه توسطراديوگرافي دست و مچ كنترل شود.
2 ـ در افراد مسن احتمال افزايش خطربزرگي يا سرطان پروستات با مصرف‌دارو وجود دارد.
3 ـ در مردان احتمال ايجاد اوليگواسپرمي آزواسپرمي و ناباروري طي درمان بامقادير بالا وجود دارد.
4 ـ در بيماريهاي كبدي قلبي و كليوي بيماريهاي ايسكميك قلب زيادي فشارخون صرع ميگرن و متاستاز استخوان‌دارو بايد با احتياط تجويز شود.
عوارض جانبي احتباس سديم به همراه ادم افزايش كلسيم خون افزايش رشداستخوان نعوظ غيرطبيعي و مداوم آلت‌تناسلي بلوغ زودرس و انسداد اپي‌فيز قبل‌از بلوغ در مردان بروز صفات ثانويه‌جنسي مردانه در زنان

توقف‌اسپرماتوژنز در مردان نامنظم شدن‌سيكل قاعدگي در زنان و تحريك‌پذيري‌مثانه يا عفونت دستگاه ادراري در مردان‌از عوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي به‌دليل افزايش اثرداروهاي ضد انعقاد در مصرف همزمان باآندروژن‌ها مقادير اين داروها بايد براساس‌زمان پروترومبين تنظيم شود. تنظيم مقدارمصرف داروهاي ضددیابت و انسولين نيزبه دليل كاهش قند خون لازم مي‌باشد.مصرف همزمان دارو با داروهاي‌هپاتوتوكسيك سبب افزايش بروز سميت‌كبدي مي‌شود. مصرف مقادير بالاي‌آندروژنها به همراه هورمون رشد انسداداپي‌فيزها را پيش از بلوغ تسهيل مي‌كند.
نكات قابل توصيه 1 ـ كارسينوماي‌هپاتوسلولار و نئوپلاسمهاي كبدي بامصرف مقادير بالا و دوره‌هاي درماني‌طولاني مدت گزارش شده‌است
2 ـ در درمان طولاني مدت احتمال ايجادنابارووري در مردان وجود دارد.
مقدار مصرف در درمان هيپوگناديسم‌مقدار مصرف اوليه 250 ميلي‌گرم هر 2-3هفته و ميزان مصرف نگهدارنده 250ميلي‌گرم هر 3-6 هفته از طريق تزريق‌آهسته داخل عضلاني مي‌باشد. در درمان‌سرطان پستان 250 ميلي‌گرم هر 2-3 هفته‌يك‌بار تجويز مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection: 100 mg/ml, 250 mg/ml

TRIAMCINOLONE ACETONIDE

موارد مصرف تريامسينولون براي درمان‌جايگزيني در نارسايي غده فوق‌كليوي‌استفاده مي‌شود. اين دارو همچنين دردرمان علامتي اختلالات التهابي و آلرژيك‌و در جهت سركوب كردن سيستم ايمني‌استفاده مي‌شود. تريامسينولون درهيپرپلازي مادرزادي آدرنال ادم مغزي وبيماريهاي روماتيسمي نيز مؤثر است
مكانيسم اثر: اين دارو با عبور از غشاءسلولي به گيرنده‌هاي خود در سيتوپلاسم‌متصل شده و كمپلكس دارو ـ گيرنده واردهسته سلولي مي‌شود. اين كمپلكس بااتصال به نواحي خاصي از DNA موجب‌تحريك روند رونويسي mRNA و به دنبال‌آن ساخت آنزيم‌هايي مي‌گردد كه در نهايت‌مسئول اثرات سيستميك‌كورتيكواستروئيدها مي‌باشند.كورتيكواستروئيدها با جلوگيري از تجمع‌سلولهاي التهابي در ناحيه التهاب مهارفاگوسيتوز و آزاد شدن آنزيم‌هاي مسئول‌در التهاب و مهار ساخت و آزاد شدن‌واسطه‌هاي شيميايي التهاب اثرات ضدالتهابي خود را اعمال مي‌كنند.
فارماكوكينتيك فرم تزريقي تريامسينولون‌از عضله به‌خوبي جذب مي‌شود. نيمه عمردارو حدود 2-3 ساعت مي‌باشد. به‌طورعمده در كبد و مقاديري نيز در كليه و بافتهابه متابوليت‌هاي غيرفعال تبديل مي‌شود.به‌دليل وجود فلور در ساختمان‌تريامسينولون متابوليسم آن آهسته‌مي‌باشد. متابوليت‌هاي غيرفعال اين دارواز طريق كليه دفع مي‌شوند.
موارد منع مصرف در پيشگيري از سندرم‌زجر تنفسي نوزادان در صورت وجودآمنيونيت عفونت يا تب عفونت با هرپس‌نوع 2،عدم كفايت جفت يا پارگي زودرس‌غشاء منع مصرف دارد.
هشدارها: 1 ـ مقدار مصرف دارو بايستي‌دقيق? توسط پزشك تعيين شود.
2 ـ استفاده طولاني مدت اين دارو دربچه‌ها مي‌تواند منجر به مهار رشد شود.
3 ـ به‌دليل وارد شدن در شير به‌خصوص‌هنگام مصرف مقادير بالا، در خلال‌شيردهي توصيه نمي‌شود.
4 ـ به‌دنبال مصرف اين دارو ممكن است‌تست‌هاي بررسي عملكرد محورهيپوتالاموس ـ هيپوفيز ـ غده فوق‌كليوي‌دچار اختلال شود.
5 ـ ميزان مصرف دارو در بچه‌ها بايستي‌براساس ميلي‌گرم دارو به ازاء سطح بدن‌كودك تعيين شود.
6 ـ مقادير بالاي تريامسينولون به احتمال‌زياد ميوپاتي پروگزيمال ايجاد نموده و لذااز درمان‌هاي مزمن با اين دارو بهتر است‌پرهيز گردد.

عوارض جانبي درمان دراز مدت باتريامسينولون بيمار را از جهت ابتلا به‌بيماريهاي عفوني مستعد مي‌كند و از طرفي‌علائم عفونت نيز پنهان مي‌شود. مصرف‌مقادير بالاي تريامسينولون مي‌تواندباختلالات رواني را تشديد كند. كاهش و ياتاري ديد، تكرر ادرار و پرنوشي به‌دنبال‌مصرف دارو نياز به توجه پزشكي دارند.در استفاده دراز مدت دارو، قرحه‌گوارشي علائم شبه كوشينگ آكنه درددر ناحيه سريني و افزايش فشار خون‌محتمل مي‌باشد.

تداخل‌هاي دارويي تريامسنولون باآمينوگلوتتمايد، آمفوتريسين B،مهاركننده‌هاي آنزيم كربنيك انيدراز،آنتي‌اسيدها، عوامل ضد ديابت انسولين گليكوزيدهاي ديژيتالي ديورتيك‌ها،القاءكننده‌هاي آنزيم‌هاي كبدي ميتوتان مكمل‌هاي پتاسيم ريتودرين غذاها و ياداروهاي حاوي سديم سوماترم وسوماتروپين و واكسن‌هاي حاوي‌ويروس‌هاي زنده توصيه نمي‌شود.

نكات قابل توصيه 1 ـ از قطع ناگهاني‌مصرف دارو بعد از استفاده طولاني (بيش‌از 3 هفته بپرهيزيد.

2 ـ در طول درمان مصرف سديم بايستي‌محدود شده و مصرف مكمل‌هاي حاوي‌پتاسيم توصيه مي‌شود.

3 ـ معاينات چشم پزشكي در طول درمان‌دراز مدت به‌طور مرتب بايد انجام گيرد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌صورت داخل مفصلي ياتزريق در غلاف تاندوني به ميزان 2/5-15ميلي‌گرم و به‌صورت تزريق زيرپوستي ياداخل ضايعه‌اي تا 1 ميلي‌گرم در هر ناحيه‌تزريق استفاده مي‌شود. در صورت نيازاين ميزان مي‌تواند بعد از يك هفته يا كمترتكرار شود. به‌صورت داخل عضلاني 40 تا80 ميلي‌گرم استفاده شده و در صورت‌لزوم اين مقدار مي‌تواند بعد از 4 هفته تكرارشود.

كودكان در كودكان 6 تا 12 سال داخل‌مفصل يا غلاف تاندوني به ميزان 2/5-15ميلي‌گرم تزريق شده كه در صورت لزوم‌مي‌تواند تكرار شود. به‌صورت داخل‌عضلاني به ميزان 40 ميلي‌گرم استفاده‌شده و در صورت لزوم در فواصل 4هفته‌اي تكرار مي‌شود. حداكثر مقدارتجويز به‌صورت مقدار واحد 100ميلي‌گرم مي‌باشد.

اشكال دارويي

Injection: 40 mg/ml

VASOPRESSIN

موارد مصرف وازوپرسين در درمان‌ديابت بي‌مزه نوروژنيك خونريزي ازواريس‌هاي مري و نيز تشخيص ديابت‌بي‌مزه نوروژنيك از نوع نفروژنيك به‌كارمي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو با افزايش‌نفوذپذيري سلولي در مجاري جمع‌كننده‌ادرار سبب افزايش باز جذب آب و به‌دنبال‌آن كاهش حجم و افزايش اسمولاليته ادرارمي‌شود. در مقادير بالاتر از مقدارفيزيولوژيك وازوپرسين موجب تنگ شدن‌عروق خوني و نيز انقباض عضلات صاف‌دستگاه گوارش مي‌گردد.
فارماكوكينتيك متابوليسم دارو كبدي وكليوي است و نيمه عمر آن 10-20 دقيقه‌مي‌باشد. طول اثر دارو 2-8 ساعت بوده و5-15% از دارو پس از تجويز داخل وريدي‌به صورت تغيير نيافته از كليه‌ها ترشح‌مي‌شود.
موارد منع مصرف دارو در بيماري‌هاي‌عروقي (خصوص? بيماري سرخرگ‌هاي‌كرونر) و زيادي فشار خون همچنين درنفريت مزمن با احتباس ازت نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ در مقادير بالا احتمال بروزاثرات اكسي‌توسيك وجود دارد. درصورت مصرف در دوران بارداري چون‌وازوپرسين توسط جفت غيرفعال‌مي‌شود، ممكن است مقادير بالاتري از آن‌لازم باشد.
2 ـ در كودكان و افراد مسن خطرمسموميت با آب و هيپوناترمي وجود دارد.
3 ـ در مواردي چون بيماريهاي قلبي آسم صرع ميگرن و ديگر شرايطي كه ممكن‌است با احتباس آب تشديد شود،آسيب‌هاي كليوي و مواردي كه بايد ازافزايش مايعات جلوگيري كرد، با احتياطمصرف شود.
عوارض جانبي بي‌رنگ شدن پوست تهوع آروغ زدن كرامپ‌هاي شكمي تمايل به‌خروج مدفوع واكنش‌هاي افزايش‌حساسيت انقباض عروق كرونر ومسموميت با آب از عوارض جانبي مهم‌دارو مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي اثرات ضد ادراري درمصرف همزمان با كاربامازپين كلرپروپاميد و كلوفيبرات تشديد مي‌شود وتوسط دمكلوسايكلين ليتيم ونوراپي‌نفرين كاهش مي‌يابد.
مقدار مصرف در درمان ديابت بي‌مزه‌مقدار 5-20 واحد هر 4 ساعت از طريق‌تزريق زيرجلدي يا داخل عضلاني و دركنترل اوليه خونريزي واريسي مقدار 20واحد در زماني بيش از 15 دقيقه از طريق‌ترزيق داخل وريدي تجويز مي‌شود.

اشكال دارويي
Injection: 20 Pressor U/ml

ANTISCORPION VENUM SERUM
ANTISNAKE VENUM SERUM
BOTULISM ANTITOXIN A+B+E TRIVALENT
BOTULISM ANTITOXIN E MONOVALENT
DIPHTERIA ANTITOXIN
TETANUS ANTITOXIN

آنتي‌توكسين‌ها پادتن‌هائي هستند كه براي‌خنثي نمودن اختصاصي يك سم مصرف‌مي‌شوند. هنگام مصرف آنتي‌توكسينهابايد به نكات زير توجه نمود:

1 ـ قبل از تجويز هر فرآورده بيولوژيك بايداز تزريقات قبلي هر نوع سرم به بيمار وواكنشهاي آلرژيك قبلي بيمار اطلاع به دست‌آورد. آنتي‌توكسين‌ها در افراد با سابقه‌واكنشهاي حساسيتي برعليه فرآورده‌هاي‌بيولوژيك بايد بااحتياط مصرف شوند. قبل‌از تجويز، آزمون حساسيت بايد انجام گيرد.بدليل احتمال مرگ ومير بعد از انجام آزمون‌داخل جلدي ابتدا بايد آزمون خراش ياآزمون ملتحمه را انجام داد و در صورت‌منفي بودن يكي ازاين آزمونها، آزمون داخل‌پوستي را انجام داد. براي درمان علائم حادآلرژيك اپي‌نفرين بايد در دسترس باشد.

2 ـ آزمون خراش بايد خراشي به ميزان‌نيم سانتي‌متر ايجاد كرد و يك قطره ازفرآورده رقيق شده (100:1 در سرم نمكي روي آن قرار داد. براي كنترل نيز خراشي‌مشابه در طرف مقابل ايجاد و بر روي آن‌فقط سرم نمكي ريخته شود. بعد از 20دقيقه خراشها با هم مقايسه شوند. كهيرمتورم احاطه شده با هاله‌اي از قرمزي‌نشانه واكنش مثبت است

3 ـ آزمون ملتحمه يك قطره از فرآورده‌رقيق‌شده (10:1 در سرم نمكي را داخل‌كيسه ملتحمه يك طرف و براي كنترل يك قطره از سرم نمكي را در كيسه ملتحمه‌طرف ديگر ريخته مي‌شود. در طي 10-30دقيقه واكنش مثبت با خارش سوزش قرمزي و ريزش اشك مشخص مي‌گردد.اين علائم با استفاده از قطره چشمي‌اپي‌نفرين كاهش مي‌يابد. چشم كنترل بايدظاهري طبيعي داشته باشد. اگر هر دوچشم طبيعي باشند، نشانه واكنش منفي‌است

4 ـ آزمون داخل جلدي براي بيماران بدون‌سابقه واكنش آلرژيك ويا با آزمون منفي‌خراش يا ملتحمه 0/1-0/02 ميلي‌ليتر ازفرآورده رقيق‌شده (100:1 در سرم نمكي در يك طرف و همين مقدار سرم نمكي درطرف ديگر (كنترل داخل جلد تزريق‌مي‌شود. براي بيماران داراي سابقه‌حساسيت بايد رقت 1000:1 مصرف شود.بعد از 10-30 دقيقه محلهاي تزريق بايد

باهم مقايسه شوند. كهير متورم احاطه شده‌با هاله‌اي از قرمزي نشانه واكنش مثبت‌مي‌باشد. بايد توجه داشت كه مصرف‌همزمان آنتي‌هيستامين‌ها ممكن است باآزمونهاي حساسيت تداخل داشته باشند.
5 ـ براي بيماران داراي آزمون مثبت‌حساسيت يا با واكنش مشكوك بايدحساسيت زدائي بدقت انجام گيرد. براي‌اين منظور، بشرط عدم بروز واكنش بايدفرآورده رقيق شده را با فواصل 15 دقيقه‌و بطور مكرر تزريق كرد. اگر واكنشي رخ‌داد بايد يك ساعت صبر كرد و سپس‌آخرين مقدار پادزهر تزريق شده كه‌واكنشي ايجاد نكرده را بايد تكرار نمود.

ANTISCORPION VENOM SERUM

موارد مصرف اين فرآورده در درمان‌علائم ناشي از سم عقرب مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين فرآورده حاوي موادخالص ضدسم عقرب است و باعث خنثي‌شدن سم عقربهاي Androctonuscrassicauda، Buthotus saulcyi،Mesobuthus eupeus، Odontobuthusdorjae، Scorpio maurusمي‌شود. انواع‌عقربهائي كه سم آنها براي توليدپادزهربكار مي‌رود به منطقه جغرافيائي‌مورد نظر بستگي دارد و براي هر منطقه‌خاص فرآورده بايد حاوي‌آنتي‌توكسين‌هاي عقربهاي همان منطقه‌باشد.
هشدارها: 1 ـ هنگام تزريق اكسيژن ووسايل احياء بايد در دسترس باشند.
2 ـ قبل از استفاده از سرم براي تشخيص‌حساسيت فرد مسموم نسبت به سرم‌اسب آزمون حساسيت بايد انجام داد. درصورت بروز واكنشهاي سيستميك استفاده از سرم بايد قطع و درمان مناسب‌شروع شود.
3 ـ آزمون حساسيت مقدار 0/2 ميلي‌ليتراز محلول رقيق شده (10:1 براي افرادبدون سابقه و 100:1 براي افراد با سابقه‌آلرژيك از سرم طبيعي اسب يا پادزهرزيرجلدي تزريق شود. براي نتيجه آزمون‌لازم است 30 دقيقه صبر كرد و در صورت‌عدم واكنش 0/2 ميلي ليتر از فرآورده رقيق‌نشده بايد تزريق شود، در صورت عدم‌واكنش حساسيتي مي‌توان مقدار كافي ازپادزهر عقرب را مصرف كرد.
عوارض جانبي بيماري سرم‌و واكنشهاي‌حساسيتي و تاخيري (جوشهاي‌پوستي تب دردمفاصل خيز) از عوارض‌جانبي‌اين‌فرآورده مي‌باشند.
نكات قابل توصيه 1 ـ فرآورده را بايد دردماي 2-8 درجه سانتيگراد نگهداري و ازانجماد آن جلوگيري كرد.
2 ـ تزريق داخل عضلاني بايد به آهستگي‌انجام شود. در صورت نياز به تزريق داخل‌وريدي بايد خيلي آهسته تزريق گردد.
مقدار مصرف مقدار مصرف فرآورده به‌مقدار و نوع سم وارد شده به بدن مصدوم اقدامات فوريتي انجام شده قبلي و سابقه‌سلامت بيمار بستگي دارد. كودكان بيشتردر معرض خطر هستند. بيشتر مصدومين‌بعد از تزريق داخل‌وريدي يا داخل‌عضلاني‌يك يا دو آمپول پادزهر عقرب بهبودمي‌يابند. براي اثر سريعتر، راه داخل وريدي‌ترجيح داده مي‌شود. بعضي از مصدومين‌نياز به شش آمپول پادزهر عقرب دارند.
اشكال دارويي
Injection: 5ml

موارد مصرف اين فرآورده تنها درمان‌اختصاصي موجود براي نيش مارهاي‌سمي محسوب مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين فرآورده حاوي‌گلوبولين‌هاي اختصاصي ضد سم ماراست اين گلوبولينها بر عليه سموم شش‌نوع مار Naja naja axiana، Viperalebetina، Echis carinitus، Pseudocerastespersicus، Vipera xanthina و Agkistrodon halysموثر هستند.
هشدارها: 1 ـ هنگام تجويز، اكسيژن ووسايل احياء بايد در دسترس باشند.
2 ـ شوك متعاقب مسموميت را بايد مانندشوك هيپوولميك با تجويز فرآورده‌هاي‌خوني يا جانشين‌هاي پلاسما درمان نمود.
3 ـ بدليل حجم نسبت؟ كم مايعات بدن‌كودكان كه سم در آن رقيق مي‌شود، ممكن‌است كودكان به مقادير بيشتري از پادزهرنياز داشته باشند، لذا مقدار مورد نيازپادزهر نبايد با محاسبه وزن كودك تعيين‌شود.
4 ـ براي تشخيص حساسيت فرد مسموم‌نسبت به سرم اسب قبل از استفاده از سرم‌بايد آزمون حساسيت را انجام داد. درصورت بروز واكنشهاي سيستميك استفاده از سرم بايد قطع و درمان مناسب‌شروع شود.
5 ـ آزمون حساسيت مقدار 0/02-0/03ميلي‌ليتر از محلول رقيق شده (100:1) ازسرم طبيعي اسب يا پادزهر بايد داخل‌جلدي تزريق شود. يك آزمون كنترل باتزريق سرم نمكي در اندام طرف مقابل به‌تفسير نتيجه آزمايش كمك مي‌كند.
عوارض جانبي بيماري سرم‌و واكنشهاي‌حساسيتي و تاخيري (جوشهاي‌پوستي تب درد مفاصل خيز) از عوارض جانبي‌اين فرآورده مي‌باشند.
نكات قابل توصيه 1 ـ فرآورده را بايد دردماي 2-8 درجه سانتيگراد نگهداري ازانجماد آن جلوگيري كرد.
2 ـ تعيين رقت نوع الكتروليت و سرعت‌انفوزيون به سن بيمار، وزن و وضعيت‌قلبي او، شدت مسموميت ميزان كل تخمين‌زده شده مايعات تزريقي مورد نياز وفاصله بين گزش بيمار و شروع درمان‌بستگي دارد.
3 ـ تزريق داخل وريدي (خيلي آهسته ارجح است تزريق داخل عضلاني بايد درعضلات حجيم و ترجيح؟ در عضله سرينيانجام شود. از تزريق در نزديكي اعصاب يادر داخل انگشتها خودداري شود.
مقدار مصرف با نظارت بر حال بيمار بايدابتدا 5-10 ميلي‌ليتر را طي 3-5 دقيقه‌تزريق نمود. در صورت عدم بروزواكنشهاي سيستميك فوري

انفوزيون راميتوان با حداكثر سرعت مناسب براي‌تجويز مايعات به‌صورت وريدي ادامه داد.
در موارد ذيل بايد به صورت لازم اقدام‌نمود:
1 ـ عدم مسموميت (عدم بروز تظاهرات‌موضعي يا عمومي : ادامه درمان لازم‌نيست
2 ـ مسموميت جزئي (تورم موضعي وتغييرات موضعي ديگر و عدم وجودتظاهرات موضعي يا عمومي و نتايج طبيعي‌آزمونهاي آزمايشگاهي : 40-20 ميلي‌ليتر(4-2 ويال تزريق شود.
3 ـ مسموميت متوسط (گسترش تورم به‌خارج ناحيه گزش يك يا چند تظاهرسيستميك و نتايج غيرطبيعي آزمونهاي‌آزمايشگاهي كاهش هماتوكريت وپلاكتها): 90-50 ميلي‌ليتر (9-5 ويال تزريق شود.
4 ـ مسموميت حاد (واكنشهاي مشخص‌موضعي و تظاهرات شديد سيستميك وتغييرات مشخص در يافته‌هاي‌آزمايشگاهي : 150-100 ميلي‌ليتر(15-10 ويال تزريق شود.
5 ـ اگر تورم گسترش بيشتري يافت وشدت علائم سيستميك مسموميت بيشترشد يا اينكه تظاهرات شديدي پديد آمد،100ـ50 ميلي‌ليتر(10-5 ويال داخل‌وريدي تزريق شود.
اشكال دارويي
Injection: 10ml vials

BOTULISM ANTITOXIN

A+B+E TRIVALENT

موارد مصرف اين فرآورده در پيشگيريبعد از آلودگي و درمان بيماري بوتوليسمناشي از خوردن غذاهاي آلوده مصرفمي‌شود.

مكانيسم اثر: پادزهر سه ظرفيتي بوتوليسمباعث خنثي شدن سموم توليد شده توسطClostridium botulinum مي‌شود. هرميلي‌ليتر از اين پادزهرحاوي بيش از 500واحد پادزهربر عليه هر كدام از سه نوع سم،A، B وEمي‌باشد.

هشدارها: اين فرآورده در درمانبوتوليسم نوزادان تاثيري ندارد.

عوارض جانبي شوك آنافيلاكتيك كاهشفشار خون كهير، اختلال تنفسي و بيماري‌سرمي از عوارض جانبي اين فرآورده است

نكات قابل توصيه 1 ـ قبل از تزريق آزمونحساسيت انجام شود.

2 ـ بدليل تشديد اثرات عصبي سمبوتولينوم از مصرف آنتي‌بيوتيك‌هاي‌آمينوگليكوزيدي در مسمومين اجتناب‌شود.

3 ـ فرآورده را بايد در دماي بين 2-8درجه سانتيگراد نگهداري و از انجماد آن‌جلوگيري كرد.

مقدار مصرف براي درمان بوتوليسم 20ميلي‌ليتر از پادزهر را بايد در 100 ميلي‌ليترسرم نمكي رقيق و به آهستگي (حداقل 30دقيقه داخل وريدي تزريق كرد. درصورت لزوم بعد از 4 ساعت 10 ميلي‌ليتر‌ديگر تجويز شود و دفعات بعد با فواصل12-24 ساعت مصرف شود.

براي پيشگيري بعد از بلع غذاي آلوده به20 Clostridium botulinum ميلي‌ليترازفرآورده بايد داخل عضلاني تزريق شود.در صورت ظهور علائم پادزهر اضافي‌تزريق گردد.

اشكال دارويي

Injection: 1ml

BOTULISM ANTITOXIN E MONOVALENT

موارد مصرف اين فرآورده در پيشگيريبعد از آلودگي و درمان بيماري بوتوليسمناشي از خوردن غذاهاي آلوده مصرفمي‌شود.
مكانيسم اثر: پادزهر يك ظرفيتي بوتوليسمباعث خنثي‌شدن سم توليد شده توسط نوعClostridium botulinum، Eمي‌شود.
عوارض جانبي شوك آنافيلاكتيك كاهش‌فشار خون كهير، اختلال تنفسي و بيماري‌سرمي از عوارض جانبي اين فرآورده‌است
نكات قابل توصيه 1 ـ بدليل تشديد اثرات‌عصبي سم بوتولينوم از مصرف‌آنتي‌بيوتيك‌هاي آمينوگليكوزيدي درمسمومين اجتناب شود.
2 ـ قبل از تزريق آزمون حساسيت انجام‌شود.
3 ـ فرآورده را بايد در دماي 2-8 درجه‌سانتيگراد نگهداري و از انجماد آن‌جلوگيري كرد.
مقدار مصرف براي درمان بوتوليسم 20ميلي‌ليتر از پادزهررا در 100 ميلي‌ليترسرم نمكي رقيق و باهستگي (حداقل 30دقيقه داخل وريدي تزريق شود. درصورت لزوم بعد از 4 ساعت 10ميلي‌ليتر‌ديگر تجويز شود و دوزهاي بعدي بافواصل 12-24 ساعت مصرف شوند.
براي پيشگيري بعد از بلع غذاي آلوده به20 Clostridium botulinum ميلي‌ليتر ازفرآورده بايد داخل عضلاني تزريق شود.در صورت ظهور علائم پادزهر اضافي‌تزريق گردد.
اشكال دارويي
Injection: 50000 units in 20ml

DIPHTHERIA ANTITOXIN EQUINE

موارد مصرف اين فرآورده براي ايجادايمني انتقالي و به منظور پيشگيري موقت يادرمان عفونت ديفتري مصرف مي‌شود.هر بيمار با علائم باليني ديفتري بايد فور? وقبل از هر گونه آزمايش باكتري شناسي‌پادزهر ديفتري دريافت نمايد.
مكانيسم اثر: اين فرآورده حاوي موادخالص ضد سم ديفتري مي‌باشد كه بر عليه‌سم توليد شده توسط باكتري Corynebacterium diphtheriaبدست‌مي‌آيد.
هشدارها: 1 ـ قبل‌از تزريق تست‌حساسيت‌انجام شود.
2 ـ براي كنترل واكنشهاي حساسيتي اپي‌نفرين 1000:1 بايد در دسترس باشد.
3 ـ آزمون حساسيت مقدار 0/2 ميلي‌ليتراز محلول رقيق شده (10:1 براي افرادبدون سابقه و 100:1 براي افراد با سابقه‌آلرژي از سرم طبيعي اسب يا پادزهر رابايد زيرجلدي تزريق كرد. بعد از 30 دقيقه‌در صورت عدم واكنش 0/2 ميلي ليتر ازفرآورده رقيق نشده بايد تزريق شود، درصورت عدم واكنش حساسيتي مي‌توان‌مقدار كافي از اين پادزهر را مصرف كرد.
4 ـ بدليل كوتاه بودن اثر اين پادزهر(حداكثر 3 هفته نبايد از آن براي پيشگيري‌استفاده شود. اگرچه مي‌توان براي‌كودكان واكسينه نشده و در معرض خطرابتلا استفاده كرد. در اين صورت بايد به‌طور همزمان براي ايجاد ايمني فعال‌توكسوئيد ديفتري نيز تزريق شود.
عوارض جانبي شوك آنافيلاكتيك كاهش‌فشار خون كهير، اختلال تنفسي و بيماري‌سرمي از عوارض جانبي اين دارو است
نكات قابل توصيه 1 ـ مقدار مورد نيازپادزهر بايد در اسرع وقت تزريق شود. هرساعت تاخير مقدار لازم را افزايش و اثرات‌مفيد پادزهر را كاهش مي‌دهد.
2 ـ براي شروع درمان نيازي به تائيدآزمايشگاهي نيست درمان را تا كنترل‌تمامي علائم موضعي و عمومي يا تا موقعي‌كه عامل بيماريزاي ديگري تشخيص داده‌شود، بايد ادامه داد.
3 ـ همزمان از آنتي‌بيوتيك‌هاي مناسب وبه مقدار كامل درماني استفاده شود.
4 ـ فرآورده را بايد در دماي بين 2-8درجه سانتيگراد نگهداري و از انجماد آن‌جلوگيري كرد. قبل از تزريق آن را بايد تا32-38 درجه سانتيگراد گرم كرد.

مقدار مصرف در صورت ابتلا حلق ياحنجره طي 48 ساعت 20000-40000واحد و در ضايعات حلقي - بيني 40000-60000 واحد و در موارد بيماري‌گسترده براي بيش از 3 روز يا در بيماران‌با گردن متورم 80000-120000 واحدبايد داخل عضلاني تزريق شود. مقدارمصرف كودكان و بزرگسالان يكسان‌مي‌باشد.
به منظور پيشگيري بايد 50IU/kg به‌صورت زيرجلدي يا داخل عضلاني تزريق‌كرد.
اشكال دارويي
Injection: 10000IU/vial

TETANUS ANTITOXIN EQUINE

موارد مصرف اين فرآورده براي ايجادايمني انتقالي بر عليه بيماري كزاز در افرادزخمي كه زخم آنها با اسپور باكتري كزازآلوده شده باشد، استفاده مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين فرآورده حاوي‌گلوبولين‌هاي ضدسم اختصاصي بر عليه‌سم توليد شده توسط Clostridium tetaniاست
هشدارها: 1 ـ قبل‌ازتزريق آزمون‌حساسيت انجام شود.
2 ـ بدليل كوتاه بودن اثر اين پادزهر نبايداز آن براي پيشگيري استفاده شود. اگرچه‌مي‌توان براي كودكان واكسينه نشده و درمعرض خطر ابتلا استفاده كرد. در اين‌صورت بايد به طور همزمان براي ايجادايمني فعال توكسوئيد كزاز نيز تزريق‌شود.
3 ـ آزمون حساسيت مقدار 0/2 ميلي‌ليتراز محلول رقيق شده (10:1 براي افرادبدون سابقه و 100:1 براي افراد با سابقه‌آلرژي از سرم طبيعي اسب يا پادزهر رابايد زيرجلدي تزريق كرد. بعد از 30 دقيقه‌در صورت عدم واكنش 0/2 ميلي ليتر ازفرآورده رقيق نشده بايد تزريق شود، درصورت عدم واكنش حساسيتي مي‌توان‌مقدار كافي از اين پادزهر را مصرف كرد.
عوارض جانبي شوك آنافيلاكتيك كاهش‌فشار خون كهير، اختلال تنفسي و بيماري‌سرمي از عوارض جانبي اين دارو است
نكات قابل توصيه 1 ـ اين پادزهر فقط سم‌باكتري Clostridium tetani را خنثي‌مي‌كندو اثري‌برخود باكتري ندارد.بنابراين علاوه برتزريق پادزهر، سايردرمان‌هاي زخم ضروري است ضدعفوني زخم بوسيله تركيبات يد اثرتخريبي قابل ملاحظه‌اي بر سم باكتري نيزدارد.
2 ـ در صورتي كه فرد به سرم حساسيت‌داشته يا قبلا با توكسوئيد كزاز واكسينه‌شده باشد، بيمار بايد فقط يك نوبت تزريق‌توكسوئيد كزاز دريافت كند و نيازي به‌تزريق پادزهر نيست
3 ـ به منظور درمان بيماري كزاز، علاوه برمصرف پادزهر، همزمان درمانهاي‌جراحي و علامتي شامل مصرف‌آنتي‌بيوتيك‌ها، آرامبخش‌ها، ضدتشنج‌ها وشل‌كننده‌هاي عضلاني ضروري مي‌باشد.
4 ـ فرآورده را بايد در دماي بين 2-8درجه سانتيگراد نگهداري و از انجماد آن‌جلوگيري كرد.
مقدار مصرف
پيشگيري
بلافاصله بعد از ايجاد جراحت (و احتمال‌آلودگي زخم با باكتري كزاز مثل

وجودخاك و بعد از انجام تست حساسيت مقدار3000 واحد از پادزهر رابايد داخل‌عضلاني تزريق كرد.

درمان

در صورت بروز علائم كزاز، بعد از انجام‌ملاحظاتي در مورد حساسيت وواكنشهاي سرمي بايد 200000 واحدپادزهر را داخل وريدي تزريق كرد.روزهاي بعد 50000 واحد پادزهر را بايدهر روز داخل عضلاني تزريق كرد، تاهنگامي كه تمام علائم بيماري از بين برود.

اشكال دارويي

Injection: 3000, 5000 , 10000 IU per vial

IMMUNE GLOBULINES

ANTI-D IMMUNE GLOBULIN
HEPATITIS B IMMUNE GLOBULIN
(IMMUNE GLOBULIN (IG
(IMMUNE GLOBULIN INTRAVENOUS (IGIV
MEASLES IMMUNE GLOBULIN
RABIES IMMUNE GLOBULIN
TETANUS IMMUNE GLOBULIN

اين فرآورده‌ها از پلاسما يا سرم انسانهاي‌مصون‌شده حاصل تصفيه واستانداردمي‌شوند و براي ايجاد ايمني‌انتقالي برعليه‌يك يا چند بيماري به‌كار مي‌روند. اين‌مصونيت سريع حاصل مي‌شود ولي براي‌مدت كوتاهي (1-3 ماه باقي مي‌ماند. درهنگام مصرف ايمنوگلوبولين‌ها بايد به‌نكات ذيل توجه نمود:

1 ـ درد افراد حساس به ايمنوگلوبولين‌ها ياتايمروسال و بيماران مبتلا به نقص منفردايمنوگلوبولين A نبايد ازاين فرآورده‌هااستفاده نمود. همچنين براي افراد بااختلالات انعقادي يا كاهش شديد پلاكتهانبايد از فرآورده‌هاي داخل عضلاني‌مصرف نمود.

2 ـ بجز IGIV، ايمنوگلوبولين‌هارا نبايدداخل وريدي تزريق نمود. با تزريق داخل‌وريدي ايمنوگلوبولين‌ها احتمال بروزواكنشهاي آنافيلاكتوئيد و كاهش سريع‌فشار خون وجود دارد.

3 ـ از انجام آزمون جلدي خودداري شود،زيرا تزريق داخل جلدي گاماگلوبولين‌هاي‌غليظ باعث ايجاد واكنش التهابي مي‌شودكه ممكن است به عنوان يك واكنش آلرژيك‌مثبت تفسير شود.

4 ـ از مخلوط كردن ايمنوگلوبولين‌ها باداروهاي ديگر خودداري شود.

5 ـ تا سه ماه بعد از تجويز اين فرآورده‌ها،بايد از تجويز واكسن‌هاي ويروسي‌خودداري كرد. احتمالا لازم است كه چنين‌افرادي مجدد? واكسينه شوند.

موارد مصرف اين فرآورده به منظورجلوگيري از ايجاد واكنش به فاكتور Rh وجلوگيري از بيماري هموليتيك نوزادان درباردارى‌هاي بعدي استفاده مي‌شود. ملاك‌تجويز در بارداري عبارتند از: مادر Rh-باشد و قبلا نسبت به فاكتور Rhحساس‌نشده باشد، نوزاد و يا پدر Rh+باشد.همچنين براي زنان حساس نشده بعد ازسقط خودبخود يا سقط القاء شده و ياهرگونه دستكاري نمونه برداري ياخونريزي ازميان جفت استفاده مي‌شود،مگر اينكه اثبات شود كه جنين يا پدر Rh-باشد. در سقط يا بارداري خارج رحمي كه‌تعيين گروه خوني جنين غير ممكن است بافرض بر اينكه جنين Rh+ باشد، اين‌فرآورده را تجويز مي‌كنند، مگر اينكه اثبات‌شود كه پدر Rh-است در افراد Rh-كه‌اشتباه؟ خون Rh+ دريافت كرده‌اند، براي‌جلوگيري از واكنش بر عليه فاكتور Rhاستفاده از اين ايمنوگلوبولين توصيه شده‌است

مكانيسم اثر: اين فرآورده حاوي IgG ضد Rho(D)است و در افراد Rh-، با مهار پاسخ‌ايمني نسبت به گلبول‌هاي قرمز Rh+، ازايجاد حساسيت نسبت به فاكتور Rho(D)جلوگيري مي‌كند. در افراد Rh- و حساس‌نشده‌اي كه خون Rh+ به بدن آنها واردمي‌شود اين فرآورده بطور موثر واكنش‌ايمني را كاهش مي‌دهد.

موارد منع مصرف 1 ـ براي افرادي

كه سابقه واكنشهاي آنافيلاكتيك ياواكنشهاي شديد سيستميك نسبت به‌گلوبولين‌هاي انساني دارند، Anti-D نبايدمصرف شود.

2 ـ براي نوزادان بعد از تولد، افراد Rh+،افراد Rh-كه قبلا نسبت به فاكتور Rhحساس شده‌اند، نبايد تجويز شود.

هشدارها: 1 ـ اين دارو بايد عضلاني وترجيح? در عضله دلتوئيد يا ران تزريق‌شود.

عوارض جانبي ناراحتي در محل تزريق تب درد عضلاني و خواب‌آلودگي ازعوارض جانبي اين دارو مي‌باشد.

تداخل‌هاي دارويي بدليل وجود سايرايمنوگلوبولين‌ها همراه Anti-D، تا 3 ماه بعداز تزريق از انجام واكسيناسيون مادرخودداري شود.

نكات قابل توصيه 1 ـ قبل از تجويز وبلافاصله بعد از زايمان آزمايش تعيين‌گروه خوني نوزاد (ABO, Rh)و آزمايش‌مستقيم آنتي‌گلوبولين را بايد انجام داد.

2 ـ در صورت لزوم در زايمانها، سقطجنين يا انتقال خون بايد طي 72 ساعت‌فرآورده را تزريق نمود.

3 ـ اگر قبل از زايمان Anti-D تزريق شده‌باشد، لازم است كه مادر يك مقدار مصرف‌ديگر بعد از زايمان نوزاد Rh+دريافت كند.چنانچه‌اين فرآورده در محدوده 3 هفته‌قبل‌از زايمان به‌مادر تزريق شده‌باشد،بعداز زايمان نيازي به تزريق مجدد نيست مگراينكه مقدار خونريزي جنيني مادري‌بيش‌از 30 ميلي‌ليتر خون كامل باشد.
4 ـ اين فرآورده را بايد در دماي 2-8 درجه‌سانتيگراد نگهداري واز انجماد آن‌جلوگيري كرد.
مقدار مصرف
پروفيلاكسي بعد از زايمان حداقل يك‌ويال ايمنوگلوبولين را بايد طي 72 ساعت‌بعد از زايمان تزريق كرد. در صورتي كه‌مقدار خونريزي جنين مادري بيش از 30ميلي‌ليتر باشد، به ازاي هر 30 ميلي‌ليترخون كامل يا 15 ميلي‌ليتر گلبول قرمزمتراكم بايد يك ويال اضافي تزريق شود.
پروفيلاكسي قبل از زايمان در هفته‌هاي26-28 بارداري يك ويال و در محدوده 72ساعت بعد از زايمان نيز بايد يك ويال ازراه داخل عضلاني تزريق شود.
حوادث انتقال خون به ازاء هر 30ميلي‌ليتر خون كامل يا 15 ميلي‌ليتر گلبول‌قرمزمتراكم بايد يك ويال 300mcg تزريق‌كرد.
متفرقه بعد از تروماي شكمي نمونه‌برداري از مايع آمنيون سقط جنين (اعم ازخودبخود يا القاء شده ، يا بارداري خارج‌رحمي در يا بعد از هفته سيزدهم بارداري بايد يك ويال تزريق نمود. در صورت‌تزريق در هفته 13-18 بارداري يك مقدارمصرف 300 mcg ديگر نيز بايد در هفته‌هاي 26-28 بارداري تزريق شود.
اشكال دارويي
Injection: 300 mcg vials

HEPATITIS B IMMUNE GLOBULIN

موارد مصرف اين فرآورده براي پيشگيرياز بيماري هپاتيت B بعد از تماس تزريقي سوزن تزريق يا تصادفي ، تماس غشاءمخاطي (ترشح تصادفي مايع يا تماسخوراكي (استفاده از پيپت با مواد HBsAgمثبت مثل خون پلاسما يا سرم درنوزادان متولد شده از مادران HBsAgمثبتو افراد در معرض خطر با عفونت هپاتيت Bمصرف مي‌شود.
تجويز ايمنوگلوبولين هپاتيت B قبل ياهمراه واكسن هپاتيت B نه تنها با ايجادپاسخ ايمني فعال نسبت به واكسن تداخل‌ندارد، بلكه دستيابي سريع به سطوح لازم‌پادتن ضد هپاتيت را موجب مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين فرآورده حاوي مقدارزيادي از پادتن ضد آنتي‌ژن سطحي‌ويروس هپاتيت Bمي‌باشد. تجويز مقدارتوصيه شده اين فرآورده باعث فراهم‌نمودن سطح قابل تشخيص اين‌ايمنوگلوبولين مي‌شود كه تقريبا براي‌مدت 2 ماه يا بيشتر باقي مي‌ماند.
هشدارها: 1 ـ در افراد با سابقه واكنشهاي‌حساسيتي سيستميك اين فرآورده بايد بااحتياط مصرف شود. اپي‌نفرين‌بايد دردسترس باشد.
2 ـ هنگام تزريق اين فرآورده احتمال‌انتقال بيماريهاي ويروسي وجود دارد.
عوارض جانبي درد موضعي در محل‌تزريق كهير و آنژيوادم از عوارض جانبي‌عمده اين دارو مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي بدليل تداخل اثر باواكسن‌هاي ويروسي تا سه ماه بعد ازتزريق ايمنوگلوبولين هپاتيت B، از تجويزواكسن‌هاي ويروسي بايد امتناع كرد.
نكات قابل توصيه 1 ـ بدليل احتمال بروزواكنشهاي شديد، از تزريق داخل وريدي‌اجتناب شود. ترجيح? در عضله ران يادلتوئيد تزريق شود. بعلت احتمال خطرآسيب به عصب سياتيك نبايد در عضله‌سريني تزريق شود.
2 ـ فرآورده را بايد در دماي 2-8 درجه‌سانتيگراد نگهداري و از انجماد آن‌جلوگيري كرد.
مقدار مصرف
پيشگيري بعد از تماس مقدار توصيه‌شده 0/06ml/kg مي‌باشد و مقدار مصرف‌معمول براي بزرگسالان معادل 3-5ميلي‌ليتر است مقدار مورد نياز را
بايد بلافاصله (يا حداكثر طي 7 روز)
بعد از تماس عضلاني تزريق كرد. 28-30روز بعد اين تزريق را بايد تكرار نمود.
پيشگيري در نوزادان متولد شده ازمادران HBsAgمثبت بلافاصله بعد ازتولد

(يا حداكثر طي 12 ساعت مقدار نيم‌ميلي ليتر از دارو را بايد در داخل عضله‌ران تزريق كرد.
افراد در معرض خطر با عفونت هپاتيتB: ايمنوگلوبولين هپاتيت B(براي نوزادان‌نيم ميلي‌ليتر و براي بزرگسالان0/06ml/kg) را همزمان يا يك ماه قبل ازواكسن هپاتيت Bبايد تزريق كرد.
اشكال دارويي
Injection: 0.5, 1 , 5ml vials

(IMMUNE GLOBULIN INTRAMUSCUALR (IG

موارد مصرف اين فرآورده براي
پيشگيري يا درمان هپاتيت A، پيشگيري
يا تخفيف علائم سرخك جبران نقص‌ايمنوگلوبولين‌هاي طبيعي ايمني انتقالي درافراد مبتلا به نقص سيستم ايمني در معرض‌ابتلاء به آبله مرغان و كاهش احتمال بروزعفونت سرخجه و ضايعات جنيني در دوران‌بارداري مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين فرآورده محلولي ازايمنوگلوبولين‌ها، مخصوصا IgG،مي‌باشد.
فارماكوكينتيك حداكثر سطوح خوني‌ايمنوگلوبولين IgGتقريبا دو روز بعد ازتزريق اين فرآورده بدست مي‌آيد. نيمه‌عمر IgGدر گردش خون افراد با سطوح‌طبيعي IgG معادل 23 روز است
موارد منع مصرف اين فرآورده براي‌بيماران مبتلا به نقص منفرد IgAو يا نقص‌انعقادي يا كاهش تعداد پلاكتها نبايد تجويزشود.
هشدارها: اين فرآورده فقط بايد به‌صورت‌داخل عضلاني (ترجيح? در عضله سريني تزريق شود.
عوارض جانبي درد و حساسيت موضع‌تزريق كهير و آنژيوادم از عوارض جانبي‌عمده اين دارو مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي بدليل تداخل اثر باواكسن‌هاي زنده ويروسي تا سه ماه بعداز تزريق اين فرآورده از تجويزواكسن‌هاي ويروسي امتناع شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت تماس‌بيماران مبتلا به ضعف سيستم ايمني باسرخك بايد بلافاصله اين فرآورده راتزريق و از مصرف واكسن سرخك‌خودداري كرد.
2 ـ بدليل احتمال بروز واكنشهاي شديد،بايد از تزريق داخل وريدي اجتناب كرد.
3 ـ براي افراد با سابقه واكنشهاي‌حساسيتي سيستميك اين فرآورده بايد بااحتياط مصرف شود.
4 ـ هنگام تزريق اين فرآورده احتمال‌انتقال بيماريهاي ويروسي وجود دارد.
5 ـ فرآورده را بايد در دماي 2-8 درجه‌سانتيگراد نگهداري و از انجماد آن‌جلوگيري كرد.
مقدار مصرف
هپاتيت A: براي افرادي كه با بيماران مبتلابه هپاتيت Aتماس دارند، يك مقدار مصرف0/02ml/kg توصيه مي‌شود. براي‌مسافريني كه قصد عزيمت به مناطق آلوده‌را دارند، براي حضور كمتر از سه ماه بايديك مقدار

مصرف 0/02ml/kg تزريق شودو براي حضور بيش از سه ماه هر 4-6 ماه‌يكبار 0/06ml/kg تزريق شود.
سرخك به منظور جلوگيري يا تخفيف‌علائم سرخك در افراد حساس كه كمتر ازشش روز قبل با سرخك تماس داشته‌است 0/25ml/kg تزريق و اگر كودك‌حساس مبتلا به نقص ايمني نيز باشد،0/5ml/kg (حداكثر 15 ميلي‌ليتر) تزريق‌شود.
نقص ايمنوگلوبولين استفاده از IGIVارجحيت دارد، ولي در صورت فقدان IGIVمي‌توان IG را مصرف كرد. مقدار مصرف‌اوليه 1/3ml/kg و بعد هر 3 يا 4 هفته0/66ml/kg تزريق شود. بعضي از بيماران‌با فواصل كوتاهتري به IG نياز
دارند.
آبله مرغان در صورت فقدان‌ايمنوگلوبولين ضد آبله مرغان بلافاصله0/6-1/2ml/kg تزريق شود.
سرخجه مقدار 0/55ml/kg طي 72 ساعت‌بعد از تماس توصيه شده است
اشكال دارويي
Injection: 2 , 10ml vials

(IMMUNE GLOBULIN INTRAVENOUS (IGIV

موارد مصرف اين دارو در درمان بيماران‌مبتلا به نقص سيستم ايمني پوپوراي‌ترومبوسيتوپنيك با منشاء ناشناخته لوسمي لنفوسيتيك مزمن سلول‌هاي B،سندرم كاواساكي جلوگيري از عفونتHIV در كودكان و در پيوند مغز استخوان‌به منظور جلوگيري از عفونت‌هاي‌سيستميك مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين فرآورده باعث ايجادسطوح پادتن‌هاي وسيعي مي‌شود.
فارماكوكنتيك 5 ـ 2 روز بعد از تزريق‌عضلاني سطوح سرمي لازم از پادتن‌هاايجاد مي‌شود و نيمه عمر آنها حدود 3 هفته‌است
موارد منع مصرف براي افراد با سابقه‌واكنشهاي حساسيتي يا واكنشهاي شديدسيستميك نبايد مصرف شود. اين‌فرآورده براي بيماران مبتلا به نقص منفرد IgAيا نقص انعقادي‌يا كاهش‌تعداد پلاكتهانبايد تجويز شود.
هشدارها: 1 ـ سندرم مننژيت آسپتيك
بعد از تزريق IGIV مخصوصا با مقدارمصرف بالا گزارش شده است اين سندرم‌كه از چند ساعت تا 2 روز بعد از تزريق IGIVشروع مي‌شود، داراي علائمي مثل‌سردرد شديد، خواب آلودگي تب هراس‌از نور، حركت دردناك چشمها، تهوع واستفراغ مي‌باشد.
2 ـ IGIV مي‌تواند باعث افت سريع فشارخون و علائم باليني آنافيلاكسي شود.بروز اين واكنشها به سرعت انفوزيون‌بستگي دارد. علائم حياتي را بايد بطورمداوم كنترل كرد و مراقب هر گونه علامت‌در مدت انفوزيون بود.
3 ـ واكنشهاي پيشرونده التهابي بيشتر دربيماران آگاماگلوبولينمي ياهيپوگاماگلوبولينمي شديد اتفاق مي‌افتد كه‌براي اولين بار تحت درمان باايمنوگلوبولين‌ها قرار مي‌گيرند يا 8 هفته ازآخرين تزريق ايمنوگلوبولين به آنهامي‌گذرد.
عوارض جانبي بروز عوارض جانبي به‌سرعت انفوزيون بستگي دارد. تهوع استفراغ كرامپ هاي شكمي لرز، افزايش‌درجه حرارت بدن افزايش ضربان قلب بثورات و قرمزي پوست سردرد وسرگيجه از عوارض عمده IGIVمي‌باشد.
تداخل‌هاي دارويي بدليل تداخل اثر باواكسن‌هاي زنده ويروسي تا سه ماه بعداز تزريق IGIV، بايد از تجويز واكسن‌هاي‌ويروسي امتناع شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ فقط بايد از راه داخل‌وريدي تزريق شود.
2 ـ فرآورده بايد در دماي اتاق و زير 30درجه سانتيگراد نگهداري شود.
مقدار مصرف مقدار مناسب IGIV براي‌درمان نقصان IgG بيماران بر

مبناي تامين‌سطح طبيعي (حداقل 2g/l) تعيين مي‌گردد.مقدار 100-400mg/kg هر سه تا چهارهفته يكبار توصيه شده است اگرچه‌بعضي از بيماران ممكن است تا ميزان600mg/kg هر سه تا چهار هفته يكبار نيازداشته باشند. براي نوبت اول توصيه‌مي‌شود مقدار 200mg/kg با فواصل‌كوتاهتري تزريق شود و بعد مطابق فوق‌مصرف شود.
در ساير موارد مصرف بايد به‌راهنمايي‌هاي ارائه شده توسط سازندگان‌فرآورده‌ها توجه شود.
اشكال دارويي
Injection: 1, 2.5, 5 , 10g

MEASLES IMMUNE GLOBULIN

موارد مصرف اين فرآورده براي ايجادايمني انتقالي بر عليه بيماري سرخك مورداستفاده قرار مي‌گيرد. همچنين در افرادمستعد كه با عفونت تماس داشته‌اند، براي‌پيشگيري و بهبودي سرخك مصرف‌مي‌شود. همچنين در زنان باردار در سه‌ماهه اول بيماران مبتلا به سندرم نقص‌پادتن بيماران تحت درمان با مقادير زيادكورتيكوستروئيدها يا ساير داروهاي‌كاهنده سيستم ايمني بيماران مبتلا به‌بيماريهاي شديد تب‌دار (مخصوص? اگرداراي اختلالات مغزي باشند) به شرط آنكه‌تا بحال بر عليه سرخك واكسينه نشده‌باشند مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين فرآورده حاوي‌ايمنوگلوبولين‌هاي ليوفيليزه (عمدت? IgG)مي‌باشد و از پلاسماي حاوي پادتن‌هاي‌خاص بر عليه ويروس سرخك بدست‌مي‌آيد.
هشدارها: 1 ـ در افراد با سابقه واكنشهاي‌حساسيتي سيستميك بايد با احتياطمصرف شود.
2 ـ هنگام تزريق اين دارو، احتمال انتقال‌بيماريهاي ويروسي وجود دارد.
عوارض جانبي درد و سفتي در محل‌تزريق تب كهير و آنژيوادم از
عوارض جانبي عمده اين فرآورده‌مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي بدليل تداخل اثر باواكسن‌هاي ويروسي تا سه ماه بعد ازتزريق اين ايمنوگلوبولين از تجويزواكسن‌هاي ويروسي امتناع شود.
نكات قابل توصيه اين فرآورده بايد دردماي‌بين 2-8 درجه سانتيگراد و دور از نور وتحت خلاء يا گاز خنثي نگهداري شود.
مقدار مصرف
پيشگيري فوري در اسرع وقت بعد ازتماس (يا حداكثر طي 5 روز بعد از آن ،0/4ml/kg-0/2 بايد داخل عضلاني تزريق‌شود. در صورت تداوم تماس همين مقدارباید بعد از 2-3 هفته تكرار شود.
درمان بيماري سرخك تزريق داخل‌عضلاني 1-1/2ml/kg توصيه مي‌شود.
جلوگيري از بروز عوارض جانبي بعداز واكسيناسيون براي اين منظور تزريق‌داخل عضلاني 0/02ml/kg توصيه شده‌است اين مقدار از پيشرفت ايمني فعال برعليه واكسن جلوگيري نمي‌كند.
اشكال دارويي
Injection: 200IU/ml

RABIES IMMUNE GLOBULIN

موارد مصرف اين فرآورده براي ايجادايمني انتقالي بر عليه بيماري هاري همراه باواكسن هاري مورد استفاده قرار مي‌گيرد.
مكانيسم اثر: اين فرآورده حاويايمنوگلوبولين‌هاي انساني (عمدت? IgG)مي‌باشد كه از پلاسماي افراد مصون شده‌بر عليه بيماري هاري بدست مي‌آيد.
فارماكوكينتيك از 24 ساعت بعد از تزريق‌سطوح پادتن انتقالي قابل تشخيص خواهدبود و براي 21 روز در سطح مطلوب باقي‌خواهد ماند.
هشدارها: 1 ـ در افراد با سابقه واكنشهاي‌حساسيتي سيستميك بايد با احتياطمصرف شود.
2 ـ هنگام تزريق دارو، احتمال انتقال‌بيماريهاي ويروسي وجود دارد.
عوارض جانبي درد و سفتي در محل‌تزريق تب كهير و آنژيوادم از عوارض‌جانبي عمده اين فرآورده مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي بدليل تداخل اثر باواكسن‌هاي ويروسي تا سه ماه بعد ازتزريق ايمنوگلوبولين ضد هاري از تجويزواكسن‌هاي ويروسي امتناع شود.
همچنين‌در صورت مصرف همزمان واكسن هاري بايد از تكرار تزريق ايمنوگلوبولين‌خودداري شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي افراد مبتلا به‌نوعي خاص از كمبود IgA ، كمبود پلاكتها واختلالات انعقادي بايد با احتياط استفاده‌شود.
2 ـ اين فرآورده نبايد تزريق وريدي شود.
3 ـ اين فرآورده بايد دردماي بين 2-8درجه سانتيگراد و دور از نور نگهداري‌شود. از انجماد فرآورده جلوگيري شود ودر صورت انجماد آن را بايد دور ريخت
مقدار مصرف هر چه سريعتر بعد از تماس مقدار (20IU/Kg يا 0/133mg/ml، تجويزمي‌شود. نيمي از مقدار مورد نياز را بايد درمحل گزش پخش كرد و باقيمانده را درعضله سريني تزريق كرد.
اشكال دارويي
Injection: 2 , 10ml vials, 150IU/ml

TETANUS IMMUNE GLOBULIN

موارد مصرف اين فرآورده براي ايجادايمني انتقالي بر عليه بيماري كزاز در افرادزخمي كه زخم آنها با اسپور باكتري كزازآلوده شده باشد، استفاده مي‌شود.همچنين براي افراد زخمي در صورت‌مشخص نبودن سابقه واكسيناسيون كزازيا گذشت بيش از 10 سال از آخرين نوبت‌تزريق نيز تجويز اين فرآورده توصيه‌شده است مصرف همزمان اين فرآورده باتوكسوئيد كزاز بلامانع است
مكانيسم اثر: اين فرآورده حاويايمنوگلوبولين‌هاي ليوفيليزه (عمدت? IgG)مي‌باشد و از پلاسماي حاوي پادتن‌هاي‌خاص بر عليه Chlostridium Tetaniبدست‌مي‌آيد.
فارماكوكنتيك پادتن كزاز داراي نيمه‌عمري معادل 3/5 تا 4/5 هفته مي‌باشد. از24 ساعت بعد از تزريق سطوح پادتن‌انتقالي قابل تشخيص خواهد بود و براي21 روز در سطح مطلوب باقي خواهد ماند.
هشدارها: 1 ـ در افراد با سابقه واكنشهاي‌حساسيتي سيستميك بايد با احتياطمصرف شود.
2 ـ هنگام تزريق اين دارو، احتمال انتقال‌بيماريهاي ويروسي وجود دارد.
عوارض جانبي درد و سفتي در محل‌تزريق كهير و آنژيوادم از عوارض جانبي‌عمده اين فرآورده مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي بدليل تداخل اثر باواكسن‌هاي ويروسي تا سه ماه بعد ازتزريق ايمنوگلوبولين ضد كزاز، بايد ازتجويز واكسن‌هاي ويروسي امتناع كرد.
نكات قابل توصيه 1 ـ بايد از راه داخل‌عصلاني و ترجيح? در عضله ران يادلتوئيد تزريق گردد. بعلت احتمال خطرآسيب به عصب سياتيك نبايد در عضله‌سريني تزريق شود. فقط از راه داخل‌عضلاني استفاده شود.
2 ـ آزمون جلدي نبايد انجام شود، زيراتزريق داخل جلدي محلول‌هاي غليظ IgGاغلب باعث واكنشهاي التهابي موضعي‌مي‌شوند كه ممكن است با واكنشهاي‌آلرژيك اشتباه شوند.
3 ـ اين فرآورده بايد دردماي بين 2-8درجه سانتيگراد و دور از نور نگهداري واز انجماد آن جلوگيري كرد.
مقدار مصرف
پيشگيري براي افراد با سن بيش از 7 سال250 واحد و براي كودكان كمتر از 7 سال به‌ازاي هر كيلوگرم وزن آنان 4 واحد مصرف‌شود. اگرچه مي‌توان همان مقدار بزرگسالان‌را براي كودكان نيز مصرف كرد. در اين‌كودكان مصرف همزمان اين فرآورده با DTPيا DT با سرنگ متفاوت و

در محلي‌ديگر بايد تزريق شود. در صورت زخمهاي‌بزرگ و يا كثيف براي بزرگسالاني كه بيش‌از 10 سال از تزريق دوز يادآوري Tdياتوكسوئيد كزاز آنها مي‌گذرد مصرف‌همزمان توكسوئيد اجباري است درصورت گذشت بيش از 24 ساعت از ايجادزخم يا آلودگي شديد زخم و يا درسوختگيها بدون توجه به وضعيت‌واكسيناسيون فرد بايد 500 واحد از اين‌فرآورده را داخل عضلاني تزريق نمود.
درمان 150 واحد به ازا هر كيلوگرم وزن‌فرد (در يك نوبت همراه با روشهاي‌درماني ديگر بايد استفاده شود.
اشكال دارويي
Injection: 250 uints vials

AZATHIOPRINE

موارد مصرف آزاتيوپرين به‌عنوان داروي‌كمكي براي جلوگيري از رد پيوند كليه وكبد و لوزالمعده مصرف مي‌شود. اين دارودر رماتيسمهاي فعال و حاد كه به داروهاي‌ضدالتهاب معمولي جواب نمي‌دهند، به‌كارمي‌رود.
به‌عنوان كاهنده سيستم ايمني بدن‌در بيماريهايي با منشاء ايمونولوژيك ازجمله هپاتيت مزمن فعال سيروزصفراوي لوپوس اريتماتوزسيستميك وگلومرولونفريت به‌كار برده مي‌شود.
مكانيسم اثر: آزاتيوپرين آنتاگونيست‌متابوليسم پورين بوه و بنابراين احتمالاساخت RNA ، DNA و پروتئين‌ها را مهارمي‌كند. همچنين اين دارو ممكن است درتقسيم ميتوز تداخل نمايد.
فارماكوكينتيك اين دارو از دستگاه گوارش‌به‌خوبي جذب مي‌گردد. متابوليسم آن‌كبدي است دفع آن كبدي و در درجه دوم‌كليوي مي‌باشد.
هشدارها: آزاتيوپرين در حيوانات‌سرطان‌زا بوده و ممكن است در انسان نيزسرطان‌زا باشد. بعضي از ناهنجاريهاي‌كروموزومي نيز در انسان ديده شده است
عوارض جانبي عوارض احتمالي داروعبارتند از: واكنش‌هاي ازدياد حساسيت ريزش مو، تضعيف مغز استخوان تب ولرز، گلو درد ناشي از كمبود گويچه‌هاي‌سفيد و همچنين خستگي و ضعف غيرعادي‌ناشي از كم‌خوني (مگالوبلاستيك .
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان باآلوپورينول به‌دليل وقفه آنزيم گزانتين‌اكسيداز ممكن است سميت آزاتيوپرين راافزايش دهد. استفاده از داروهاي‌تضعيف‌كننده مغز استخوان و اشعه‌مي‌تواند منجر به ايجاد سرطان گردد.
نكات قابل توصيه در طول درمان با اين‌دارو، انجام واكسيناسيون با واكسن‌هاي‌زنده توصيه نمي‌شود.
مقدار مصرف به‌عنوان پيش درماني براي‌جلوگيري از پس زدن عضو پيوند شده‌مقدار مصرف اوليه به‌صورت خوراكي3-5 mg/kg و يا 120 mg/m2 از سطح بدن‌يك تا سه روز قبل از عمل جراحي تجويزمي‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده‌به‌صورت خوراكي 1-2 mg/kg و يا45 mg/m2 سطح بدن مي‌باشد. دربيماريهاي التهابي روده هپاتيت سيروز،گلومرولونفريت سندروم نفروتيك ميوپاتي التهابي مياستني گراو،درماتومايوز عمومي و پمفيگوس‌به‌صورت خوراكي 1mg/kg/day تجويزمي‌شود و طي مدت 6 تا 8 هفته به مقدار2/5mg/kg/day افزايش مي‌يابد. براي‌رسيدن به مقدار نگهدارنده آن بايد هرچهار هفته به‌مقدار 0/5 mg/kg/day ازمقدار

مصرف آن کاست تا به حداقل مقدارمصرف مؤثر آن رسید.
در لوپوس اريتماتوز و روماتوئيد آرتريت‌به‌صورت خوراكي 1 mg/kg/day و طي‌مدت 6 تا 8 هفته به مقدار 2/5 mg/kg/dayافزايش مي‌يابد و سپس همانند مرحله قبل‌از مقدار مصرف آن كاسته تا به حداقل‌مقدار مصرف مؤثر آن برسد.
اشكال دارويي
Tablet: 50 mg
Injecion: 50 mg

CICLOSPORIN

موارد مصرف سيكلوسپورين درجلوگيري از رد پيوند كليه كبد، قلب ياساير ارگانها به همراه كورتيكوستروئيدهامصرف مي‌شود. اين دارو هم چنين درآرتريت روماتويید حاد، درماتيت آتوپيك‌و پسوريازيس به كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اثر دارو احتمالا به‌دليل مهارتوليد و آزاد شدن اينترلوكين 2- كه براي‌پاسخ‌هاي ايمني سلولي و هورال‌ضروري است مي‌باشد.
فارماكوكينتيك جذب دارو از دستگاه‌گوارش متغير و حدود 30 درصد است متابوليسم شديد كبدي دارد و نيمه عمر آن‌در كودكان حدود 7 ساعت و دربزرگسالان حدود 19 ساعت است و به‌طورعمده از طريق صفرا و مدفوع دفع مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود عفونت‌هاي‌ويروسي يا باكتريائي و عيب كار كبد ياكليه بايد با احتياط مصرف شود.
2 ـ در صورت بروز عيب كار كليه طي‌درمان مقدار مصرف دارو بايد كاهش‌داده شود.
عوارض جانبي هيپرپلازي لثه‌ها، افزايش‌فشار خون و سميت كليوي از عوارض‌جانبي مهم و شايع سيكلوسپورين هستند.
تداخل‌هاي داروئي مصرف همزمان‌كتوكونازول آندروژن‌ها، سايمتيدين دانازول ديلتيازم اريترومايسين يااستروژن‌ها باعث افزايش غلظت سرمي‌سيكلوسپورين مي‌شود. مصرف همزمان‌سيكلوسپورين با مدرهاي نگهدارنده پتاسيم‌ممكن است باعث افزايش پتاسيم خون شود.مصرف همزمان ساير داروهاي تضعيف‌كننده سيستم ايمني با سيكلوسپورين ممكن‌است خطر بروز عفونت را افزايش دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ بيماران مصرف‌كننده‌سيكلوسپورين بايد تحت نظر كامل پزشك‌باشد.
2 ـ اندازه‌گيري غلظت سرمي‌سيكلوسپورين كرآتينين BUN و اسيداوريك طي درمان با دارو ضروري است
3 ـ در صورت بروز هر نوع عفونت بايددرمان آن سريع? انجام شود. ممكن است‌به كاهش مقدار مصرف سيكلوسپورين‌نياز باشد.
4 ـ در صورت ظهور علائم رد پيوند بايدمقدار مصرف افزايش داده شود.
5 ـ كودكان ممكن است به مقدار مصرف‌بيشتري از دارو نياز داشته‌باشند.
مقدار مصرف
خوراكي مقدار 12-15 mg/kg/day مصرف‌مي‌شود. مصرف دارو 4-12 ساعت قبل ازجراحي شروع و به مدت 1-2 هفته بعد ازعمل ادامه مي‌يابد. مقدار مصرف سپس به‌ميزان 5% در هفته تا رسيدن به مقدارمصرف

نگه‌دارنده (mg/kg/day 2-6)كاهش مي‌يابد.
تزريقي مقدار mg/kg/day 3-5 به‌صورت‌انفوزيون آهسته وريدي 2-6 ساعت قبل ازجراحي تجويز مي‌شود. انفوزيون وريدي‌مداوم و تا زماني كه بيمار قادر به مصرف‌شكل خوراكي دارو باشد ادامه مي‌يابد.
اشكال دارويي
Capsule: 25 mg, 100 mg
For Injection: 50 mg/ml
Oral Solution: 100 mg/ml

موارد مصرف مولتيپل اسكلروزيس براي‌درمان اشكال عود كننده بيماري و كاهش‌ميزان پيشرفت ناتوانائي فيزيكي و كاهش‌تشديد بيماري مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اينترفرون beta-1a و beta-1bمحصولات پروتئيني هستند كه از روش‌بازتركيبي حاصل و به منظور تزريق آماده‌شده‌اند. اينترفرون beta-1aگليكوپروتئيني‌با 166 اسيد آمينه مي‌باشد كه از نظر توالي‌اسيدآمينه‌ها با اينترفرون انساني يكسان‌است اينترفرون‌ها گروهي از پروتئين‌ها ياگليكوپروتئين‌هاي طبيعي هستند كه توسطسلول‌هاي اوكاريوت و در پاسخ به‌عفونتهاي ويروسي يا ساير محركهاي‌بيولوژيك توليد مي‌شوند. اينترفرون بتاداراي خواص ضد ويروس ضدتكثير وتنظيم كننده ايمني مي‌باشد. مكانيسم عمل‌آن در بيماري مولتيپل اسكلروزيس كاملامشخص نيست اثبات شده است كه‌اينترفرون با اتصال به گيرنده هاي خودش‌در سطح سلول بيان يك سري ازمحصولات ژني را باعث مي‌شود. اعتقاد بر اين است كه اين محصولات ميانجي‌هاي‌اعمال بيولوژيك اينترفرون بتا مي‌باشند.
فارماكوكينتيك متعاقب تزريق مقدار15-75 ميكروگرم توليد ماركرهاي پاسخ‌بيولوژيك (مثل نئوپترين و بتا2ـميكروگلوبولين تحريك مي‌شوند. سطوح‌اين ماركرها در طي 12 ساعت بعد ازتجويز به حداكثر ميزان خود مي‌رسد وبراي حداقل 4 روز بالا باقي مي‌ماند.حداكثر پاسخ بيولوژيك 48 ساعت بعد ازتجويز مشاهده خواهد شد.
موارد منع مصرف حساسيت مفرط به‌دارو، آلبومين انساني يا هر يك از اجزاءفرآورده از موارد منع مصرف اين‌فرآورده مي‌باشد.
هشدارها: 1 ـ تاثير و بي ضرري اين دارودر درمان مولتيپل اسكلروزيس پيشرونده‌مزمن اثبات‌نشده است
2 ـ بدليل احتمال افزايش افسردگي وخودكشي در بيماران مبتلا به افسردگي‌بايد با احتياط مصرف شود. اگر در بيماري‌افسردگي بيشتر شد، بايد به قطع درمان‌توجه داشت
3 ـ در بيماران مبتلا به تشنج و براي‌بيماران قلبي اين دارو بايد با احتياط‌مصرف شود.
عوارض جانبي سردرد، تب علائم شبه‌آنفلونزا، عفونت مجاري تنفسي دردعضلاني و تهوع از عوارض جانبي عمده‌اين دارو مي‌باشند.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين فرآورده بايددردماي 2-8 درجه سانتيگراد نگهداري‌شود. در صورت عدم وجود يخچال اينترفرون beta-1a را براي

مدت 30 روزمي‌توان در درجه حرارت 25 درجه‌سانتيگراد نگهداري نمود. در صورت آماده‌سازي هرچه سريعتر و در عرض 6 ساعت نگهداري دردماي 2-8 درجه سانتيگراد)مصرف شود.
2 ـ قبل از شروع درمان و همچنين بافواصلي در حين درمان انجام آزمايشات‌ذيل توصيه مي‌شود: هموگلوبين شمارش‌كامل و تمايزي گلبول‌هاي سفيد، شمارش‌پلاكتها و آزماشات بيوشيميائي خون مثل‌آزمونهاي فعاليت كبد.
3 ـ احتمال بروز علائم شبه آنفلونزا وجوددارد. اين علائم شامل تب لرز،دردعضلاني تعريق مي‌باشند.
4 ـ ممكن است حساسيت به نور در بيمارايجاد شود. لازم است اقدامات حفاظتي دراين مورد بعمل آيد.
مقدار مصرف 1/1 ميلي‌ليتر از محلول رقيق‌كننده را بايد به اينترفرون beta-1a افزود وبارامي چرخاند تا فرآورده بطور كامل حل‌شود. براي درمان مولتيپل اسكلروزيس‌بايد مقدار 30 ميكروگرم هر هفته يكبارداخل عضلاني تزريق شود.
اشكال دارويي
:Powder for injection
(33mcg (6.6million IU

موارد مصرف براي استفاده در بيماران‌بستري مبتلا به نوع متناوب بيماري‌مولتيپل اسكلروزيس به منظور كاهش‌تناوب و وخامت اين بيماري مصرف‌مي‌شود. اين نوع بيماري با حملات‌عودكننده اختلالات عصبي همراه بابهبودي كامل يا ناقص مشخص مي‌شود.
مكانيسم اثر: اينترفرون beta-1a و beta-1bمحصولات پروتئيني هستند كه به منظورتزريق آماده شده‌اند. اينترفرون beta-1bپروتئيني داراي 165 اسيد آمينه ولي فاقدزنجيره جانبي كربوهيدرات موجود دراينترفرون انساني مي‌باشد. اينترفرون هاگروهي از پروتئين‌ها يا گليكوپروتئين‌هاي‌طبيعي هستند كه توسط سلول‌هاي‌اوكاريوت و در پاسخ به عفونتهاي‌ويروسي يا ساير محركهاي بيولوژيك‌توليد مي‌شوند. اينترفرون بتا داراي‌خواص ضدويروس ضدتكثير و تنظيم‌كننده ايمني مي‌باشد. مكانيسم عمل آن دربيماري مولتيپل اسكلروزيس كاملامشخص نيست اثبات شده است كه‌اينترفرون با اتصال به گيرنده هاي خودش‌در سطح سلول بيان يك سري ازمحصولات ژني را باعث مي‌شود. اعتقاد براين است كه اين محصولات ميانجي‌هاي‌اعمال بيولوژيك اينترفرون بتا مي‌باشند.
فارماكوكينتيك با تزريق زيرجلدي غلظت‌سرمي اين فرآورده بين 1-8 ساعت بعد ازتجويز به حداكثر ميزان (40IU/ml) خودمي‌رسد. فراهمي زيستي از راه زيرجلدي‌معادل 50% مي‌باشد.
نيمه عمر دارو بين 8 دقيقه تا 4/3 ساعت وحجم توزيع آن برابر 0/25-2/88L/kgمي‌باشد. تزريق داخل وريدي دارو 3 باردر هفته براي دو هفته باعث تجمع دارو درسرم بيماران نمي‌شود.
موارد منع مصرف حساسيت مفرط به‌دارو، آلبومين انساني يا هر يك از اجزاءفرآورده از موارد منع مصرف اين‌فرآورده مي‌باشد.
هشدارها: 1 ـ تاثير و بي ضرري اين دارودر درمان مولتيپل اسكلروزيس پيشرونده‌مزمن اثبات نشده‌است
2 ـ بدليل احتمال افزايش افسردگي وخودكشي در بيماران مبتلا به افسردگي‌بايد با احتياط مصرف شود. اگر در بيماري‌افسردگي بيشتر شد، بايد به قطع درمان‌توجه داشت
3 ـ در بيماران مبتلا به تشنج و براي‌بيماران قلبي اين دارو بايد با احتياطمصرف شود.
عوارض جانبي واكنشهاي موضعي درمحل تزريق سردرد، تب لرز، سينوزيت علائم شبه آنفلونزا، درد عضلاني اسهال يبوست استفراغ و

عوارض عصبي ازعوارض جانبي عمده اين دارو مي‌باشند.
نكات قابل توصيه 1 ـ نگهداري تمام اوقات‌اين فرآورده بايد دردماي 2-8 درجه‌سانتيگراد نگهداري شود. در صورت‌آماده سازي بايد فرآورده را در عرض 3ساعت استفاده كرد.
2 ـ آماده سازي 1/2ml از محلول رقيق‌كننده بداخل ويال تزريق شود، به آهستگي‌ويال چرخانيده شود تا دارو بطور كامل‌حل گردد. بعد از آماده سازي ويال حاوي‌محلول 0/25mg/ml مي‌باشد.
3 ـ قبل از شروع درمان و همچنين بافواصلي در حين درمان انجام آزمايشات‌ذيل توصيه مي‌شود: هموگلوبين شمارش‌كامل و تمايزي گلبول‌هاي سفيد، آزمونهاي‌فعاليت كبد.
4 ـ احتمال بروز علائم شبه آنفلونزا وجوددارد. اين علائم شامل تب لرز، دردعضلاني و تعريق مي‌باشد.
5 ـ ممكن است حساسيت به نور در بيمارايجاد شود. لازم است اقدامات حفاظتي دراين مورد بعمل آيد.
مقدار مصرف 0/25mg معادل 8mIUيكروز در ميان زيرجلدي تزريق شود.
اشكال دارويي
(Powder for injection: 0.3mg (9.6 mIU

موارد مصرف اين دارو براي كاهش
احتمال بروز و شدت عفونتهاي همراه باابيماري گرانولوماتوز مزمن مصرف‌مي‌شود
مكانيسم اثر: اينترفرون gamma-1b داراي‌يك زنجيره پپتيدي با 140 اسيدآمينه‌مي‌باشد. اينترفرون‌ها گروهي ازپروتئين‌ها يا گليكوپروتئين‌هاي طبيعي‌هستند كه توسط سلول‌هاي اوكاريوت ودر پاسخ به عفونتهاي ويروسي يا سايرمحركهاي بيولوژيك توليد مي‌شوند.اگرچه اينترفرون‌ها داراي خواص‌مشتركي مي‌باشند، ولي اينترفرون گاماداراي اثرات فعال كنندگي فاگوسيت‌ها (مثل‌توليد متابوليت‌هاي اكسيژن در داخل‌فاگوسيت‌ها) مي‌باشد. تحقيقات نشان‌مي‌دهد كه اينترفرون گاما باعث افزايش‌متابوليسم اكسيداتيو ماكروفاژهاي بافتي افزايش سايتوتوكسيسيتي وابسته به‌پادتن و فعاليت سلول‌هاي كشنده طبيعي‌مي‌شود. برخلاف اينترلوكين 4،اينترفرون گاما سطح IgE و توليد كلاژن راكاهش مي‌دهد.
فارماكوكينتيك نيمه عمر اين فرآورده 38دقيقه 2/9 ساعت و 5/9 ساعت به ترتيب‌براي تزريق داخل‌وريدي داخل عضلاني وزيرجلدي مي‌باشد. با تزريق زيرجلدي‌غلظت سرمي اين فرآورده تقريبا 7 ساعت‌بعد از تجويز به حداكثر خود مي‌رسد. درحاليكه براي تزريق داخل عضلاني زمان‌لازم براي حداكثر غلظت برابر 4 ساعت‌است
موارد منع مصرف در صورت حساسيت‌مفرط به اينترفرون گاما، محصولات‌باكتري E. coli يا هر يك از اجزاء فرآورده‌نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ هنگام مصرف براي بيماران‌مبتلا به تشنج يا اختلالات CNS و بيماران‌قلبي و بيماران مبتلا به ضعف مغزاستخوان احتياط لازم بعمل آيد.
2 ـ در صورت بروز واكنش حادحساسيتي مصرف دارو فور?بايد قطع واز روشهاي درماني مناسب استفاده شود.
عوارض جانبي تب لرز، جوشهاي پوستي سردرد، ناراحتي هاي قلبي و عصبي وواكنشهاي موضعي در محل تزريق ازعوارض جانبي عمده اين دارو مي‌باشد.
تداخل هاي دارويي هنگام مصرف همزمان‌با داروهاي كاهنده فعاليت مغز استخوان‌بايد احتياط لازم را بعمل آورد.
نكات قابل توصيه 1 ـ انجام آزمايشات ذيل‌قبل از درمان و با فواصل 3 ماهه در حين‌درمان بيماران مبتلا به گرانولوماتوزتوصيه مي‌شود: آزمايشات خون شناسي شمارش كامل سلول‌هاي خوني شمارش‌تمايزي و پلاكتها) و

آزمايشات‌بيوشيميائي (آزمايشات مربوط به فعاليت‌كليه و كبد) و آزمايش ادرار.
2 ـ بهترين محل تزريق زيرجلدي در عضله‌دلتوئيد يا ران مي‌باشد.
3 ـ ويال فرآورده يكبار مصرف بوده
لذا مقدار استفاده نشده را بايد دور
ريخت
4 ـ تمام اوقات اين فرآورده بايد در
دماي 2-8 درجه سانتيگراد نگهداري ولي‌از انجماد آن بايد جلوگيري كرد. از بهم‌زدن شديد فرآورده خودداري شود. اگرفرآورده بيش از 12 ساعت در حرارت اتاق‌قرار گرفت بايد آن را دور ريخت
مقدار مصرف براي بيماراني كه بدن آنهابيشتر از 0/5m2 مي‌باشد، 50mcg/m2(1/5million U/m2) و براي بيماراني كه‌بدن آنها معادل يا كمتر از 0/5m2 مي‌باشد،1/5mcg/kg/dose سه بار در هفته بايدزيرجلدي تزريق كرد (بطور مثال دوشنبه چهارشنبه و جمعه . تجويز مقدار بيشترتوصيه نمي‌شود. اگر واكنشهاي شديدظاهر شد، بايد مقدار مصرف را (تا نصف‌مقدار فوق كاهش داد يا تا از بين رفتن اين‌واكنشها بايد مصرف را قطع نمود.
اشكال دارويي
Injection: in 100mcg (3million units) insingle-use vial

TOXOIDS

DIPHTHERIA & TETANUS & PERTUSSI
(VACCINE (DTP
(DIPHTHERIA & TETANUS TOXODIDS (DT
(DIPHTHERIA & TETANUS TOXOIDS (Td
(TETANUS TOXOID (TT

توكسوئيدها اگزوتوكسين‌هاي تغييريافته‌باكتري‌ها مي‌باشند كه بوسيله واكنش بافرمالدئيد خنثي مي‌شوند. اگرچه‌توكسوئيدها سمي نيستند ولي به لحاظخاصيت آنتي‌ژنيك توليد پادتن‌هاي‌اختصاصي بر عليه سم باكتري را تحريك‌مي‌كنند. هنگام تزريق توكسوئيدها بايد به‌نكات زير توجه داشت

1 ـ بيماران تحت درمان باداروهاي كاهنده‌سيستم ايمني يا مبتلا به نقص ايمني ممكن‌است پاسخ كمي براي ايجاد ايمني فعال‌نشان دهند.

2 ـ در صورت مشاهده ذرات معلق يا تغييررنگ در فرآورده بايد از تزريق آن‌خودداري شود.

3 ـ توكسوئيدها هرگز نبايد براي درمان‌بيماري كزاز يا ديفتري يا سياه سرفه‌مصرف شوند.

4 ـ اين فرآورده‌ها را نبايد در عضله‌سرييني از راه داخل وريدي زير جلدي يادا‌خل جلدي تزريق كرد. تزريق داخل‌عضلاني در عضله دلتوئيد يا عضله ران ترجيح؟ براي نوزادان توصيه شده است از تزريق در اطراف عروق خوني و اعصاب‌بايد اجتناب كرد. بعد از آسپيراسيون اگرخون يا مايع مشكوكي به داخل سرنگ‌وارد شد، تزريق را نبايد انجام داد ومحتويات سرنگ را بايد دور ريخت و بااستفاده از يك توكسوئيد جديد و در محلي‌متفاوت بايد تزريق را انجام داد. درواكسيناسيون اوليه از تزريق مجدد در يك محل بايد اجتناب كرد.

5 ـ افزايش فواصل زماني بين نوبتهاي‌تزريق توكسوئيدها (بدون توجه به زمان‌تاخير) در ايجاد مصونيت نهائي تاثيري‌ندارد. بنابراين در صورت تاخير نيازي به‌شروع يك دوره جديد نيست

6 ـ براي جلوگيري و مهار هر گونه واكنش‌آلرژيك امكانات لازم بايد در دسترس‌باشد.

7 ـ توكسوئيدها بايد دردماي 2-8 درجه‌سانتيگراد نگهداري شوند. از انجماد آنهاجلوگيري شود و توكسوئيد منجمد شده رابايد دور ريخت قبل از استفاده فرآورده‌را بايد تكان داد تا محتويات ويال بصورت‌تعليق درآيد.

(VACCINE (DTP

موارد مصرف اين فرآورده براي ايجادايمني فعال بر عليه بيماري كزاز، ديفتري وسياه سرفه در نوزادان و كودكان از سن 2ماهگي تا 7 سالگي مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين فرآورده حاوي‌توكسوئيدهاي كزاز و ديفتري و باسيل‌غيرفعال سياه سرفه مي‌باشد و توليدپادتن‌هاي خنثي كننده بر عليه هر سه عامل‌بيماريزا را موجب مي‌شود. ايمن‌سازي‌مناسب با توكسوئيد ديفتري حداقل 10سال مصونيت ايجاد مي‌كند.
موارد منع مصرف اين فرآورده نبايد براي‌كودكان با سن بيش از 7 سال يا كمتر از 6هفته مصرف شود. در صورت سابقه‌بهبودي از يك عفونت اثبات شده با باسيل‌سياه سرفه حساسيت نسبت به يكي ازاجزاء فراورده وجود تب يا عفونت حاد، ،هرگونه عفونت حاد يا بيماري همراه با تب ،سابقه عوارض نورولوژيك و حساسيتي‌متعاقب تزريق اين فرآورده اختلالات‌انعقادي يا كاهش تعداد پلاكت‌ها و در هنگام‌شيوع پوليوميليت از موارد منع مصرف‌اين توكسوئيد مي‌باشند.
در موارد منع مصرف واكسن سياه سرفه‌مي‌توان توكسوئيد كزاز و ديفتري‌مخصوص كودكان DT را جايگزين اين‌فرآورده نمود.
هشدارها: 1 ـ براي درمان بيماري كزاز ياپيشگيري فوري بايد از پادزهركزاز وترجيح? از پادتن انساني ضد كزاز استفاده‌شود. براي درمان بيماري ديفتري ياپيشگيري فوري بايد پادزهرديفتري‌مصرف شود.
2 ـ واكسن DTP نبايد براي ايمن‌سازي درافراد با سن بيشتر از 7 سال استفاده كرد وبجاي آن توكسوئيد تتانوس و ديفتري (Td)براي ايمن‌سازي در بزرگسالان بايدتزريق شود.
3 ـ براي كودكاني كه احتمال بروز تشنج درآنها وجود دارد، به منظور پيشگيري ازتشنجهاي تبي مقدار مناسب استامينوفن (براساس سن هر 4-6 ساعت تجويز شود.
4 ـ اگر در تزريقهاي قبلي فرآورده مواردزير طي 48 ساعت بعد از تزريق DTP اتفاق‌افتاده است نوبت‌هاي بعدي بايد با احتياطمصرف شود:
تب 40/5 درجه سانتيگراد به علت واكسن ونه به علت ديگري شوك يا كلاپس يا گريه‌مداوم و غير قابل تسكين تشنج با يا بدون‌تب
عوارض جانبي قرمزي درد و تورم ملايم‌در ناحيه تزريق كه براي چند روز باقي‌مي‌ماند، ازعوارض موضعي اين‌توكسوئيدمي‌باشند. عوارض سيستميك ملايم شامل‌تب ملايم ناخوشي خواب‌آلودگي واستفراغ مي‌باشند. عوارض‌سيستميك كه‌بروزآنها باعث منع مصرف مجددفرآورده مي‌گردد

عبارتنداز: تشنجات هرگونه آسيب مغزي بيماريهاي عصبي تغيير هوشياري شوك و كلاپس حساسيت واكنش شبيه آرتوس
تداخل‌هاي دارويي داروهاي كاهنده‌سيستم ايمني و استروئيدها و پرتودرماني‌باعث كاهش پاسخ ايمني مي‌گردد و دربيماران تحت درمان با اين داروها ممكن‌است مصونيت ايجاد نشود.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت مصرف‌همزمان با ايمنوگلوبولين كزاز يا پادزهرديفتري با استفاده از سرنگ‌هاي متفاوت ودر محلهاي مختلف اين فرآورده‌ها را بايدتزريق كرد.
مقدار مصرف
واكسيناسيون اوليه بين سن 6 هفتگي تا6 سالگي سه نوبت و هر نوبت 0/5ميلي‌ليتر (داخل عضلاني به فاصله 4-8هفته از يكديگر و يك نوبت اضافي (0/5ميلي‌ليتر) يك‌سال بعداز نوبت سوم تزريق‌شود. براي نوزادان نارس مقدار كامل 0/5ميلي‌ليتري استفاده شود. نوبت يادآوري‌هم در سن 4-6 سالگي (0/5 ميلي‌ليتر)توصيه شده است اگر تزريق چهارمين‌نوبت دوره واكسيناسيون بعد از سن 4سالگي انجام شود، نيازي به تزريق نوبت‌يادآوري نيست
بعد از اين براي نوبتهاي يادآوري هر 10سال يكبار بايد توكسوئيد كزاز و ديفتري‌مخصوص بزرگسالان (Td)تزريق كرد.
در كودكان واكسينه نشده سه نوبت 0/5 ميلي‌ليتري به فاصله 2 ماه از يكديگرو نوبت چهارم 12 ماه بعد از نوبت سوم ونوبت پنجم درسنين 4-6 سالگي بايدتزريق شود.
اشكال دارويي
Injection: 0.5, 5 , 10ml

(DIPHTHERIA & TETANUS TOXOID (DT

موارد مصرف اين فرآورده براي ايجادايمني فعال بر عليه بيماري كزاز و ديفتري‌فقط در كودكان از 2 ماهه تا 7 ساله‌مصرف مي‌شود. اين فرآورده فقط بايدبراي كودكاني استفاده شود كه براي آنهاواكسن سياه سرفه (يا واكسن سه‌گانه منع مصرف دارد.
مكانيسم اثر: اين فرآورده حاوي‌توكسوئيدهاي كزاز و ديفتري مي‌باشد وتوليد پادتن‌هاي ضد سموم كزاز و ديفتري‌را موجب مي‌شود. ايمن‌سازي مناسب باتوكسوئيد ديفتري حداقل 10 سال‌مصونيت ايجاد مي‌كند.
موارد منع مصرف اين فرآورده نبايد براي‌افراد باسن بيش‌از 7سال مصرف شود.همچنين در صورت حساسيت نسبت به‌يكي از اجزاء فراورده هر گونه عفونت حاديا بيماري همراه با تب سابقه عوارض‌نورولوژيك و حساسيتي متعاقب تزريق‌اين فرآورده اختلالات انعقادي يا كاهش‌تعداد پلاكت‌ها و درهنگام شيوع‌پوليوميليت از اين فرآورده نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ براي كساني كه به آلومينيم‌حساسيت دارند، بايد از توكسوئيد مايع‌استفاده شود.
2 ـ براي درمان بيماري كزاز يا پيشگيري‌فوري بايد از پادزهركزاز و ترجيح? از پادتن انساني ضد كزاز استفاده
شود. براي درمان بيماري ديفتري يايپيشگيري فوري بايد پادزهرديفتري‌مصرف شود.
3 ـ واكسن DTP براي ايمن‌سازي دربيشتر كودكان تا سن 7 سالگي وتوكسوئيد تتانوس و ديفتري (Td) براي‌ايمن‌سازي در بزرگسالان ترجيح داده‌مي‌شود.
عوارض جانبي عوارض جانبي شايع اين‌توكسوئيد قرمزي درد و تورم ملايم درناحيه تزريق كه براي چند روز باقي‌مي‌ماند. تب ملايم لرز، ناخوشي خواب‌آلودگي بي‌اشتهائي تهوع و گريه مداوم افزايش ضربان قلب كاهش فشار خون درد عمومي حساسيت و واكنش آرتوس‌مي باشند.
تداخل‌هاي دارويي داروهاي كاهنده‌سيستم ايمني و استروئيدها و پرتودرماني‌باعث كاهش پاسخ ايمني مي‌گردد و دربيماران تحت درمان با اين داروها ممكن‌است مصونيت ايجاد نشود.
مقدار مصرف از سن 6-8 هفتگي سه نوبت0/5 ميلي‌ليتر (داخل عضلاني به فاصله4-8 هفته از يكديگر و يك نوبت اضافي 0/5 ميلي‌ليتر) 6-12 ماه بعد از نوبت سوم‌تزريق شود.
تزريق نوبت يادآوري هر 10 سال يكبار0/5 ميلي‌ليتر توكسوئيد Td(مخصوص‌بزرگسالان مي‌باشد و زودتر از 10 سال‌بايد از تزريق آن

خودداري كرد. درصورت تماس با بيماري ديفتري تزريق‌فوري يك نوبت يادآوري 0/5 ميلي‌ليتري‌ضرورت مي‌يابد. اگر در فاصله بين نوبت‌يادآوري و نوبت سوم واكسيناسيون اوليه‌پيشگيري فوري كزاز لازم شد، مقدار 0/5ميلي‌ليتر از توكسوئيد تك ظرفيتي كزازبايد تزريق شود.

اشكال دارويي

Injection: 0.5, 5 , 10ml

(DIPHTHERIA & TETANUS TOXOID (Td

موارد مصرف اين فرآورده براي ايجادايمني فعال بر عليه بيماري كزاز و ديفتري‌مصرف مي‌شود. استفاده از اين فرآورده‌براي ايجاد مصونيت در افراد با سن بيش‌از 7 سال نسبت به واكسن DTP ارجحيت‌دارد.
مكانيسم اثر: اين فرآورده حاوي‌توكسوئيدهاي كزاز و ديفتري مي‌باشد وتوليد پادتن‌هاي ضد سموم كزاز و ديفتري‌را موجب مي‌شود. ايمن‌سازي مناسب باتوكسوئيد ديفتري حداقل 10 سال مصونيت‌ايجاد مي‌كند.
موارد منع مصرف اين فرآورده نبايد براي‌افراد با سن كمتر از 7 سال مصرف شود.همچنين در صورت حساسيت نسبت به‌يكي از اجزاء فرآورده هرگونه عفونت حاديا بيماري همراه با تب ، سابقه عوارض‌نورولوژيك و حساسيتي متعاقب تزريق‌اين فرآورده اختلالات انعقادي يا كاهش‌تعداد پلاكت‌ها و در هنگام شيوع‌پوليوميليت از موارد منع مصرف اين‌توكسوئيد مي‌باشند.
هشدارها: 1 ـ براي كساني كه به آلومينيم‌حساسيت دارند، بايد از توكسوئيد مايع‌استفاده شود.
2 ـ براي درمان بيماري كزاز يا پيشگيري‌فوري بايد از پادزهركزاز و ترجيح? ازپادتن انساني ضد كزاز استفاده شود. براي‌درمان بيماري ديفتري يا پيشگيري فوري‌بايد پادزهرديفتري مصرف شود.
3 ـ واكسن DTP براي ايمن‌سازي دربيشتر كودكان تا سن 7 سالگي وتوكسوئيد تتانوس و ديفتري (Td) براي‌ايمن‌سازي در بزرگسالان ترجيح داده‌مي‌شود.
عوارض جانبي عوارض جانبي شايع اين‌توكسوئيد قرمزي درد و تورم ملايم درناحيه تزريق (كه براي چند روز باقي‌مي‌ماند)، تب ملايم لرز، ناخوشي افزايش‌ضربان قلب كاهش فشار خون دردعمومي حساسيت و واكنش آرتوس‌مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي داروهاي كاهنده‌سيستم ايمني و استروئيدها و پرتودرماني‌باعث كاهش پاسخ ايمني مي‌گردد و دربيماران تحت درمان با اين داروها ممكن‌است مصونيت ايجاد نشود.
نكات قابل توصيه 1 ـ باوجود احتمال‌كاهش پاسخ ايمني در بيماران مبتلا به‌عفونت HIV(با علامت يا بدون علامت ،مصرف اين فرآورده براي ايمن‌سازي‌توصيه مي‌شود.
مقدار مصرف
واكسيناسيون اوليه از سن 6-8 هفتگي‌دو نوبت 0/5 ميلي‌ليتري (داخل عضلاني به فاصله 4-8 هفته از يكديگر و يك نوبت‌اضافي (0/5 ميلي‌ليتر)

12-6 ماه بعد ازنوبت دوم تزريق شود. نوبت سوم قسمت‌مهم واكسيناسيون بوده بطوري كه بدون‌آن واكسيناسيون ناقص مي‌باشد. تزريق‌نوبت يادآوري هر 10 سال يكبار 0/5ميلي‌ليتر مي‌باشد و از تزريق آن بايدزودتر از 10 سال خودداري كرد.
در صورت تماس با بيماري ديفتري تزريق فوري يك نوبت يادآوري 0/5ميلي‌ليتري ضرورت مي‌يابد. اگر در فاصله‌بين نوبت يادآوري و نوبت سوم‌واكسيناسيون اوليه پيشگيري فوري كزازلازم شد، مقدار 0/5 ميلي‌ليتر از توكسوئيدتك ظرفيتي كزاز بايد تزريق شود.
اشكال دارويي
Injection: 0.5, 5 , 10ml

(TETANUS TOXOID, ADSORBED(TT

موارد مصرف اين توكسوئيد براي ايجادايمني‌فعال برعليه بيماري كزاز مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: توكسوئيد كزاز
توليد پادتن‌هاي ضداگزوتوكسينClostridium tetani را موجب مي‌شود.
و در صورت تكميل دوره مصرف مصونيت ايجادشده براي حداقل 10 سال‌باقي مي‌ماند.
موارد منع مصرف در صورت حساسيت‌به هر يك از اجزاء توكسوئيد، سابقه‌هرگونه علائم نورولوژيك متعاقب تزريق‌اين توكسوئيد، هرگونه عفونت حاد يابيماري همراه با تب اختلالات انعقادي ياكاهش تعداد پلاكت‌ها و در هنگام شيوع‌پوليوميليت از مصرف اين توكسوئيدخودداري شود.
هشدارها: 1 ـ براي كساني كه به آلومينيم‌حساسيت دارند، بايد از توكسوئيد مايع‌استفاده شود.
2 ـ براي درمان بيماري كزاز يا پيشگيري‌فوري بايد از پادزهركزاز و ترجيح? ازپادتن انساني ضد كزاز استفاده شود.
3 ـ واكسن DTP براي ايمن‌سازي دربيشتر كودكان تا سن 7 سالگي وتوكسوئيد تتانوس و ديفتري (Td) براي‌ايمن‌سازي در بزرگسالان ترجيح داده‌مي‌شود.
عوارض جانبي عوارض جانبي شايع اين‌توكسوئيد قرمزي درد و تورم ملايم درناحيه تزريق (كه براي چند روز باقي‌مي‌ماند)، تب ملايم لرز، ناخوشي افزايش‌ضربان قلب كاهش فشار خون سردرد،دردعضلاني حساسيت و واكنش آرتوس‌مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي داروهاي كاهنده‌سيستم ايمني و استروئيدها و پرتودرماني‌باعث كاهش پاسخ ايمني مي‌گردند و دربيماران تحت درمان با اين داروها ممكن‌است مصونيت ايجاد نشود. مصرف‌همزمان اين توكسوئيد با ايمنوگلوبولين‌ضد كزاز موجب چندروز تاخير در ظهورمصونيت فعال مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ باوجود احتمال‌كاهش پاسخ ايمني در بيماران مبتلا به‌عفونت HIV(باعلامت يابدون علامت ،مصرف اين فرآورده براي ايمن‌سازي‌توصيه مي‌شود.
مقدار مصرف
واكسيناسيون اوليه اين توكسوئيد بايددر دو نوبت و هر نوبت 0/5 ميلي‌ليتر (داخل عضلاني به فاصله 4-8 هفته و يك‌نوبت اضافي 6-12 ماه بعد تزريق شود.نوبت يادآوري هر 10 سال يكبار 0/5ميلي‌ليتر مي‌باشد. هرگاه‌ايمن

سازي‌دراولين سال زندگي شروع شود، سه‌نوبت به فواصل 4-8 هفته و نوبت چهارم6-12 هفته بعد از نوبت سوم بايد تجويزشود.
براي پروفيلاكسي در درمان زخم اگرفرد واكسينه شده ويا از آخرين نوبت‌يادآوري بيش از 10 سال نمي‌گذرد، نيازي‌به درمان پروفيلاكتيك ندارد. درغيراين‌صورت در مورد زخم كوچك وتميز تزريق يك نوبت يادآوري توكسوئيدضروري است و در مورد زخم هاي ديگرايمنوگلوبولين كزاز نيز بايد تزريق
شود.
چنانچه فرد واكسينه نشده يا با سابقه‌واكسيناسيون ناقص مي‌باشد، يك دوره‌كامل واكسيناسيون با توكسوئيد توصيه‌مي‌شود. در چنين افرادي براي زخمهاي‌بزرگ يا كثيف علاوه بر واكسيناسيون تزريق ايمنوگلوبولين كزاز نيز توصيه‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection: 0.5, 5 , 10ml

TUBERCULIN PPD

موارد مصرف در آزمايش مانتو براي‌تشخيص عفونت سل مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين فرآورده حاوي‌محصولات رشد باسيل سلMycobacterium tuberculosis مي‌باشد كه‌هرگاه داخل جلدي تزريق شوند، واكنش‌حساسيتي بصورت سفتي و قرمزي درافراد حساس نمايان مي‌شود. واكنش مثبت‌نشاندهنده سابقه عفونت سل يا سابقه‌واكسيناسيون بر عليه باسيل سل مي‌باشد.
موارد منع مصرف براي افرادي كه مثبت‌بودن آزمون توبركولين در آنها محرزباشد، اين فرآورده نبايد استفاده شود.
هشدارها: 1 ـ اين فرآورده نبايد از راه‌زيرجلدي تزريق شود، زيرا در اين صورت‌در افراد حساس باعث يك واكنش عمومي‌همراه باتب يا التهاب حاد در اطراف محل‌تزريق شود.
2 ـ تا 6 ماه بعد از عفونتهاي ويروسي واكسيناسيون با ويروس زنده سل ريوي‌يا سل ارزني عفونتهاي باكتريائي بيماريهاي تب دار شديد، سوءتغذيه سركوئيدوزيس بدخيمي يا ضعف‌سيستم ايمني پاسخ نسبت به آزمايش‌توبركولين ممكن‌است مهار شود.
3 ـ پاسخ نسبت به آزمايش توبركولين دربين افراد مسن ممكن است كاهش يابد ياتاخيري انجام شود. در مورد كودكان 10ماه بعد از پايان تماس كودك با فرد مسلول‌مي‌توان نتيجه منفي آزمايش توبركولين راملاك قرار داد.
عوارض جانبي در افراد با حساسيت زياد،واكنشهاي مثبت شديد مثل بروز تاول زخم يا نكروز در محل زخم ظاهر مي‌شود.كمپرس سرما و مصرف استروئيدهاي‌موضعي ممكن است باعث درمان علامتي‌شوند. اسكار در محل زخم اين افرادبوجود مي‌آيد.
نكات قابل توصيه 1 ـ هنگام آزمايش افرادمبتلا به سل فعال احتياط لازم بعمل آيد.
2 ـ واكنش مثبت الزام? نشاندهنده بيماري‌فعال نيست اعمال تشخيصي ديگر مثل‌عكسبرداري از قفسه سينه آزمايشات‌باكتريولوژيك خلط براي اثبات تشخيص‌ضروري است
مقدار مصرف براي انجام آزمون اول بايد5 واحد توبركولين (TU) داخل جلدي‌تزريق شود. در افراد مشكوك به‌حساسيت زياد، تزريق 1 واحد كافي است
آزمايش مجدد: براي افرادي كه نتيجه‌آزمايش اول آنها منفي است با استفاده از5 واحد ديگر مي‌توان آزمايش را در ساعتديگر تكرار كرد.

اشكال دارويي
Injection: in 5 tuberculin units per 0.1ml

VACCINES

BCG VACCINE
HEPATITIS B VACCINE
(INACTIVATED POLIOVIRUS VACCINE (IPV
INFLUENZA VACCINE
MEASLES VACCINE
MEASLES, MUMPS & RUBELLA VACCINE
(MMR)
MENINGOCOCCAL (A+C) VACCINE
MUMPS VIRUS VACCINE
PNEUMOCOCCAL POLYVALENT VACCINE
(POLIOVIRUS ORAL VACCINE (OPV
RABIES VACCINE, VERO
RUBELLA VACCINE
TYPHOID VACCINE
VARICELLA VACCINE
YELLOW FEVER VACCINE

واکسن‌ها مواد آنتي‌ژنيك هستند كه براي‌ايجاد ايمني‌فعال برعليه باكتري‌ها وويروس‌ها مصرف مي شوند. واكسن‌هاممكن‌است حاوي ميكرو ارگانيسم‌هاي‌كشته شده يا زنده يا قسمتهائي خاص ازميكروارگانيسم‌ها باشند. در هنگام تجويزواكسن‌ها بايد به نكات زير توجه نمود.

1 ـ بعضي از واكسن‌ها (مثل فلج كودكان واكنشهاي خيلي كمي را موجب مي‌شوند،در صورتي‌كه ساير واكسن‌ها (مثل‌سرخجه و سرخك ممكن‌است شكل‌ملايمي از خود بيماري را ايجادكنند.گهگاهي نيز واكنشهاي شديدتري‌ممكن‌است مشاهده شود. واكنشهاي‌آنافيلاكتيك بطور خيلي نادر اتفاق مي‌افتدولي امكان دارد كشنده باشند.

2 ـ واكسن‌ها را در زمان ابتلابه بيماريهاي‌حاد يا در صورت سابقه واكنش شديدنسبت به نوبت‌هاي قبلي واكسن نبايد بكاربرد.

3 ـ بخاطر احتمال خطر آسيب به جنين تجويز واكسنهاي زنده براي زنان فقط بايددر صورت ضرورت انجام شود.

4 ـ واكسن‌هاي زنده را نبايد براي افراداراي نقص سيستم ايمني يا مبتلا به‌بيماري‌هاي بدخيم تجويز نمود.

5 ـ هنگام تجويز داخل عضلاني واكسن‌هابراي بيماران با اختلالات انعقادي ياتحت‌درمان با داروهاي ضد انعقادي بايداحتياط نمود.

6 ـ استفاده از واكسن‌ها براي برنامه ايمن‌سازي همگاني بايد طبق برنامه مصوب‌كميته كشوري ايمن سازي انجام شود.
7 ـ كودكان نارس (در صورت سلامت ازنظر زماني بايد مشابه ساير كودكان‌واكسينه شوند.
8 ـ واكسن‌هاي زنده را نبايد از 3 هفته قبل‌تا 3 ماه بعد از تجويز ايمنوگلوبولين‌ها بكاربرد.
9 ـ در صورت احتمال تماس با عامل‌بيماريزا (مثل هپاتيت B، سرخك اوريون سرخجه و فلج كودكان ، كاركنان ودانشجويان مراكز بهداشتي درماني بايدبرعليه بيماري واكسينه شوند.
10 ـ براي جلوگيري از ابتلاي بيماران‌داراي نقص ايمني افراد خانواده آنان‌رابايدبر عليه سرخك سرخجه اوريون وفلج‌كودكان (باواكسن IPV واكسينه نمود.
11 ـ براي زنان باردارو زناني كه قصددارند طي سه ماه آينده باردار شوند،اصولا نبايد واكسن‌هاي حاوي‌ويروس‌هاي زنده ضعيف شده را استفاده‌نمود. بعضي از واكسن‌ها مثل سرخجه سرخك و اوريون در دوره بارداري منع‌مصرف دارند. در صورت ضرورت‌واكسيناسيون در زنان باردار، بهتر است‌تا سه ماه دوم يا سوم صبر نمود.

BCG VACCINE

موارد مصرف واكسن BCGبراي‌ايمن‌سازي فعال بر عليه سل در كودكاني‌مصرف مي‌شود كه آزمون توبركولين آنهامنفي مي‌باشد. بجز نوزادان در مورد كليه‌افراد قبل از واكسيناسيون بايد آزمون‌پوستي براي حساسيت توبركولين راانجام داد.
از واكسن BCGدر درمان كارسينوماي‌موضعي مثانه و همچنين به عنوان عامل‌كمكي براي تشديد توليد پادتن نيز استفاده‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: واكسن BCG فرآورده زنده وضعيف شده از كشت باسيل Calmette &Guerin سوش Mycobacterium bovisاست كه با ايمن‌سازي فعال احتمال بروزعوارض شديد سل اوليه را در كودكان‌كاهش مي‌دهد.
موارد منع مصرف اين واكسن در افرادداراي آزمون مثبت توبركولين بيماران‌مبتلا به نقص ايمني و بيماران تحت
درمان با استروئيدها نبايد مصرف
شود.
هشدارها: 1 ـ اين واكسن به صورت داخل‌وريدي زيرجلدي يا داخل جلدي نبايدتزريق شود. در عضله دلتوئيد و از راه‌پوستي استفاده شود.
2 ـ در مورد تماس كودكان واكسينه شده باافراد مبتلا به سل فعال احتياط لازم بعمل‌آيد.
عوارض جانبي لنفادنوپاتي زخم در محل‌مايه كوبي واكنشهاي لوپوئيد از جمله‌عوارض جانبي واكسن BCGمي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي داروهاي ضدميكربي وداروهاي كاهنده سيستم ايمني ممكن است‌در ايجاد پاسخ مناسب ايمني مداخله
كنند.
نكات قابل توصيه 1 ـ از آنجائيكه اين‌واكسن حاوي باكتري زنده مي‌باشد،رعايت اصول آسپتيك ضروري است
2 ـ قبل از تجويز، احتمال واكنشهاي‌آلرژيك بررسي شود.
3 ـ شدت و مدت واكنش موضعي به عمق‌تزريق و تفاوتهاي فردي بستگي دارد.اولين واكنش پوستي معمولا بين 10-14روز بصورت پاپول‌هاي قرمز كوچك درمحل تزريق ظاهر مي‌گردد. پاپول‌ها بعد از4-6 هفته به بيشترين قطر خود (در حدود3 ميلي‌متر) مي‌رسند و بعد از آن پاپول‌هاپوسته پوسته و كوچك مي‌شوند. 6 ماه بعدهيچ اثر قابل رويتي از واكسيناسيون‌وجود نخواهد داشت
4 ـ واكسيناسيون فقط در مورد افراد باآزمون منفي توبركولين توصيه

مي‌شود.در غير اين صورت واكسيناسيون افراد باحساسيت بالا به آنتي‌ژن‌هاي‌مايكوباكتريومي مي‌تواند منجر به بروزواكنشهاي حساسيتي مثل تب بي‌اشتهائي درد عضلاني و درد عصبي شودكه تا چند روز ادامه مي‌يابد.
5 ـ گهگاهي در كودكان لنفادنوپاتي غده‌لنفاوي اطراف موضع تزريق مشاهده‌مي‌شود كه خودبخود برطرف مي‌شود.
6 ـ واكسن بايد در دماي 2-8 درجه‌سانتيگراد و دور از نور نگهداري شود. بعداز انقضاي تاريخ مصرف واكسن را نبايدمصرف كرد. فرآورده رقيق شده را بايد دريخچال نگهداري و طي 2 ساعت مصرف‌كرد.
مقدار مصرف مقدار 1 ميلي‌ليتر آب‌استريل‌براي تزريق به يك آمپول واكسن اضافه و0/2-0/3 ميلي‌ليتر واكسن از راه پوستي‌تزريق شود. هيچ پوششي بر روي محل‌تزريق لازم نيست ولي بايد توصيه كرد كه‌محل تزريق تا 24 ساعت بعد خشك‌نگه‌داشته شود. واكسيناسيون براي‌افرادي كه بعد از 2-3 ماه آزمون‌توبركولين آنها هنوز منفي است بايدتكرارشود. در نوزادان با سن كمتر از 1 ماه‌مقدار واكسن بايد به نصف تقليل يابد(رقيق نمودن يك آمپول در 2 ميلي‌ليترآب‌استريل .
اشكال دارويي
.Powder for injection (lyophilized):50mg

HEPATITIS B VACCINE

موارد مصرف واكسن هپاتيت B براي‌ايمن‌سازي برعليه تمام عفونتهاي ايجادشده به وسيله انواع ويروس‌هاي هپاتيت B و همچنين براي واكسيناسيون افرادي كه‌در معرض خطر عفونت هپاتيت B هستند،استفاده مي‌شود. كاركنان بهداشتي ودرماني كه ممكن‌است به نحوي با خون يانمونه هاي آزمايشگاهي بيماران كار كنند ونوزادان متولد شده از مادران HBsAgمثبت‌بايد بر عليه هپاتيت Bواكسينه شوند.
مكانيسم اثر: واكسن نوتركيبي هپاتيت B ازآنتي‌ژن سطحي HBsAg، توليد شده توسطسلول‌هاي مخمر، بدست مي‌آيد. اين‌واكسن توليد پادتن‌هاي ضد HBsرا، دربيشتر افرادي كه يك دوره سه نوبتي‌واكسيناسيون را انجام داده باشند، تحريك‌مي‌كند. ايجاد مصونيت با ميزان پادتن بيش‌از10mIU/ml اثبات مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ بيماران مبتلا به نقص ايمني به‌مقادير بيشتري از واكسن نيازمند هستند.2 ـ واكسن هپاتيت B بر عليه ويروس‌هاي‌هپاتيت A، Cو E و ساير ويروس‌هاي مولدعفونتهاي كبدي مصونيت ايجاد نمي‌كند.
3 ـ اثر اين واكسن در افراد با سن بيشتر از40 سال كاهش مي‌يابد.
عوارض جانبي خستگي ضعف تب ناخوشي افزايش تعريق احساس گرما،لرز، سردرد، سرگيجه كهير، درد و التهاب‌در محل تزريق لنفادنوپاتي از عوارض‌جانبي اين واكسن مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌داروهاي كاهنده سيستم ايمني وگلوكوكورتيكوئيدها ممكن است پاسخ‌ايمني ناقص را موجب شوند.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت عفونت‌فعال و شديد بايد واكسيناسيون هپاتيت B را به تعويق انداخت مگر اينكه تاخير درواكسيناسيون عواقب وخيم تري را به‌دنبال داشته باشد.
2 ـ محل تزريق عضلاني در ايجاد پاسخ‌ايمني تاثير دارد. تزريق در عضله دلتوئيدبراي بزرگسالان و در عضله ران براي‌كودكان توصيه شده است تزريق درعضله سريني باعث كاهش پاسخ ايمني‌مي‌شود.
3 ـ واكسن هپاتيت B بايد در دماي 2-8درجه سانتيگراد و بدور از نور نگهداري‌شود. از انجماد واكسن جلوگيري شود.
4 ـ مصونيت ايجاد شده مدت 5 سال طول‌مي‌كشد و در اين مدت به تزريق يادآوري‌نيازي نيست
مقدار مصرف برنامه واكسيناسيون براي‌گروههاي پرخطر شامل تزريق 3 نوبت‌واكسن ( نوبت دوم و سوم به ترتيب 1 و 6ماه بعد از نوبت اول ) و هر نوبت براي‌بزرگسالان‌مقدار 10 يا 20 ميكروگرم وبراي كودكان 2/5-

10 ميكروگرم مي‌باشد.
اشكال دارويي
Injection: 5mcg/ml HBsAg for adults
2.5mcg/ml HBsAg for children &

INACTIVATED POLIOVIRUS

(VACCINE (IPV
موارد مصرف واكسن تزريقي فلج اطفال درافرادي كه قادر به مصرف واكسن خوراكي‌فلج اطفال نيستند، كودكاني كه بطور ناقص‌مصون شده‌اند و بيماران مبتلا به نقص‌سيستم ايمني مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: واكسن تزريقي فلج كودكان IPV) يك سوسپانسيون از سه نوع 1، 2 و 3ويروس فلج كودكان مي‌باشد كه از كشت‌سلولي كليه ميمون بدست مي‌آيد.
فارماكوكينتيك تجويز چند نوبت اين‌واكسن توليد پادتن‌هائي را بر عليه تمام‌انواع ويروس فلج كودكان موجب مي‌شودكه در بيش از 97% كودكان واكسينه شده‌مصونيت ايجاد مي‌كند.
موارد منع مصرف براي بيماران مبتلا به‌هر نوع بيماري حاد و تب تا زماني كه بهبوديابند، نبايد مصرف شود. اگر چه براي‌بيماريهاي خفيفي مثل عفونت ملايم‌دستگاه تنفس نبايد در واكسيناسيون‌تاخير كرد.
هشدارها: 1 ـ اگر نسبت به نئومايسين استرپتومايسين و پلي ميكسين موجود درواكسن آنافيلاكسي يا شوك آنافيلاكتيك‌ايجاد شد، نوبتهاي بعدي واكسن نبايدتزريق شود.
2 ـ بيماران مبتلا به نقص ايمني يا بيماران‌تحت درمان با داروهاي كاهنده سيستم‌ايمني ممكن است پاسخ ايمني مناسبي را درمقابل اين واكسن نشان ندهند و مصونيت‌كامل در آنها ايجاد نشود.
عوارض جانبي واكنشهاي موضعي درمحل تزريق (مثل قرمزي تورم و درد)، تب خواب آلودگي گريه كردن كاهش اشتها وحالت تهوع از عوارض جانبي اين واكسن‌مي باشند.
نكات قابل توصيه 1 ـ قبل از تزريق واكسن‌بايد به سابقه بيمار و توصيه هاي مصرف‌فرآورده مورد مصرف توجه شود. درسابقه بيمار احتمال بروز حساسيت وعوارض جانبي كه متعاقب تزريق دوزهاي‌قبلي صورت گرفته بايد بررسي شود.
2 ـ احتمال دارد كه تحريك سيستم ايمني‌بيمار مبتلا به عفونت HIV با ايمن‌سازي‌توسط واكسن غيرفعال شده موجب‌اختلال در فعاليت سيستم ايمني مي‌شود.اگر چه فوايد واكسيناسيون اينگونه افرادبر احتمال خطر برتري دارد.
3 ـ فقط زيرجلدي و ترجيح? در عضله‌دلتوئيد براي بزرگسالان و عضله ران براي‌كودكان تزريق شود. در اطراف عروق خوني‌و اعصاب نبايد تزريق شود. بعد ازآسپيراسيون اگر خون يا مايع مشكوكي به‌داخل سرنگ وارد

شد، تزريق نبايد انجام‌شود. محتويات سرنگ را بايد دور ريخت وبايد با استفاده از يك آمپول جديد و در محلي‌متفاوت واكسن تزريق شود.
4 ـ براي برنامه واكسيناسيون كودكان‌واكسن خوراكي نسبت به واكسن تزريقي‌داراي ارجحيت است چونكه اين واكسن‌ايمني روده‌اي ايجاد مي‌كند، تجويز آن‌آسان است براحتي توسط كودكان‌پذيرفته مي‌شود و در بعضي از اطرافيان‌مصونيت ايجاد مي‌كند.
5 ـ هر گونه تأخير در فواصل بين نوبتهاي‌تزريق واكسن در ايجاد مصونيت نهائي‌تاثيري ندارد. بنابراين در صورت تأخيرنيازي به شروع يك دوره جديد نيست
6 ـ واكسن در دماي 2-8 درجه سانتيگرادپايدار است بايد از انجماد واكسن‌جلوگيري كرد.
مقدار مصرف
اطفال دوره اوليه ايمن‌سازي شامل سه‌نوبت 0/5 ميلي‌ليتري زيرجلدي مي‌باشد.فواصل بين دو نوبت اول بايد حداقل 4 هفته‌و ترجيح? 8 هفته باشد. اولين و دومين‌نوبت را معمولا با واكسن ثلاث و در سنين4 و 8 ماهگي تجويز مي‌كنند. سومين نوبت‌بايد حداقل 6ماه وترجيح? 12ماه بعدازنوبت دوم تجويز شود.
نوبت يادآوري را قبل از شروع مدرسه بايدتزريق كرد مگر اينكه اولين نوبت دوره‌اوليه در شروع 4 سالگي يا بعد از آن تزريق‌شده باشد.
تزريق تمام سه نوبت دوره اوليه و نوبت‌يادآوري براي تكميل واكسيناسيون‌ضروري مي‌باشد. كودكاني كه به طورناقص با IPVواكسينه شده‌اند بايد نوبتهاي‌اضافي دريافت كنند تا به چهار نوبت لازم‌برسند.
بزرگسالان واكسينه نشده براي اين‌افراد اگر در معرض خطر پوليوويروس‌قرار دارند، يك دوره اوليه واكسيناسيون‌توصيه مي‌شود. سه نوبت هر بار 0/5ميلي‌ليتر زير جلدي نوبت اول و دوم بافاصله 1-2 ماه و نوبت سوم 6-12 ماه بعدتزريق شود.
بزرگسالان با واكسيناسيون ناقص براي اين افراد اگر در معرض خطرپوليوويروس قرار دارند و حداقل يك نوبت‌واكسن دريافت كرده‌اند، بايد حداقل يك‌نوبت IPVيا OPV تجويز شود. اگر فرصت‌هست به منظور تكميل دوره اوليه بايدنوبت‌هاي اضافي را تزريق كرد.
اشكال دارويي
Injection: 0.5ml

موارد مصرف اين واكسن فقط براي ايجادايمني فعال (توليد پادتن بر عليه آنتي‌ژن‌هاي ويروس آنفلونزا كه در واكسن‌موجود است مصرف مي‌شود. تزريق‌واكسن براي افراد باسن بيشتر از 6 ماه كه‌بدليل سن و شرايط پزشكي در معرض‌خطر ابتلا به آنفلونزا هستند، توصيه‌مي‌شود. همچنين براي سالمندان با بيش از65 سال سن كاركنان خانه سالمندان ياكاركنان بهداشتي و درماني كه با بيماران‌مزمن سروكار دارند، كودكان وبزرگسالان مبتلا به بيماريهاي مزمن كودكان تحت درمان طولاني مدت باآسپيرين زنان باردار كه سه ماهه دوم وسوم بارداري آنها در فصل آنفلونزا واقع‌مي‌گردد توصيه مي‌شود.
مكانيسم اثر: واكسن آنفلونزا، آنتي‌ژن‌هاي‌تهيه شده از سه سويه مختلف ويروس‌هاي‌غيرفعال آنفلونزا مي‌باشد كه باعث‌پادتن‌هاي خاصي مي‌شود. مصونيت فقطدرمقابل آن سويه‌هائي از ويروس ايجادمي‌شود كه مشابهت نزديكي با سويه هاي‌موجود در واكسن داشته باشند.
فارماكوكنتيك مصونيت تقريبا 14 روز بعداز تزريق واكسن ايجاد مي‌شود و براي 6ماه تا يك سال باقي مي‌ماند.
موارد منع مصرف در صورت وجودحساسيت نسبت به تخم مرغ (در مورد‌واكسن‌هائي كه از مايع آمبريونيك جوجه‌مرغ تهيه شده‌اند)، حساسيت نسبت به هريك از اجزا واكسن سابقه سندرمGuillen-Barre، سابقه عوارض عصبي بعداز تجويز واكسن‌ها، بيماري حاد تنفسي وعفونت حاد نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ بيماران مبتلا به نقص ايمني‌اعم از مادرزادي يا به علت بيماري
(عفونت HIV) يا ناشي از درمان گلوكوكورتيكوئيدها، داروهاي‌سايتوتوكسيك يا پرتودرماني در بيماران‌سرطاني ممكن است پاسخ كمتري دهند.
عوارض جانبي عوارض جانبي واكسن‌آنفلونزا عموم? در بزرگسالان اهميت‌نداشته و احتمال بروز آنها كم است اختلالات عصبي (مثل آنسفالوپاتي فلج‌نسبي عصب صورت و التهاب عصب‌بينائي ، درد در محل تزريق تب دردعضلاني و احساس ناخوشي از عوارض‌جانبي واكسن آنفلونزا مي‌باشد. بدليل‌وجود مقادير خيلي كم پروتئين‌هاي تخم‌مرغ در واكسن هاي جديد، واكنشهاي‌حساسيتي بندرت اتفاق مي‌افتد.
نكات قابل توصيه 1 ـ بدليل احتمال بروزتب بعد از واكسن آنفلونزا، سابقه تشنج‌ناشي از تب بررسي شود و از تزريق‌واكسن در افراد مبتلا به تب حاد

خودداري‌شود.
2 ـ واكسيناسيون آنفلونزا همزمان باتزريق ساير واكسن‌ها (در محل‌هاي‌متفاوت بلامانع است
3 ـ تزريق واكسن ممكن است در همه افرادمصونيت ايجاد نكند.
4 ـ فقط داخل عضلاني و ترجيح? در عضله‌دلتوئيد براي بزرگسالان و عضله ران‌براي كودكان تزريق شود. تزريق درعضله سرياني باعث كاهش پاسخ ايمني‌مي‌شود.
5 ـ واكسن آنفلونزا بايد دردماي 2-8درجه سانتيگراد و بدور از نور نگهداري‌شود. از انجماد واكسن جلوگيري شود.
6 ـ قبل از تزريق ويال واكسن را بايد خوب‌تكان داد. در صورت انجماد يا مشاهده‌تغيير رنگ يا وجود ذرات در ويال بايد ازتزريق واكسن خودداري كرد.
مقدار مصرف براي كودكان با سن كمتر از9 سال كه قبلا واكسينه نشده‌اند بايد طي دونوبت (به فاصله بيشتر از يكماه و هر نوبت0/5 ميلي‌ليتر از واكسن (حاوي‌آنتي‌ژن‌هاي سطحي يا اجزاي ويروس تزريق شود. در خردسالان با سن بين6-35 ماه مقدار 0/25 ميلي‌ليتر بايد تزريق‌شود. در كودكان با سن كمتر از 12 سال ازتزريق واكسن حاوي ويروس كامل‌خودداري شود. در افراد با سن بيش از 12سال تزريق يك نوبت واكسن كافي است واكسيناسيون بايد سالانه و در زمان‌شيوع عفونت آنفلونزا انجام گردد.
اشكال دارويي
Injection: 5ml Vials

MEASLES VACCINE

موارد مصرف اين واكسن براي ايجاد ايمني‌فعال بر عليه ويروس سرخك براي‌كودكان در سنين 12-15 ماهگي بكارمي‌رود. واكسن MMR براي ايجادمصونيت بر عليه سرخك سرخجه وارويون نسبت به هركدام از اين واكسن‌هابه تنهائي ترجيح داده مي‌شود.
مكانيسم اثر: واكسن سرخك حاوي‌ويروس‌هاي زنده ضعيف شده Measles ازسويه Enders' attenuated Edmonston (ازكشت سلولي جنين جوجه مي باشد.
فارماكوكنتيك
مصونيت براي مدت بيشتر از 13 سال بدون كاهش محسوسي باقي مي‌ماند.
موارد منع مصرف بارداري حساسيت‌نسبت به يكي از اجزاي واكسن ( مثل تخم‌مرغ ، بيماران تحت درمان با داروهاي‌كاهنده سيستم ايمني ابتلا به سرطانهاي‌بدخيم مغز استخوان يا سيستم لنفاوي نقص اوليه يا اكتسابي سيستم ايمني سل‌فعال درمان نشده سابقه فاميلي نقص‌ژنتيكي ايمني بيماري حاد تنفسي و عفونت‌فعال همراه تب از موارد منع مصرف اين‌واكسن مي‌باشند.
هشدارها: 1 ـ افراد با سابقه واكنشهاي‌آنافيلاكتيك ناشي از خوردن تخم مرغ نبايد واكسينه شوند.
2 ـ به زنان باردار تزريق نشود. زنان بايدتا سه‌ماه بعد از واكسيناسيون از بارداري‌اجتناب نمايند. ابتلا به سرخك در دوران‌بارداري خطر بروز عوارض جنيني راافزايش مي‌دهد.
3 ـ بيماران مبتلا به عفونت HIV ولي بدون‌علائم واضح باليني تضعيف سيستم ايمني‌را مي‌توان واكسينه نمود. اگرچه احتمال‌دارد پاسخ ايمني در اين بيماران كمتر ازافراد سالم باشد.
عوارض جانبي واكنشهاي آنافيلاكتيك تب‌ملايم (38/3-39/4 درجه‌سانتيگراد)،سرفه التهاب‌بيني و جوشهاي پوستي‌ازعوارض جانبي‌اين‌واكسن مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي تا چندروز بعداز تزريق‌واكسن سرخك در بين بيماران آسمي نتيجه‌مثبت كاذب در آزمايش متاكولين‌استنشاقي مشاهده شده است واكسن‌ويروس زنده ممكن است باعث شود كه‌نتيجه آزمونهاي جلدي حساسيت تاخيري مثل آزمون توبركولين منفي كاذب نمايش‌داده شوند. اين اثر حتي تا چندين هفته بعداز واكسيناسيون باقي مي‌ماند.
نكات قابل توصيه 1 ـ به والدين توصيه‌شود كه بروز تب امكان دارد و آنها

بايد به‌منظور جلوگيري از تشنج ناشي از تب بالااقدامات لازم را بعمل آورند.
2 ـ استفاده از واكسن سرخك در افراد باسن بيش از 12 ماه موثر و بي ضررمي‌باشد. كودكان با سن كمتر از 12 ماه‌بدليل وجود پادتن‌هاي مادر در خون آنهاممكن است بخوبي پاسخ ندهند. كودكاني‌كه در سن كمتر از 12 ماه واكسينه شده‌اند،بايد دوباره بعد از 15 ماهگي واكسينه‌شوند.
3 ـ بهتر است اين واكسن را يكماه قبل يابعد از دريافت ساير واكسن‌هاي ويروسي‌تجويز كرد.
4 ـ واكسن سرخك را بايد دردماي 2-8درجه سانتيگراد و بدور از نور نگهداري‌كرد. فقط بايد از محلول همراه واكسن براي‌رقيق كردن استفاده كرد. واكسن را هر چه‌سريعتر بعد از آماده سازي بايد مصرف‌كرد و در صورت عدم مصرف بعد از 8ساعت بايد آن را دور ريخت
مقدار مصرف تمامي واكسن موجود دريك ويال 0/5 ميلي‌ليتري را ترجيح? بايد درسن 15 ماهگي و در سطح بيروني بازوتزريق نمود. مقدار مصرف براي تمام‌سنين يكسان است
اشكال دارويي
Powder for Injection

(MEASLES, MUMPS & RUBELLA VACCINE (MMR

موارد مصرف اين فرآورده براي‌ايمن‌سازي فعال همزمان بر عليه سرخك سرخجه و اوريون در سنين بعد از 15ماهگي مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين فرآورده حاوي مجموعه‌اي از واكسن‌هاي سرخك اوريون وسرخجه مي‌باشد.
موارد منع مصرف بارداري حساسيت‌نسبت به يكي از اجزاي واكسن ( مثل‌تخم‌مرغ ، بيماران تحت درمان با داروهاي‌كاهنده سيستم ايمني ابتلا به سرطانهاي‌بدخيم مغز استخوان يا سيستم لنفاوي نقص اوليه يا اكتسابي سيستم ايمني سل‌فعال درمان نشده سابقه فاميلي نقص‌ژنتيكي ايمني بيماري حاد تنفسي و عفونت‌فعال همراه تب از موارد منع مصرف اين‌واكسن مي‌باشند.
هشدارها: به تك نگارهاي مربوط به‌واكسن‌هاي سرخك اوريون و سرخجه‌مراجعه شود.
عوارض جانبي از عوارض عمومي مي‌توان‌ناخوشي گلودرد، سرفه التهاب بيني التهاب غدد پاروتيد، التهاب بيضه‌ها، تهوع استفراغ اسهال و واكنشهاي التهابي وآنافيلاكتيك را نام برد. عوارض موضعي‌نيز شامل درد، تورم و قرمزي در محل‌تزريق و لنفادنوپاتي موضعي مي‌باشند.
نكات قابل توصيه 1 ـ به تك نگارهاي‌مربوط به واكسن‌هاي سرخك اوريون وسرخجه مراجعه شود.
2 ـ واكسن را بايد دردماي 2-8 درجه‌سانتيگراد و بدور از نور نگهداري كرد. فقط از محلول همراه واكسن براي‌رقيق كردن آن بايد استفاده نمود.
واكسن را هر چه سريعتر بعد از آماده‌سازي بايد مصرف كرد و در صورت عدم‌مصرف بعد از 8 ساعت بايد آن را دورريخت
مقدار مصرف نيم ميلي‌ليتر از واكسن‌ترجيح? در سن 15 ماهگي و از راه‌زيرجلدي و در سطح بيروني بازو تزريق‌مي‌شود. مقدار مصرف براي تمام سنين‌يكسان است اين فرآورده از راه داخل‌وريدي نبايد تزريق شود.
يك تزريق مجدد MMRيا سرخك به تنهائي نيز توصيه شده‌است
اشكال دارويي
Powder for Injection

MENINGOCOCCAL (A+C) VACCINE

موارد مصرف اين واكسن براي ايجاد ايمني‌فعال بر عليه عفونتهاي NeisseriaMeningitidis (مننژيت سپتي‌سمي درافراد با سن بيش از 2 سال كه در نواحي‌اپيدميك و آندميك زندگي مي‌كنند، افرادي‌كه با بيماران مبتلا به بيماري مننگوككي‌تماس دارند (همراه پيشگيري مناسب باآنتي بيوتيك‌ها); كاركنان پزشكي وآزمايشگاهي كه احتمال تماس باعامل‌بيماريزا براي آنها وجود دارد، مسافريني‌كه قصد عزيمت به نواحي آلوده را دارند;بيماران داراي نقص در جزء انتهائي‌كمپلمان و بيماران فاقد طحال فعال مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر:اين واكسن حاوي پلي‌ساكاريدهاي Neisseria Meningitidisگروههاي AوC است و باعث تحريك‌سيستم ايمني براي توليد پادتن‌هاي‌ضدمننگوككي Aو Cدر انسان مي‌شود.
فارماكوكنتيك تزريق واكسن تركيبي باعث‌افزايش پادتن‌هاي ضدمننگوككي بميزان 4برابر در 95% افراد مي‌شود. مصونيت10-14 روز بعد از واكسيناسيون ايجادمي‌شود و براي مدت 3 سال باقي مي‌ماند،اگرچه سطوح پادتن‌هاي مربوطه در طي‌اين مدت بطور قابل ملاحضه‌اي كاهش‌مي‌يابد.
موارد منع مصرف در صورت بارداري ابتلا به بيماريهاي حاد و حساسيت به هريك از اجزاء واكسن نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در بيماران تحت درمان باداروهاي كاهنده سيستم ايمني اين واكسن‌ممكن است قادر به ايجاد پاسخ ايمني‌مناسب نباشد.
2 ـ اين فرآورده براي‌استفاده در كودكان باسن كمتر از 2 سال توصيه نمي‌شود.
عوارض جانبي واكنشهاي سيستميك‌شامل سردرد، ناخوشي تب لرز،آدنوپاتي زير بغل مي‌باشند و درد، قرمزي‌و تورم در ناحيه تزريق واكنشهاي‌موضعي نسبت به اين واكسن هستند.
نكات قابل توصيه 1 ـ تزريق واكسن ممكن‌است در همه افراد مصونيت ايجاد نكند.
2 ـ واكسن را بايد دردماي 2-8 درجه‌سانتيگراد و بدور از نور نگهداري كرد.فقط از محلول همراه واكسن براي رقيق‌كردن بايد استفاده كرد و آنقدر تكان داده‌شود تا پودر واكسن كاملا حل شود. درصورت عدم مصرف بعد از 5 روز بايد آن‌را دور ريخت
مقدار مصرف از راه زيرجلدي تزريق شودو بدليل نامشخص بودن بي ضرري و تاثيراين واكسن از تزريق داخل پوستي و داخل‌وريدي خودداري

شود. مقدار لازم براي‌مصونيت تزريق زيرجلدي 0/5 ميلي‌ليتراز واكسن مي‌باشد.
اشكال دارويي
:Powder for Injection
for 0.5 ml single dose

MUMPS VIRUS VACCINE

موارد مصرف اين واكسن براي ايجادايمني‌فعال بر عليه اوريون در كودكان با سن‌بيش از 12 ماه و بعضي از بزرگسالان‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: واكسن اوريون حاوي‌ويروس‌هاي زنده ضعيف شده Mumps ازسويه Jeryl Lynnمي‌باشد كه از كشت‌سلولي جنين جوجه بدست مي‌آيد.
فارماكوكنتيك اين واكسن در افراد حساس‌بعد از 2-3 هفته يك نوع عفونت اوريون‌غير قابل انتقال ايجاد مي‌كند. بعد از تزريق‌واكسن در 95% افراد وبه مدت حداقل 15سال مصونيت ايجاد مي‌شود.
موارد منع مصرف بارداري حساسيت‌نسبت به يكي از اجزا واكسن (مثل‌تخم‌مرغ ، وجود بيماري‌تنفسي يا سايرعفونتهاي فعال همراه تب مصرف‌همزمان با گلوكوكورتيكوئيدها و داروهاي‌كاهنده سيستم ايمني ابتلا به سرطانهاي‌بدخيم مغز استخوان يا سيستم لنفاوي نقص اوليه يا اكتسابي سيستم ايمني سل‌فعال درمان نشده سابقه فاميلي نقص‌ايمني مادزادي يا وراثتي از موارد منع‌مصرف‌اين واكسن مي‌باشند.
همچنين بدليل وجود ويروس زنده در اين‌واكسن افراد مبتلا به نقص ايمني ناشي ازبيماري AIDSيا هرگونه تظاهر باليني‌عفونت HIV، نقص ايمني سلولي كمبود يااختلال در گاماگلبولين‌هاي خون نبايد اين‌واكسن را دريافت كنند. اگر چه مي‌توان‌واكسن را براي كودكان مبتلا به عفونت HIV فاقد تظاهر باليني تزريق نمود.
هشدارها: 1 ـ از واكسن براي انجام آزمون‌جلدي حساسيت تاخيري نبايد استفاده‌كرد، براي اين منظور مي‌توان از آنتي‌ژن‌ويروس كه محصول ويروس مرده‌مي‌باشد، استفاده نمود.
2 ـ از تجويز اين واكسن براي زنان بارداربايد اجتناب كرد. همچنين زنان واكسينه‌شده بايدتا 3 ماه بعد از واكسيناسيون ازبارداري جلوگيري كنند.
3 ـ استفاده از واكسن اوريون در افراد باسن بيش از 12 ماه موثر و بي‌ضررمي‌باشد. واكسيناسيون كودكان با سن‌كمتر از 12 ماه توصيه نمي‌شود زيرا بدليل‌وجود پادتن‌هاي مادر در خون آنها ممكن‌است بخوبي پاسخ ايمني ايجاد نكند.كودكاني كه در سن كمتر از 12 ماهگي‌واكسينه شده‌اند، بايد بعد از 15 ماهگي‌دوباره واكسينه شوند.
عوارض جانبي احساس سوختگي ياسوزش در محل تزريق بروز مي‌كند. دربعضي از افراد نيز تب ملايم لنفادنوپاتي‌متوسط يا اسهال مشاهده مي‌شود.
تداخل‌هاي دارويي واكسن حاوي ويروس‌زنده ممكن است باعث شود كه

نتيجه‌آزمون جلدي حساسيت تاخيري (مثل‌آزمون توبركولين ، منفي كاذب نمايش‌داده شود. اين اثر حتي تا چندين هفته بعداز واكسيناسيون باقي مي‌ماند.
نكات قابل توصيه 1 ـ بهتر است اين واكسن‌را يكماه قبل يا بعد از ساير واكسن هاي‌ويروسي تجويز كرد.
2 ـ بايد از تجويز همزمان ايمنوگلوبولين‌سرمي و واكسن اوريون خودداري شود.
3 ـ واكسن اوريون بايد در دماي 2-8درجه سانتيگراد و بدور از نور نگهداري‌كرد. فقط از محلول همراه واكسن براي‌رقيق كردن استفاده شود. واكسن را هر چه‌سريعتر بعد از آماده سازي بايد مصرف‌كرد. در صورت عدم مصرف بعد از 8ساعت بايد آن را دور ريخت
مقدار مصرف بعد از آماده سازي
0/5 ميلي‌ليتر واكسن را بايد از راه‌زيرجلدي در ناحيه خارجي بازو تزريق‌كرد. مقدار مصرف براي تمام سنين‌يكسان است
اشكال دارويي
Powder for Injection: 0.5ml single dose

PNEUMOCOCCAL POLYVALENT VACCINE

موارد مصرف اين فرآورده براي‌ايجادايمني فعال بر عليه پنوموني وباكتريمي پنوموككي ناشي از انواع مختلفStreptococcus Pneumoniae موجود درواكسن مصرف مي‌شود.
اين واكسن براي افرادي كه در معرض‌خطر ابتلاي به بيماريهاي پنوموككي‌هستند يا بيماران مبتلا به بيماريهاي مزمن‌و بدخيم و افراد با سن بيش از 65 سال ودر بيماران داراي نارسائي كبدي كليوي ريوي و قلبي توصيه مي‌شود. بيماران فاقدطحال فعال و افراد مبتلا به عفونت HIV (با يا بدون علائم باليني و بيماران
داراي سيستم ايمني ضعيف كه مستعدابتلاي به پنوموني هستند، نيز واكسينه‌مي‌شوند. واكسيناسون مجدد بعد از 3سال فقط براي كليه افراد فوق توصيه‌مي‌شود در صورتي كه هنوز احتمال‌ابتلاي آنها به بيماريهاي پنوموككي بسياربالا باشد.
مكانيسم اثر: اين واكسن با داشتن‌آنتي‌ژن‌هاي پلي‌ساكارايد كپسولي 23 نوع‌مختلف پنوموكك در مقابل 23 نوع‌بيماريزا و شايع پنوموكك مصونيت ايجادمي‌كند.
موارد منع مصرف اين فرآورده در مواردحساسيت به هر يك از اجزا واكسن سابقه‌قبلي واكسيناسيون با هر نوع واكسن پلي‌والان پنوموككي بيماران تحت درمان باداروهاي كاهنده سيستم ايمني عفونتهاي‌حاد ريوي و ساير عفونتهاي فعال (مگراينكه عدم تزريق واكسن عواقب وخيم تري‌را به دنبال داشته باشد) نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ در بيماران با ضعف‌پاسخهاي ايمني هومورال (ناشي ازآگاماگلوبولينمي مولتيپل ميلوم بيماريهاي لنفوپرولیفراتيو يا استفاده ازداروهاي كاهنده سيستم ايمني ، اين‌واكسن ممكن است قادر به ايجاد مصونيت‌نباشد. همچنين واكسن پنوموكك دربيماران فاقد طحال و يا مبتلا به بدكاري‌طحال ناشي از كم خوني داسي شكل ممكن‌است اثر ايمن‌زائي كمتري داشته باشد.
2 ـ بدليل عدم ايجاد مصونيت مطلوب براي استفاده در كودكان با سن كمتر از 2سال توصيه نمي‌شود.
3 ـ زمان واكسيناسيون بسيار مهم‌مي‌باشد، بطور مثال واكسن پنوموكك‌بايد در موارد ذيل دو هفته قبل از اقدام‌درماني مورد نظر صورت گيرد: عمل‌جراحي برداشت طحال شيمي درماني‌سرطان استفاده از داروهاي كاهنده‌سيستم ايمني و پيوند مغز استخوان درخلال مدت شيمي درماني سرطان وپرتودرماني بايد از انجام واكسيناسيون‌خودداري كرد.

همچنين افراد مبتلا به‌عفونت HIV (با يا بدون علائم باليني بايددر اسرع وقت بعد از تائيد تشخيص‌واكسينه شوند.
4 ـ تزريق داخل پوستي واكسن ممكن است‌عوارض موضعي شديدي را باعث شود.
عوارض جانبي واكنشهاي سيستميك‌شامل تب پائين و بندرت تب حاد، سردرد،درد عضلاني سندرم Guillain-Barre،واكنشهاي آنافيلاكتوئيد، جوشهاي‌پوستي دردوالتهاب مفاصل و تهوع واستفراغ مي‌باشد. واكنشهاي موضعي‌شامل درد، قرمزي و تورم در ناحيه تزريق‌معمولا 2-3 روز بعد از واكسيناسيون‌است
نكات قابل توصيه 1 ـ بدليل سطح بالاي‌پادتن پنوموككي و احتمال افزايش واكنش‌نسبت به واكسن از تزريق واكسن به‌بيماران مبتلا يه عفونتهاي پنوموككي وافراد داراي سابقه پنوموني پنوموككي‌اجتناب شود.
2 ـ از آنجاكه واكنشهاي آرتوس وسيستميك با تزريق نوبت دوم اين واكسن‌مشاهده شده است و نيز نوبت يادآوري‌باعث افزايش سطح پادتن‌ها نمي‌گردد، ازواكسيناسون مجدد وتزريق نوبت‌يادآوري بايد خودداري كرد.
3 ـ در افرادي كه تحت درمان پيشگيري ازعفونت پنوموككي مي‌باشند، درمان‌پروفيلاكسي با آنتي‌بيوتيك بعد ازواكسيناسيون نبايد قطع شود.
4 ـ مصرف همزمان واكسن آنفلونزا
با اين واكسن بدون افزايش عوارض‌جانبي پاسخ ايمني مطلوبي را ايجادمي‌كند.
5 ـ واكسن را بايد در دماي 2-8 درجه‌سانتيگراد نگهداري كرد. واكسن راهمانطور كه عرضه شده بايد مصرف كردونيازي به آماده سازي و رقيق كردن‌ندارد.
مقدار مصرف اين فرآورده بايد از راه‌زيرجلدي يا داخل عضلاني (ترجيح? درعضله دلتوئيد يا ران تزريق شود و ازتزريق داخل وريدي و داخل پوستي آن‌بايد خودداري كرد. مقدار لازم براي‌مصونيت تزريق 0/5 ميلي‌ليتر از واكسن‌مي‌باشد. بعداز انقضاي تاريخ مصرف واكسن را نبايد استفاده كرد.
هر واكسن0/5 ميلي‌ليتري حاوي 25ميكروگرم از هرنوع آنتي‌ژن‌هاي پلي‌ساكاريد كپسولي 23نوع پنوموكك مي‌باشد.
اشكال دارويي
Injection: 0.5ml dose

(POLIOVIRUS ORAL VACCINE (OPV

موارد مصرف اين واكسن براي ايجاد ايمني‌فعال بر عليه ويروس فلج كودكان‌بكارمي‌رود.
مكانيسم اثر: واكسن خوراكي فلج كودكان (OPV از ويروس‌هاي زنده ضعيف شده‌تهيه مي‌شود و با توليد يك عفونت مشابه‌عفونت طبيعي ولي بدون علائم بيماري مصونيت سيستميك و مخاطي ايجادمي‌كند.
فارماكوكنتيك 1 تا 2 هفته بعد از سه نوبت‌واكسن در بيش از 95% كودكان واكسينه‌شده آنتي‌بادي بر عليه تمام انواع ويروس‌توليد مي‌شود. مصونيت ايجاد شده تا 5سال بعد از واكسيناسيون باقي مي‌ماند.
موارد منع مصرف در صورت حساسيت‌نسبت به يكي از اجزاء واكسن و در بيماران‌مبتلا به هر نوع بيماري حاد، استفراغ يااسهال پايدار و بيماران با ضعف پيشرفته بيماران داراي نقص ايمني يا افراد داراي‌سابقه فاميلي نقص ايمني و يا افرادي كه بايك بيمار داراي نقص ايمني زندگي مي‌كنند،نبايد اين واكسن را مصرف كرد.
هشدارها: 1 ـ در كودكان با سابقه فاميلي‌نقص ايمني تا زمان تائيد سطح ايمني‌طبيعي در كليه كودكان خانواده بايد ازمصرف واكسن خودداري كرد.
2 ـ در كليه موارد منع مصرف واكسن‌خوراكي فلج كودكان (OVP)بايد از واكسن‌تزريقي فلج كودكان (IVP)استفاده كرد.
تداخل‌هاي دارويي بدليل كاهش سطح‌ايمني در هنگام مصرف داروهاي كاهنده‌سيستم ايمني از انجام واكسيناسيون بايدخودداري كرد. واكسن وبا ميزان‌ايمن‌سازي توسط واكسن خوراكي فلج‌كودكان را كاهش مي‌دهد. بنابراين بين‌مصرف اين واكسن‌ها بايد يك فاصله‌يكماهه قرار داد.
نكات قابل توصيه 1 ـ بدليل دفع ويروس‌ازطريق مدفوع و آب دهان براي مدت 6تا 8هفته بعداز واكسيناسيون به‌مراقبتهاي‌بهداشتي توجه خاص شود. بطورمثال‌بعداز تنظيف نوزادان دستها با آب وصابون شسته شود.
2 ـ واكسن دردماي اتاق پايدار نيست وبايد در فريزر نگهداري شود. در دماي 2-8درجه سانتيگراد بمدت 30 روز قابل‌استفاده مي‌باشد. در صورت عدم مصرف‌بمدت كمتراز 24 ساعت بعداز ذوب‌مي‌توان واكسن‌را در فريزر قرار داد وچرخه انجماد-ذوب نبايد بيش‌از ده بارتكرار شود.
3 ـ واكسن خوراكي فلج كودكان بدون‌رنگ يا به رنگ زرد يا قرمز كمرنگ مي‌باشدو هر گونه تغيير رنگ مادامي كه مايع‌واكسن شفاف است هيچ اهميتي ندارد.
4 ـ براي برنامه واكسيناسيون كودكان‌واكسن خوراكي نسبت به واكسن تزريقي‌داراي ارجحيت است چونكه اين واكسن‌ايمني روده‌اي ايجاد مي‌كند،

تجويز آن‌آسان است و براحتي توسط كودكان‌پذيرفته مي‌شود.
مقدار مصرف اين واكسن خوراكي است بايد از تزريق آن خودداري كرد.
دوره اوليه ايمني سازي شامل سه نوبت0/5 ميلي‌ليتري اولين نوبت 6-12 هفته بعداز تولد، دومين نوبت 8 هفته بعد از نوبت‌اول (4 ماهگي و نوبت سوم 8-12 ماه بعداز نوبت دوم (18 ماهگي . اين نوبت‌هاهمراه با واكسن سه گانه (DTP) تجويزمي‌شوند. در مناطق آندميك يك نوبت‌اضافي در سن 6 سالگي توصيه مي‌شود.نوبت يادآوري واكسن در سنين 15-19سالگي توصيه مي‌شود.
اشكال دارويي
In 0.5 ml single dose Dispettes

موارد مصرف واکسن‌هاي هاري براي‌ايجاد ايمني فعال بر عليه بيماري هاري‌مصرف مي‌شوند.
مکانيسم اثر: اين واکسن حاوي‌ويروس‌هاي غير فعال هاري است ويروس‌ها از کشت سلولي سويه Wistar rabies PM/WI 38-1503- 3Mويروس‌هاري در کشت سلول مداوم Veroتهيه‌مي‌شوند. با تزريق اين واکسن پادتن‌هاي‌ضدهاري در بيش از 97% افراد واکسينه‌شده توليد خواهد شد.
موارد منع مصرف براي درمان بعد ازتماس هيچگونه مورد خاصي براي منع‌مصرف وجود ندارد، زيرا هاري کشنده‌است براي واکسيناسيون قبل از تماس‌تنها مورد منع مصرف وجود بيماريهاي‌پيشرونده همراه با تب مي‌باشد.
هشدارها: 1 ـ در مورد بيماران مبتلا به‌بيماري حاد، واکسيناسيون قبل از تماس‌بايد تا بهبودي کامل بيمار به تاخير افتد.
2 ـ از تزريق واکسن به بيماران مبتلا به‌هاري بايد خودداري کرد.
عوارض جانبي درد موقت قرمزي و تورم‌در ناحيه تزريق (65-70% موارد) سر درد،تهوع تب ملايم و خستگي از عوارض‌جانبي عمده اين واکسن هستند.
تداخل‌هاي دارويي داروهاي کاهنده‌سيستم ايمني گلوکوکورتيکوئيدها،پرتودرماني و ايمنوگلوبولين ضد هاري‌پاسخ ايمني به واکسن هاري را کاهش‌مي‌دهند. در صورت استفاده از داروهاي‌کاهنده سيستم ايمني همزمان بااين واکسن‌در پيشگيري بعد از تماس سطوح‌پادتن‌هاي ضدهاري بايد حتم? اندازه‌گيري‌شود.
نکات قابل توصيه 1 ـ اين واکسن بايد از راه‌زير جلدي يا داخل عضلاني براي‌بزرگسالان در عضله دلتوئيد و براي‌کودکان در عضله ران تزريق شود. اگر درعضله سريني تزريق شود احتمال عدم‌موفقيت وجود دارد.
2 ـ واکسيناسيون قبل از تماس با ويروس‌هاري براي افراد داراي نقص سيستم ايمني‌توصيه نمي‌شود.
3 ـ در صورت مشاهده ذرات معلق يا تغييررنگ در واکسن بايد از تزريق آن‌خودداري کرد.
4 ـ واکسن را در محل خشك و دردماي2-8 درجه سانتيگراد پايدار است بايد ازانجماد واکسن جلوگيري شود و درصورت انجماد از مصرف واکسن‌خودداري کرد.براي آماده سازي فقط ازمحلول همراه واکسن استفاده شود.واکسن آماده شده بايد فور? مصرف شود.

مقدار مصرف هر ويال واكسن Vero حاويمقدار كافي براي يك نوبت تزريق مي‌باشد.
پيشگيري قبل از تماس در بزرگسالان وكودكان واكسن بايد در روز 0، 7، 28 و بعداز آن بر اساس ميزان پادتن هر 2-3 سال‌واكسن بايد (داخل عضلاني يا زير جلدي تزريق شود. براي نوبت يادآوري نيز هر 3سال يك بار بايد واكسن را تزريق كرد.
پيشگيري بعد از تماس هر چه سريعتربعد از تماس ايمنوگلوبولين ضدهاري 20IU/Kg انساني يا 40IU/Kg اسبي (نيمي‌از مقدار مورد نياز را بايد در محل گزش‌نشت داد و باقيمانده بايد در عضله سرينيتزريق كرد) بايد تجويز شود. قبل از تزريق‌ايمنوگلوبولين اسبي بايد آزمون جلدي‌انجام شود.
در صورتي كه فرد قبلا واكسينه شده اگريكسال از آخرين تزريق واكسن نمي‌گذرد،يك تزريق يادآوري در روز 0 بايد انجام‌شود.اگر بيش از يك سال از آخرين تزريق‌واكسن مي گذرد، سه دوز در روزهاي 0، 3و 7 تزريق شود و نيازي به تزريق‌ايمنوگلوبولين ضد هاري نيست
در صورتي كه فرد قبلا واكسينه نشده بعداز تماس در روزهاي 0، 3، 7، 14، 30واكسن را بايد داخل عضلاني تزريق كرد.نوبت تزريق در روز 90 اختياري مي‌باشد.واكسيناسيون بايد هر چه سريعتر بعد ازتماس انجام شود و در صورت اثبات عدم‌وجود خطر مي‌توان واكسيناسيون را قطع‌نمود.
نوبت يادآوري : براي موارد خطر مداوم‌ابتلا، بر اساس ميزان پادتن هر 3 سال بايدواكسن تزريق شود.
اشكال دارويي
Injection: 0.5ml single dose vials

RUBELLA VACCINE

موارد مصرف اين واكسن براي ايجاد ايمني‌فعال (توليد پادتن بر عليه ويروس‌سرخجه براي همه كودكان از سن 12ماهگي تا هنگام بلوغ مصرف مي‌شود.
به زنان غير مصوني كه قبل از بلوغ‌واكسينه نشده‌اند، بايد حداقل 3 ماه قبل ازبارداري واكسن سرخجه را تزريق نمود.همچنين فرزندان واكسينه نشده زنان‌باردار غير مصون نيز بايد واكسينه شوند.
مكانيسم اثر: واكسن سرخجه كه حاوي‌ويروس‌هاي ضعيف شده Rubella ازسويه RA 27/3 مي‌باشد، در افراد مستعديك عفونت تغيير يافته و غير قابل انتقال‌ايجاد مي‌كند. افزايش سطح و تعداد مختلف‌پادتن‌ها بوسيله اين واكسن موجب افزايش‌مقاومت فرد نسبت به عفونت با سويه‌وحشي ويروس مي‌شود.
فارماكوكنتيك شروع اثر واكسن بين 2-6هفته مي‌باشد و باعث افزايش سطح پادتن‌در حداقل 97% كودكان مي‌گردد. در بيشترافراد، سطح مطلوب پادتن براي بيش از 10سال باقي مي‌ماند.
موارد منع مصرف بارداري حساسيت‌نسبت به يكي از اجزا واكسن ( مثل‌تخم‌مرغ ، بيماران تحت درمان با داروهاي‌كاهنده سيستم ايمني ابتلا به سرطانهاي‌بدخيم مغز استخوان يا سيستم لنفاوي نقص اوليه يا اكتسابي سيستم ايمني وگلوكوكورتيكوستروئيدها، سل فعال‌درمان نشده سابقه فاميلي نقص ژنتيكي‌ايمني و هر گونه عفونت حاد همراه با تب ازموارد منع مصرف واكسن مي‌باشند.
هشدارها: عفونت سرخجه طبيعي جنين‌ممكن است باعث بيماري سرخجه‌مادرزادي شود. بنابراين از تزريق واكسن‌به زن باردار بايد خودداري شود. زنان‌بايد تا سه ماه بعد از واكسيناسيون ازبارداري اجتناب نمايند. مناسب ترين راه واكسيناسيون زنان مستعد بلافاصله بعداز وضع حمل مي‌باشد.
عوارض جانبي درد، سوزش خارش قرمزي تورم در محل تزريق واكسن واكنشهائي شبيه بيماري سرخجه طبيعي‌مثل لنفادنوپاتي موضعي كهير، جوش ناخوشي گلو درد، تب سردرد، درد موقت‌مفاصل و پلي‌نوريت از عوارض جانبي اين‌واكسن مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان عوامل‌كاهنده سيستم ايمني (داروهاي كاهنده‌سيستم ايمني گلوكوكورتيكوئيدها،پرتودرماني باعث كاهش پاسخ ايمني به‌واكسن مي‌شوند و احتمال دارد افرادواكسينه شده بطور كامل مصون نشوند.مصرف همزمان ايمنوگلوبولين‌ها،اينترفرون و واكسن

مننگوكوك نيز باعث‌كاهش پاسخ‌ايمني نسبت‌به اين واكسن‌مي‌گردند.
نكات قابل توصيه 1 ـ بعد از ابتلا به بيماري‌سرخجه تزريق اين واكسن قادر به توقف‌يا درمان بيماري نيست
2 ـ بيماران مبتلا به عفونت HIV فاقدعلامت باليني را مي‌توان واكسينه نمود.اگرچه احتمال دارد پاسخ ايمني مناسبي‌ايجاد نشود.
3 ـ واكسيناسيون كودكان با سن كمتر از12 ماه توصيه نمي‌شود، زيرا ممكن است‌وجود پادتن مادري ضدسرخجه با ايجادپاسخ ايمني تداخل كند.
4 ـ واكسن سرخجه را بايد در دماي 2-8درجه سانتيگراد و بدور از نور نگهداري‌كرد. فقط از محلول همراه واكسن بايد براي‌رقيق كردن استفاده كرد. واكسن بايد هرچه سريعتر بعد از آماده سازي مصرف‌شود و در صورت عدم مصرف بعد از 8ساعت بايد آن را دور ريخت
5 ـ در صورت مشاهده ذرات معلق يا تغييررنگ در واكسن بايد از تزريق آن‌خودداري كرد.
مقدار مصرف تمامي واكسن موجود دريك ويال 0/5 ميلي‌ليتري را از راه زيرجلدي‌در سطح بيروني عضله بازو تزريق شود.از راه داخل وريدي نبايد تجويز كرد. مقدارمصرف واكسن براي تمام سنين يكسان‌است نيازي به تزريق نوبت يادآوري‌نيست
اشكال دارويي
Powder for Injection

(TYPHOID VACCINE (ORAL

موارد مصرف واکسن خوراکي تيفوئيدبراي ايمن‌سازي فعال در کودکان بزرگتراز 6 سال در مقابل بيماري ناشي از باسيلSalmonella thyphi مصرف مي‌شود.واکسيناسيون در موارد زير توصيه‌مي‌شود.
مکانيسم اثر: واکسن خوراکي تيفوئيدحاوي باکتري‌هاي زنده و ضعيف شده Salmonella thyphi Ty21aمي‌باشد.
واکسن تيفوئيد با ايجاد پاسخ ايمني بدن رابر عليه بيماري ناشي از Salmonellathyphi (نه بر عليه ساير سويه هاي باسيل مصون مي‌سازد.
موارد منع مصرف اين واکسن براي‌بيماران مبتلا به تب تيفوئيد يا
ناقلين مزمن تيفوئيد، در صورت
حساسيت نسبت به هريك از اجزاء
واکسن در بيماريهاي حاد همراه با
تب يا اختلالات حاد گوارشي (اسهال‌واستفراغ طولاني و نقص مادرزادي
و اکتسابي سيستم ايمني نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: اگر براي بيماران مبتلا به نقص‌شديد سيستم ايمني يا بيماران تحت درمان‌با داروهاي کاهنده سيستم ايمني استفاده‌شود، ممکن است پاسخ ايمني مطلوب ايجادنشود.
عوارض جانبي با مصرف اين واکسن تهوع استفراغ دردشکمي سردرد، جوشهاي‌پوستي و کهير مشاهده مي‌شود.
تداخل‌هاي دارويي بعضي از داروهاي‌ضدمالاريا، فني توئين داروهاي کاهنده‌سيستم ايمني و کورتيکوستروئيدها ممکن‌است در ايجاد پاسخ مناسب ايمني مداخله‌کنند. در اين موارد واکسن بايد تحت‌مراقبتهاي پزشکي استفاده شود.سولفوناميدها و آنتي‌بيوتيك‌ها نيزمانع‌ايجاد پاسخ مناسب ايمني دربرابرواکسن‌خوراکي تيفوئيد مي‌شوند.
نکات قابل توصيه 1 ـ همه افراد واکسينه‌شده بطور کامل مصون نمي‌شوند (در30%افراد مصونيت کامل‌ايجاد نمي‌شود).بنابراين افراد واکسينه شده بايد از تماس باافراد آلوده و يا خوردن غذاهاي احتمالاآلوده خودداري فرمايند.
2 ـ واکسن را بايد در دماي 2-8 درجه‌سانتيگراد نگهداري کرد.
مقدار مصرف يك کپسول يك روز در ميان روزهاي 1، 3، 5 و 7) يك ساعت قبل از غذابا آب سرد يا ولرم بلعيده شود. کپسول‌حاوي واکسن نبايد جويده شود. برنامه‌کامل واکسيناسيون خوردن هر چهارکپسول مي‌باشد و در غير اين صورت‌ممکن است پاسخ مناسب ايمني حاصل‌نشود.
مصونيت براي حداقل 5 سال باقي‌مي‌ماند. در صورت تماس مکرر و

مداوم باتب تيفوئيد بعد از 5 سال برنامه مجددواكسيناسيون بعنوان ياد آوري توصيه‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Enteric coated capsules

VARICELLA VIRUS VACCINE

موارد مصرف اين فرآورده براي ايجادايمني فعال برعليه آبله‌مرغان براي افرادي از 12 ماهگي به‌بعد) مصرف مي‌شود، كه‌يا خطرابتلاي آنهابه بيماري زياد است يا به‌مقدار زياد مستعد هرگونه عارضه ناشي‌ازآبله‌مرغان هستند.
مكانيسم اثر: واكسن آبله مرغان حاوي‌ويروس‌هاي زنده ضعيف شده Varicellaاز سويه Oka/Merckمي‌باشد اين واكسن‌بخوبي تحمل مي‌شود و در مقابل عفونت‌طبيعي آبله مرغان مصونيت ايجاد مي‌كند.
موارد منع مصرف بارداري حساسيت‌نسبت به يكي از اجزا واكسن ( مثل ژلاتين ،سابقه واكنش آنافيلاكتوئيد نسبت به‌نئومايسين بيماران مبتلا به هر نوع‌سرطان بدخيم مغز استخوان و سيستم‌لنفاوي مصرف همزمان داروهاي كاهنده‌سيستم ايمني نقص اوليه يا اكتسابي‌سيستم ايمني سل فعال درمان نشده سابقه فاميلي نقص ايمني ژنتيكي و هر گونه‌بيماري حاد و بيماريهاي عفوني همراه باتب از موارد منع مصرف اين واكسن‌مي‌باشند.
هشدارها: 1 ـ از تزريق واكسن به زنان‌باردار بايد خودداري كرد. به زنان توصيه‌شود تا سه ماه بعد از واكسيناسيون ازبارداري اجتناب كنند.
2 ـ استفاده از اين واكسن براي كودكان باسن كمتر از 12 ماه توصيه نمي‌شود.
عوارض جانبي درد، خارش تورم قرمزي هماتوم و سفتي در محل تزريق واكسن جوشهائي شبيه بيماري طبيعي از عوارض‌جانبي اين فرآورده مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي بيماران تحت درمان باداروهاي كاهنده سيستم ايمني ياگلوكوكورتيكوئيدها در مقايسه با افرادسالم حساسيت بيشتري به ابتلا و عفونت‌دارند. در اين بيماران واكسيناسيون باويروس زنده ضعيف شده منجر به بروزجوشهاي جلدي و بيماري منتشر مي‌شود.
واكسيناسيون بايد حداقل 5 ماه بعد ازانتقال خون يا پلاسما، تجويزايمنوگلوبولين‌ها يا ايمنوگلوبولين ضد آبله‌مرغان انجام گردد. همچنين تا 2 ماه بعد ازواكسيناسيون از تزريق ايمنوگلوبولين‌هامخصوصا ايمنوگلوبولين ضد آبله مرغان‌خودداري شود، مگر فوايد استفاده ازايمنوگلوبولين‌ها بر واكسيناسيون برتري‌داشته باشد.
بدليل بروز سندرم Reye'sهنگام مصرف‌سالسيلاتها در بيماران مبتلا به آبله‌مرغان كليه افراد واكسينه شده تا 6 ماه‌بعد از واكسيناسيون نبايد داروهاي‌سالسيلاتي را مصرف كنند.
نكات قابل توصيه 1 ـ بدليل احتمال انتقال‌بيماري افراد واكسينه شده بايد

از تماس‌نزديك با افراد مستعد (نوزادان زنان‌باردار و بيماران مبتلا به نقص ايمني )پرهيز نمايند.
2 ـ افراد داراي سابقه فاميلي بيماري‌مادرزادي يا اكتسابي نقص ايمني نبايدواكسينه شوند، مگر اينكه كارآئي سيستم‌ايمني فرد اثبات شود.
3 ـ در هنگام حمل و نقل بايد دردماي -20درجه سانتيگراد يا سردتر نگهداري شود.قبل از آماده سازي و به منظور حفظ كامل‌قدرت اثر، واكسن آبله مرغان را بايد در يك فريزر بدون برفك در درجه حرارت -15درجه سانتيگراد يا سردتر نگهداري كرد.محلول رقيق كننده واكسن را بايد در درجه‌حرارت اتاق يا يخچال نگهداري كرد. قبل ازآماده سازي نيز واكسن بايد بدور از نورنگهداري شود.
4 ـ براي آماده سازي واكسن ابتدا
0/7 ميلي‌ليتر از محلول رقيق كننده
را به كمك يك سرنگ بايد به پودر
ليوفيليزه واكسن اضافه كرد و به آرامي هم‌زده شود تا واكسن بطور كامل حل گردد.واكسن آماده شده شفاف بيرنگ تا زردكمرنگ مي‌باشد. تمامي محتوي ويال راباید با استفاده از يك سرنگ خارج كرد.پس از تعويض سوزن سرنگ تمامي‌واكسن (در حدود 0/5 ميلي‌ليتر) را بايدتزريق كرد.
به منظور جلوگيري از كاهش قدرت اثر،واكسن آماده شده را بلافاصله بايد تزريق‌كرد و در صورت عدم مصرف بعد از 30دقيقه واكسن را بايد دور ريخت براي‌رقيق كردن واكسن فقط از محلول همراه‌واكسن استفاده شود. از انجماد واكسن‌آماده شده بايد جلوگيري كرد.
مقدار مصرف اين واكسن نبايد تزريق‌وريدي شود. براي كودكان 1-12 سال مقدار 0/5 ميلي‌ليتري راه زيرجلدي (درسطح بيروني عضله بازو)تزريق شود.براي افراد با سن بيش از 13 سال واكسن‌در دو نوبت هر بار 0/5 ميلي‌ليتر به فاصله4-8 هفته از يكديگر از راه زيرجلدي درسطح بيروني عضله بازو تزريق شود.
اشكال دارويي
Powder for Injection in single dose vials

YELLOW FEVER VACCINE

موارد مصرف اين فرآورده به منظور ايجادايمني فعال بر عليه ويروس تب زرد براي‌مسافراني كه قصد عزيمت به مناطق‌آنديمك را دارند مصرف مي‌شود. تكرارواكسيناسيون هر 10 سال يكبار براي‌مسافرين دائمي ضروري است
مكانيسم اثر: واكسن تب زرد حاوي‌ويروس‌هاي زنده ضعيف شده است كه ازكشت سويه 17D ويروس در جنين جوجه‌زنده بدست مي‌آيد.
فارماكوكنتيك شروع مصونيت از 7-10روز بعد از واكسيناسيون و مدت ابقاي آن‌بيش از 10 سال مي‌باشد.
موارد منع مصرف بارداري حساسيت‌نسبت به واكسن يا تخم مرغ يا پروتئين‌هاي جنين جوجه و هر نوع نقص سيستم‌ايمني (مادرزادي يا اكتسابي از موارد منع‌مصرف اين واكسن مي‌باشند.
هشدارها: 1 ـ از تزريق به افراد حساس به‌تخم مرغ يا پروتئين جوجه خودداري‌شود. براي چنين افرادي آزمون داخل‌جلدي واكسن (و سرم نمكي بعنوان كنترل توصيه مي‌شود. 0/02-0/03 ميلي‌ليتر بايددر سطح قدامي ساعد تزريق شود. آزمون‌مثبت با تورم قرمزي و عدم پاسخ به‌كنترل مشخص مي‌شود. در موارد آزمون‌مثبت از مصرف واكسن بايد خودداري‌شود.
2 ـ واكسيناسيون كودكان با سن كمتر از 6ماه توصيه نمي‌شود، مگر اينكه مسافرت به‌مناطق آلوده اجتناب ناپذير باشد. در هرصورت از واكسيناسيون كودكان با سن‌كمتر از 4 ماه اجتناب شود، بدليل اينكه دراين سنين كودكان بعد از واكسيناسيون‌مبتلا به تورم مغز مي‌شوند.
عوارض جانبي تب و ناخوشي (7-14 روزبعد از واكسيناسيون ، سردرد و دردعضلاني جزء عوارض شايع مي‌باشد.
تداخل‌هاي دارويي در صورت مصرف‌همزمان واكسن‌هاي وبا و تب زرد، پاسخ‌ايمني به هر كدام از واكسن‌ها كاهش‌مي‌يابد. بنابراين بين تزريق اين دو واكسن‌بايد حداقل 3 هفته يا بيشتر فاصله انداخت واكسيناسيون همزمان با واكسن‌هاي تب‌زرد و هپاتيت ممكن است ميزان پادتن‌مورد انتظار از واكسن تب زرد كاهش يابد.بنابراين بين تزريق اين دو واكسن بايدحداقل 1 هفته فاصله انداخت
بيماران تحت درمان با داروهاي كاهنده‌سيستم ايمني گلوكوكورتيكوئيدها ياپرتودرماني ممكن است بيمار را به عفونت‌منتشر مستعد سازد يا موجب بروز يك‌پاسخ ناكافي گردد، بطوري كه اين افرادعليرغم واكسيناسيون مصون نخواهندشد.

نكات قابل توصيه 1 ـ تا 8 هفته بعد از تزريق‌واكسن تب زرد از انتقال خون يا پلاسماخودداري شود.
2 ـ به افراد واكسينه شده توصيه شود تاخود را از نيش پشه ها حفظ كنند.
3 ـ واكسن را در هنگام حمل و نقل بايد درظروف حاوي يخ خشك نگهداري نمود.واكسن را نبايد مصرف كرد مگر اينكه‌ظرف حمل آن در هنگام تحويل حاوي يخ‌خشك باشد. واكسن را بايد در-30 تا 5درجه سانتيگراد نگهداري كرد.واكسن‌هاي استفاده نشده و ظروف‌مربوطه را بايد به مدت يكساعت استريل‌كرده و سپس دور ريخت زمان نگهداري‌اين واكسن 12 ماه است
4 ـ براي رقيق كردن واكسن فقط بايد ازمحلول همراه واكسن استفاده كرد. محلول‌رقيق كننده را بايد به‌كمك يك سرنگ به‌آهستگي داخل ويال واكسن وارد كرد. 1-2دقيقه آن را بايد به همان حالت رها و بعد بادقت بصورت چرخشي مخلوط كرد تاسوسپانسيون به شكل يكسان درآيد.بدليل ايجاد كف بايد از هم زدن شديدواكسن اجتناب كرد. بعد از آماده سازي‌واكسن تب زرد كمرنگ مي‌شود. واكسن‌آماده شده را بلافاصله بايد تزريق كرد ودر صورت عدم مصرف بعد از 60 دقيقه‌بايد آن را دور ريخت
مقدار مصرف تزريق 0/5 ميلي‌ليتري از راه‌زيرجلدي براي تمام سنين توصيه‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Powder for Injection in single dose vials

BALANCED SALT

موارد مصرف اين محلول با بافت چشم‌ايزوتونيك است و به‌منظور شستشو درجراحي‌هاي مختلف چشم گوش و بيني وگلو به‌كار مي‌رود.
عوارض جانبي در مواردي كه آندوتليوم‌قرنيه غيرطبيعي است شستشو يا هر نوع‌ضربه ديگر ممكن است منجر به بروزبيماري غيرالتهابي و تاولي قرنيه
گردد.
نكات قابل توصيه اين محلول نبايد
از راه تزريق يا انفوزيون وريدي به‌كاررود.
مقدار مصرف براساس نياز بيمار تعيين‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Sterile Ophthalmic Solution: (15, 18, 500ml) (NaCl 0/49% or 0.64% + KCl0.075% + MgCl2 0.03% + CaCl20.048% + (Soduim Citrate 0.017% +Sodium Acetate 0.39%

(GLYCINE (AMINOACETIC ACID

موارد مصرف محلولهاي استريل 1/5درصد گليسين در آب كه هيپوتونيك بوده‌و از نظر الكتريكي نارسانا مي‌باشند، ممكن‌است به‌عنوان محلولهاي شستشوي‌مجاري ادراري تناسلي بخصوص مثانه درطول بعضي از اعمال جراحي مصرف‌شوند.
موارد منع مصرف محلول شستشوي‌گليسين در بيماران مبتلا به بي‌ادراري نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ محلول شستشوي گليسين دربيماران مبتلا به عيب كار كبد بايد با احتياطمصرف شود، زيرا جذب اين دارو ومتابوليسم دارو، ممكن است سبب بروززيادي آمونياك خون شود.
2 ـ در بيماران مبتلا به اختلال عملكردكليوي يا قلبي ـ ريوي به دليل تأثير احتمالي‌دارو بر تعادل مايع و الكتروليت دارو بايدبا احتياط مصرف شود.
عوارض جانبي جذب سيستميك محلول‌شستشوي گليسين ممكن است منجر به‌بروز اختلالات در تعادل مايع الكتروليت واختلالات قلبي ـ عروقي و ريوي شود.
مقدار مصرف مقدار مصرف باتوجه به‌سطح موضعي كه بايد شستشو داده شودو نيز نحوه جراحي تعيين مي‌گردد.
اشكال دارويي
Sterile Solution for Irrigation: 1.5%

HEMODIALYSIS CONCENTRATED

موارد مصرف اين محلول‌ها براي خارج‌كردن مواد اضافي و متابوليتها در بيماران‌مبتلا به اورمي كه با كليه مصنوعي دياليزمي‌شوند و همچنين در مسموميتهاي حادمصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: محلول‌هاي ديااليز، حاوي‌اوره كراتينين اسيد اوريك فسفات ياساير متابوليتهايي هستند كه به‌طور طبيعي‌توسط كليه‌ها دفع مي‌شوند از اين رو، اين‌مواد به‌سهولت از خون به داخل محلول‌ديااليز انتشار مي‌يابند. كه اين امر باعث‌كاهش غلظت اين مواد در خون مي‌شود.غلظت كلرورسديم و پتاسيم اوليه در خون‌بيشتر از محلول ديااليز است و لذا اين موادنيز به داخل محلول ديااليز انتشار مي‌يابند.حجم محلول ديااليز به مراتب بيشتر ازحجم خون است و اين امر به خروج كامل‌مواد اضافي از خون كمك مي‌كند.
نكات قابل توصيه 1 ـ قبل از مصرف محلول‌ديااليز، بايد آن را با آب خالص رقيق
نمود.
2 ـ احتياطات لازم بهداشتي براي‌جلوگيري از آلودگي ميكربي محلول ديااليزبايد صورت گيرد.
مقدار مصرف برحسب مقدار پتاسيم
خون يكي از انواع محلولهاي ديااليزمصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Solutions
محلولII محلولI محلولI
بدون دكستروز
+mEq4725 mEq4725 mEqNa 4725
+mEq35 mEq35 mEqMg2 35
+mEq35 mEq87.5 mEqK 35
+mEq87.7 mEq87.5 mEqCa2 87.5
-mEq3657.5 mEq3710 mEqCl 3657
mEq1225 mEq1225 mEqAcetate 1225
70g‗‗70gDextrose
.ml1000 ml1000 mlWater q.s 1000

PERITONEAL DIALYSIS

موارد مصرف محلولهاي دياليز،
محلولهاي حاوي الكتروليت هستند كه
با غلظتي مشابه با غلظت مايع خارج
سلولي يا پلاسما، تهيه مي‌شوند. در اين‌محلولها، گلوكز ممكن است به‌عنوان
عامل اسموتيك اضافه شود. محلولهاي‌دياليز در كنترل نارسايي كليوي ومسموميت مصرف مي‌شود. با استفاده ازاين محلولها، امكان برداشت انتخابي
مواد سمي الكتروليت‌هاي اضافي ومايعات بدن فراهم مي‌شود. در ديالیزصفاقي تبادل يون‌ها بين محلولها و خون‌بيمار، از طريق غشاءهاي حفره صفاقي‌صورت مي‌گيرد.
اشكال دارويي
هستند، نبايد مصرف شوند.
هشدارها: 1 ـ جذب سيستميك اين محلول‌ممكن است موجب افزايش بار مايع
يا الكتروليت بدن و در نتيجه رقيق
شدن الكتروليتهاي سرم زياد شدن
آب بدن حالات احتقاني يا خيز ريوي
شود.
2 ـ مصرف اين محلول براي شستشوي‌مجاري ادراري در بيماران مبتلا به عيب‌كار كليه يا اختلال قلبي ـ ريوي بايد بااحتياط صورت گيرد.
3 ـ در صورت بروز عوارض جانبي
زيادي آب بدن يا افزايش بار الكتروليت‌بدن مصرف دارو بايد قطع شود.
عوارض جانبي در صورت عدم رعايت‌روشهاي دقيق و آلوده شدن محلول ممكن
Solutions
IIIIII
g5.67 gSodium Chloride 5.675.67
0.2570.25-70.25gCalcium Chloride, 2 H2O
0.152g0.1520.152gMagnesium Chloride, 6H2O
3.9923.9923.992gSodium Lactate
,H2O 42.525g15gDextrose
(ml1000 ml1000 mlWater (Q.S.to 1000

SODIUM CHLORIDE

موارد مصرف اين محلول براي شستشوي‌حفرات بدن بافتها يا زخمها، كاتتر قرارداده شده در مسير راه و لوله‌هاي درناژ درجراحي مصرف مي‌شود.
موارد منع مصرف محلولهاي حاوي‌الكتروليت در طول اعمال جراحي كه‌مستلزم به‌كار بردن جريان الكتريكي
است عفونت ايجاد شود. همچنين در
صورتي كه كاترها يا لوله‌هاي درناژ خوب‌كار گذاشته نشوند، ممكن است منجر به‌انفيلتراسيون اندامها يا حفراتي كه‌موردنظر نبوده‌اند، شوند. به‌كار بردن‌حجم يا فشار بيش از حد هنگام شستن‌حفرات بسته ممكن است موجب اتساع ياپارگي بافتها شود.
نكات قابل توصيه از تزريق محلول‌شستشو دهنده بايد خودداري شود.
مقدار مصرف مقدار مصرف يك محلول‌شستشو دهنده به حجم يا سطح عضوي‌كه بايد شسته شود و نيز روش كار،بستگي دارد.
اشكال دارويي
For Irrigation: 0.9%

ATRACURIUM BESYLATE

موارد مصرف آتراكوريوم به‌عنوان داروي‌كمك بيهوشي براي شل كردن عضلات وتسهيل كنترل بيمار طي تنفس مصنوعي‌مكانيكي مصرف مي‌شود. همچنين براي‌لوله‌گذاري داخل ناي و جراحي‌هايي كه‌نسبت? طولاني مدت هستند و شل‌شدن‌عضلات در آنها ضرورت دارد، به‌كارمي‌رود. همچنين در درمان كاهش شدت‌انقباضات عضلاني ناشي از حملات‌تشنجي مصرف شده است

مكانيسم اثر: آتراكوريوم بااستيل‌كولين دراتصال به‌گيرنده‌هاي كولينرژيك صفحه‌محركه انتهايي رقابت و بامهار انتقال‌عصبي پاسخ صفحه محركه انتهايي به‌استيل‌كولين را كاهش مي‌دهد و باعث فلج‌عضلات اسكلتي مي‌شود.

فارماكوكينتيك نيمه عمر دفع دارو 20 دقيقه‌است زمان رسيدن به‌حداكثر اثر دارو10ـ1/7 دقيقه است دفع دارو كليوي وصفراوي است بعد از تزريق دارو دربيهوشي متعادل 25 درصد پاسخ پرشي‌عضلات در 45ـ35 دقيقه و 95 درصد پاسخ‌در 70 ـ 60 دقيقه به حالت عادي بازمي‌گردد. در بيهوشي متعادل 30 دقيقه ودر بيهوشي استنشاقي 40 دقيقه بعد ازشروع هوشيابي 95 درصد پاسخ عضلاني‌به‌حالت عادي باز مي‌گردد.

هشدارها: 1 ـ بامحلولهاي قليايي (مثل‌باربيتورات تزريقي مخلوط نشود چون‌غيرفعال شده و رسوب مي‌نمايد. همچنين‌بامحلول رينگر لاكتات رقيق نشود چون‌تخريب دارو سريعتر صورت مي‌گيرد.

2 ـ در بيماراني كه آزادشدن هيستامين‌ممكن است خطرناك باشد، بيماري عصبيـ عضلاني اختلالات شديد الكتروليت ياكارسينوما، مقدار مصرف دارو، به‌دليل‌افزايش انسداد عصبي ـ عضلاني و مشكل‌در هوشيابي بايد كاهش يابد. مصرف‌زياد دارو ممكن است باعث آزادشدن‌ناگهاني هيستامين شود.

3 ـ تزريق سريع داخل وريدي و يا مقاديرزياد دارو ممكن است باعث كاهش فشارخون شود.

4 ـ مصرف مقادير بيش از حد دارو ممكن‌است منجر به‌ضعف مداوم تنفسي يا آپنه وكلاپس قلبي عروقي شود. براي به‌حداقل‌رساندن خطر مصرف بيش از حد، توصيه‌مي‌شود از يك تحريك‌كننده اعصاب‌محيطي براي پيگيري پاسخ بيمار به‌داروا‌ستفاده شود.

عوارض جانبي كاهش فشارخون قرمزشدن پوست گلودرد ولارنگواسپاسم از عوارض جانبي مهم ونسبت? شايع دارو مي‌باشند.

تداخل‌هاي دارويي دارو با آمينوگليكوزيدها، بي‌حس‌كننده‌هاي

موضعي‌تزريقي كاپرئومايسين خون سيتراته كليندامايسين لينكومايسين پلي‌ميكسين‌ها، پروكائين آميد، كينيدين واپيوئيدها تداخل دارد.
نكات قابل توصيه 1 ـ دارو از راه وريدي‌تزريق شود چون از راه عضلاني ممكن‌است باعث تحريك بافت شود.
2 ـ دارو اثر شناخته شده‌اي روي‌هوشياري يا آستانه درد ندارد بنابراين‌به‌عنوان داروي كمكي در جراحي بايدمقدار كافي از داروي بيهوشي در دسترس‌باشد.
3 ـ در هيپوترمي طول و شدت اثر دارافزايش مي‌يابد.
4 ـ دارو نمي‌تواند مانع براديكاردي ناشي‌از بيهوش‌كننده‌ها يا ضددردهاي مخدرشود، لذا بامصرف توام آتراكوريوم‌برادیكاري ممكن است بروز كند.
مصرف‌دارو در بيماران قلبي مبتلا به‌تاكيكاردي كم‌خطر است
5 ـ مقدار مصرف دارو در صورت مصرف‌همزمان با بيهوش‌كننده‌هاي عمومي مثل‌اتر، انفلوران و ايزوفلوران بايد به 50 ـ33درصد كاهش يابد يا مقدار مصرف آن بايدتوسط يك تحريك‌كننده اعصاب محيطي‌تعيين شود.
ميزان اين كاهش با هالوتان‌كمتر است
مقدار مصرف
بزرگسالان ابتدا به‌صورت وريدي0/5mg/kg ـ 0/4 يا در بيماراني كه‌آزادشدن هيستامين در آنها خطرناك
است 0/4mg/kg ـ 0/3 تزريق آهسته و
يا در نوبتهاي منقسم در يك دقيقه
مصرف مي‌شود. در بيماراني كه باانفلوران يا ايزوفلوران بيهوش شده‌اند0/35mg/kg ـ 0/25 تزريق مي‌شود. ميزان‌اين كاهش با هالوتان كمتر است در موردبيماراني كه به‌منظور لوله‌گذاري داخل ناي‌تحت بيهوشي متعادل سوكسينيل كولين‌دريافت كرده‌اند، مقدار 0/4 mg/kg ـ 0/3تزريق مي‌شود. در صورت استفاده ازبيهوش‌كننده قويتر مقدار كمتري داروموردنياز است اثرات سوكسينيل كولين‌كه بااستفاده از يك تحريك‌كننده اعصاب‌محيطي اندازه‌گيري مي‌شود، قبل ازمصرف آتراكوريوم بايد از بين رفته باشد.به‌عنوان مقدار مصرف مكمل به‌صورت‌وريدي 0/1 mg/kg ـ 0/08، 45 ـ 12 دقيقه‌بعد از مصرف اوليه بكار مي‌رود. سپس هر25 ـ 15 دقيقه برحسب نياز و يا انفوزيون‌وريدي به‌ميزان 0/5 mg ـ 0/3 (پس ازبرطرف شدن اثر مصرف وريدي اوليه‌دارو) بكار مي‌رود. در بيهوشي متعادل0/1 mg/kg/min ـ 0/009 به‌كار مي‌رود تازماني كه ميزان بلوك عصبي ـ عضلاني‌به‌دست آيد، سپس سرعت انفوزيون‌براساس نياز و پاسخ بيمار تنظيم
مي‌شود. عموم؟ بيماران به‌مقادير0/009mg/kg/min ـ 0/005 پاسخ مي‌دهند.در حاليكه بعضي بيماران به0/002mg/kg/min و يا

mg/kg/min 0/015نياز دارند. در بيماراني كه با انفلوران يا ايزوفلوران بيهوش شده‌اند ميزان انفوزيون به 33% كاهش مي‌يابد و درمواردي كه از هالوتان استفاده شود اين‌كاهش كمتر است در باي پس قلبي به‌دليل هيپوترمي سرعت انفوزيون تا 50 درصدكاهش مي‌يابد.
كودكان در كودكان يك ماهه تا دو ساله كه‌با هالوتان بيهوش شده باشند ابتدا 0/4mg/kg ـ 0/3 و در كودكان دو ساله وبالاتر مقدار مصرف مثل بزرگسالان است دفعات مصرف مقدار نگهدارنده ممكن‌است بيشتر از بزرگسالان باشد.
اشكال دارويي
Injection: 10 mg/ml

BACLOFEN

موارد مصرف باكلوفن در درمان اسپاسم‌شديد و مزمن عضله ارادي و به‌منظوركاهش تعداد و شدت حملات درد عصب‌سه قلو در بيماراني كه قادر به تحمل‌كارباما‌زپين نيستند يا به اثرات آن مقاوم‌مي‌باشند، مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: باكلوفن احتمالا در سطح نخاع‌عمل كرده و عبور بازتاب تك سيناپسي وچند سيناپسي را مهار مي‌كند و به‌وسيله‌هيپرپولاريزه كردن انتهاي رشته عصبي‌آوران مانع از آزاد شدن واسطه‌هاي‌محرك احتمالي (اسيد گلوتاميك و اسيدآسپارتيك مي‌گردد. اين دارو بر نواحي‌فوق نخاعي نيز ممكن است اثر بگذارد.
فارماكوكينتيك جذب باكلوفن سريع و زياداست سرعت و ميزان جذب با افزايش‌مقدار مصرف ممكن است كاهش يابد.متابوليسم آن كبدي است و فقط حدود 15درصد مقدار مصرف متابوليزه مي‌شود.دفع آن كليوي است حدود 40 درصد مقدارمصرف معمولا طي 6 ساعت و كل دارو طي3 روز از بدن دفع مي‌گردد.
موارد منع مصرف اين دارو در درمان‌بيماران مبتلا به مشكلات عروق مغزي پاركينسون فلج مغزي يا تروماي حاصل‌از مشكلات مغزي و زخم معده نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در طول درمان با باكلوفن‌خطر بروز مسموميت CNS كه منجر به‌توهمات اغتشاش شعور، افسردگي رواني‌يا ساير آشفتگي‌هاي رواني يا تسكين‌مفرط مي‌شود، در سالمندان بيشتر است
2 ـ در بيماران مبتلا به اختلالات كليوي كبدي يا تنفسي اين دارو بايد با احتياطمصرف شود.
عوارض جانبي عوارضي مثل ادرارخون‌آلود و تيره رنگ درد قفسه سينه مسموميت CNS، درماتيت واكنش‌هاي‌آلرژيك و غش كردن (سنكوپ با مصرف‌اين دارو گزارش شده‌است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌باكلوفن با داروهاي ضدافسردگي سه‌حلقه‌اي سبب افزايش اثر باكلوفن باداروهاي ضد فشار خون منجر به افزايش‌اثر كاهنده فشار خون با خواب‌آورهاباعث افزايش اثر سداتيو، با مهاركننده‌هايACE باعث افزايش اثر ضد فشار خون باليتيوم باعث افزايش اثر باكلوفن مي‌گردد.باتوجه به اينكه باكلوفن ممكن است سبب‌افزايش قند خون شود مقدار مصرف‌داروهاي خوراكي پايين‌آورنده قند خون وانسولين در صورت مصرف همزمان باباكلوفن بايد تنظيم گردد.
نكات قابل توصيه در موقع مصرف دارو ازمصرف ساير داروهاي مضعف

CNS بايداجتناب شود.
مقدار مصرف در درمان اسپاسم و دردعصب سه قلو ابتدا 5 ميلي‌گرم سه بار درروز مصرف مي‌شود. سپس هر 3 روزيك‌بار 15 mg/day به مقدار مصرف اضافه‌مي‌شود (به هر نوبت مصرف دارو 5ميلي‌گرم تا پاسخ مناسب به‌دست آيد.بيشينه مقدار مصرف در بزرگسالان80 mg/day مي‌باشد. در بعضي از بيماران‌ممكن است مقادير بيشتري مورد نيازباشد.
اشكال دارويي
Scored Tablet: 10 mg, 25 mg

DANTROLENE SODIUM

موارد مصرف دانترولن در درمان اسپاسمو به‌عنوان داروي كمكي در درمان‌هيپرترمي بدخيم سندرم نورولپتيك‌بدخيم كمبود فسفريلاز عضلات و رشدناقص و ناهنجار عضلاني نوع Duchenneبه‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: دانترولن در آزاد شدن يون‌كلسيم از رتيكولوم سركوپلاسميك‌دخالت كرده از افزايش غلظت يون كلسيم‌ميوپلاسم جلوگيري يا آن را كاهش‌مي‌دهد. با كاهش يون كلسيم فعاليت‌مسيرهاي كاتابوليكي كه همراه با سندرم‌بحران هيپرترمي بدخيم است كاهش‌مي‌يابد. دانترولن همچنين به‌طور مستقيم‌بر روي عضلات اسكلتي عمل كرده وارتباط بين تحريك عصبي و انقباض را، ازطريق تداخل با آزاد شدن يون كلسيم ازرتيكولوم سركوپلاسميك قطع مي‌كند وانقباض عضلاني ناشي از بازتابهاي چندسيناپسي و تك سيناپسي را كاهش‌مي‌دهد.
فارماكوكينتيك متابوليسم دانترولن كبدي‌است نيمه عمر تزريق وريدي 4-8 ساعت‌و از راه خوراكي 8/7 ساعت مي‌باشد.شروع اثر آن در اسپاسم‌هاي ناشي ازاختلال نرون‌هاي حركتي يك هفته بعد يابيشتر است دفع دارو كليوي است
موارد منع مصرف در بيماري فعال كبدي‌مثل هپاتيت يا سيروز به‌دليل افزايش خطربروز مسموميت كبدي مگر در درمان‌بحران هيپرترمي بدخيم نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت بروز هپاتيت ياآزمونهاي غيرطبيعي كار كبد، مصرف‌دارو قطع شود، در صورت نياز مجدد به‌دارو پس از بازگشت علائم به حال عادي بيمار بستري مي‌شود و درمان با مقاديركم شروع و به‌تدريج اضافه شود. درصورت بروز هرگونه ناهنجاري مجدد درآزمونهاي كبد درمان بايد قطع شود.
2 ـ مصرف طولاني مدت مقادير زياد دريك دوره زماني خطر مسموميت كبد را بالامي‌برد.
3 ـ در صورت بروز اسهال شديد مصرف‌دارو قطع شود. اگر پس از شروع مجددمصرف اسهال شديد بروز كرد، ممكن‌است براي هميشه نياز به قطع دارو باشد.
4 ـ در عيب كار قلب كبد، ريه ميوپاتي بيماريهاي عصبي ـ عضلاني كه منجر به‌اختلال تنفسي مي‌شود و زنان بالاتر از 35سال به‌ويژه زناني كه استروژن مصرف‌مي‌كنند به‌دليل افزايش خطر مسموميت‌كبدي با احتياط مصرف شود.
5 ـ در صورت بروز عوارضي مثل‌سرگيجه خواب‌آلودگي يا منگي

اختلال‌بينايي يا ضعف عضلاني با احتياطمصرف شود. ضمن؟ براي كاهش عوارض‌فوق و تحريك گوارشي بايد درمان را ابتدابا مقادير كم شروع كرد و مقدار مصرف راتا نتيجه مطلوب به‌تدريج افزايش داد.
6 ـ اگر بعد از 45 روز پيشرفتي در درمان‌حاصل نشد، مصرف دارو بايد قطع شود.
عوارض جانبي اسهال شديد، ضعف تنفس سرگيجه يا منگي خواب‌آلودگي احساس‌بدحالي يا بيماري ضعف عضلاني تهوع واستفراغ و خستگي غيرعادي ادرار تيره ياخوني اغتشاش شعور، يبوست شديد،تشنج درماتيت حساسيتي دفع مشكل‌ادرار، مسموميت كبدي ضعف مغزي فلبيت و ترشحات در فضاي جنب ياپريكارديت از عوارض جانبي شايع داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌دانترولن با داروهاي مضعف CNS و سايرداروهاي سمي براي كبد (در صورت‌مصرف طولاني مدت باعث تشديدعوارض جانبي دارو مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ اگر بيمار قادر به بلع‌كپسول نباشد، محتوي كپسول را با آب‌ميوه يا ساير مايعات مخلوط و بلافاصله‌ميل نمايد.
2 ـ در تزريق وريدي محلول نبايد به خارج‌رگ و بافتهاي اطراف نشت كند چون pHمحلول شديد؟ قلياييي است
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان در پيشگيري از بحران‌هيپرترمي بدخيم 4-8 mg/kg/day در سه ياچهار مقدار منقسم براي 1-2 روز قبل ازجراحي مصرف مي‌شود. آخرين مقدارمصرف دارو بايد 3-4 ساعت قبل از شروع‌جراحي و با حداقل مقدار آب مصرف شود.براي ادامه درمان هيپرترمي پس از تزريق‌وريدي مقدار 4-8 mg/kg/day در چهارمقدار منقسم به‌مدت 1-3 روز مصرف‌مي‌شود. به‌عنوان ضد اسپاسم ابتدا 25ميلي‌گرم يك‌بار در روز مصرف مي‌شودكه هر 4-7 روز يك‌بار، مقدار 25 ميلي‌گرم‌به مقدار مصرف تام روزانه اضافه‌مي‌شود تا زماني كه پاسخ مناسب درماني‌به‌دست آيد يا اين كه به‌مقدار مصرف 100ميلي‌گرم چهار بار در روز برسد. درصورت امكان دارو در چهار مقدار منقسم‌در روز مصرف شود.
كودكان به‌عنوان ضداسپاسم ابتدا0/5mg/kg دو بار در روز مصرف مي‌شودكه هر 4-7 روز 0/5 mg/kg به‌مقدار تام‌روزانه اضافه مي‌شود تا زماني كه پاسخ‌درماني مناسب به‌دست آيد يا به مقدارمصرف 3 mg/kg چهار بار در روز برسد.در صورت امكان دارو در چهار مقدارمنقسم در روز مصرف شود. دركودكان‌مقادير بيش از 400 mg/day نبايد مصرف‌شود.
تزريقي

به‌عنوان داروي كمكي در پيشگيري ازهپيرترمي بدخيم mg/kg 2/5 از راه‌انفوزيون وريدي يك ساعت قبل ازبيهوشي تجويز مي‌شود. براي درمان ابتداحداقل mg/kg 1 به سرعت و به‌طور مداوم‌انفوزيون وريدي مي‌شود كه تا فروكش‌كردن علائم بيماري و يا رسيدن به مقدارتجمعي mg/kg 10 ادامه مي‌يابد. در صورت‌عود علائم اين مقادير را مي‌توان تكرارکرد. در درمان عود هپيرترمي بدخيم مقادير اوليه mg/kg 3-2/5 نيز پيشنهادشده‌است

اشكال دارويي

Capsule: 25 mg

For Injection: 20 mg

DIAZEPAM

موارد مصرف در كوتاه مدت براي درمان‌اضطراب و بي‌خوابي و به‌عنوان داروي‌كمكي در درمان علائم حاد قطع مصرف‌داروها، حمله مداوم صرعي و تشنجات‌ناشي از تب و مسموميت‌ها، گرفتگي‌عضلات اسكلتي مصرف قبل از جراحي به‌عنوان داروي پيش بيهوشي به‌كارمي‌رود.
مكانيسم اثر: با اثر برگيرنده اختصاصي درغشاي سلولي عصبي اثر مهاري گاماآمينوبوتيريك اسيد (GABA) را كه در تمام‌نواحي CNS باعث مهار پيش سيناپسي وپس سيناپسي مي‌گردد، تسهيل كرده ياافزايش مي‌دهد.
فارماكوكينتيك از راه خوراكي سريع و به‌خوبي جذب مي‌شود. جذب آن از راه‌عضلاني به محل تزريق بستگي دارد وممكن است آهسته و نامنظم صورت گيرد.اگر به عضله دلتوئيد تزريق گردد جذب آن‌معمولا سريع و كامل خواهد بود. اتصال‌آن به پروتئين‌هاي پلاسمايي تا 99 درصدمي‌باشد.
در كبد متابوليزه شده و به‌متابوليت دزمتيل ديازپام و اگزازپام
تبديل مي‌شود. نيمه عمر ديازپام در
پلاسما 1-2 روز است در حالي كه نيمه‌عمر دزمتيل ديازپام حدود 60 ساعت‌است متابوليت دارو از طريق كليه دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف در ضعف تنفسي نارسايي حاد ريوي حالات فوبيك نارسايي كبدي سايكوز مزمن دپرسيون‌و اضطراب همراه آن نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در بيماري تنفسي ضعف‌عضلاني بيماران با سابقه مصرف نابجاي‌دارو يا افراد با اختلال شخصيتي با احتياطمصرف شود.
2 ـ در افراد مسن نارسائي كبدي و كليوي‌مقدار مصرف دارو بايد كاهش داده شود.
3 ـ از مصرف طولاني مدت خودداري‌گردد.
4 ـ در صورت مصرف طولاني مدت براي‌جلوگيري از بروز عوارض قطع مصرف دارو را بايد به‌تدريج قطع كرد.
5 ـ در موقع تزريق وريدي وسايل لازم‌براي برگرداندن ضعف تنفسي و تهويه‌مكانيكي بايد در دسترس باشد.
6 ـ در موقع انفوزيون وريدي اين دارو بايدكاملا احتياط نمود چون كاملا خطرناك‌است بايد انفوزيون وريدي ديازپام درپخش مراقبت‌هاي ويژه انجام شود.
7 ـ تزريق سريع وريدي آن ممكن است‌منجر به بروز آپنه كاهش فشار خون برادي كاردي يا ايست قلبي شود. (تزريق‌هر پنج ميلي‌گرم دارو حداقل بايد يك دقيقه‌طول بكشد).

8 ـ تزريق وريدي ديازپام نبايد دروريدهاي كوچك (مانند مچ دست و پا)انجام شود و بايد دقت نمود كه داخل‌شريان تزريق نشده و سوزن تزريق نيز ازرگ خارج نشود تا از بروز ترومبوزوريدي فلبيت تحريك موضعي ورم وبندرت صدمه عروقي جلوگيري شود.
9 ـ از تزريق عضلاني زماني استفاده‌مي‌شود كه مصرف خوراكي و وريدي‌ممكن نيست
10 ـ در افراد كهنسال با احتياط مصرف‌شود و مقادير مصرف دارو با توجه به‌كاركرد كبد و كليه تنظيم گردد.
عوارض جانبي خواب آلودگي روز بعد ازمصرف گيجي و آتاكسي (به‌خصوص درافراد مسن فراموشي وابستگي تحريك‌پذيري غيرعادي و در برخي مواردسردرد، سرگيجه افت فشار خون افزايش‌ترشحات بزاق كرامپ و درد در ناحيه‌شكم بثورات جلدي اختلال بينائي تغييردر ميل جنسي احتباس ادرار، اختلالات‌خوني و يرقان از عوارض احتمالي اين‌دارو است درد، ترومبوفلبيت و ندرت؟ آپنه‌و افت فشار خون با تزريق اين داروگزارش شده‌است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان باداروهاي مضعف CNS، ضد دردهاي‌مخدر، بيهوش‌كننده‌هاي عمومي مهاركننده‌هاي مونوآمينواكسيداز (MAO)،ضدافسردگي‌هاي سه حلقه‌اي و داروهاي‌پايين‌آورنده فشار خون كه باعث تضعيفCNS مي‌شوند (مانند كلونيدين و متيل‌دوپا) و رزرپين ممكن است اثر مضعفCNS اين دارو را تشديد نمايد. آنتي‌اسيدهاجذب ديازپام را به تأخير مي‌اندازند، اماروي ميزان جذب تأثيري ندارند. مصرف‌همزمان با تري‌متافان قبل از عمل جراحي باعث تشديد اثر پايين‌آورنده فشار خون‌شده و خطر سقوط شديد فشار خون شوك و كلاپس قلبي ـ عروقي را در طي‌جراحي افزايش مي‌دهد. مصرف همزمان باكاربامازپين سبب افزايش متابوليسم وكاهش غلظت سرمي ديازپام مي‌گردد.سايمتيدين متابوليسم ديازپام را مهارنموده سبب تأخير دفع ديازپام و افزايش‌غلظت پلاسمايي آن مي‌شود. ايزونيازيدممكن است از طريق مهار دفع ديازپام‌غلظت پلاسمايي آن را افزايش دهد.ريفامپين ممكن است دفع ديازپام راافزايش دهد و موجب كاهش غلظت سرمي‌آن مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ از آنجايي كه اين دارو‌ايجاد وابستگي مي‌كند، بايستي بيش ازمقدار توصيه شده مصرف نشود.
2 ـ اگر بعد از چند هفته اثر درماني داروكاهش يافت به پزشك مراجعه شود.
3 ـ ديازپام به‌عنوان ضدتشنج بايد كامل ومرتب مصرف شود.
4 ـ در صورت بروز خواب‌آلودگي سرگيجه منگي از دست دادن مهارت درانجام كار به‌خصوص در افراد مسن داروبا احتياط مصرف شود.

مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان براي درمان اضطراب
2 ميلي‌گرم سه بار در روز و در صورت‌نياز تا 30-15 mg/day در مقادير منقسم مصرف مي‌شود. در افراد كهنسال‌نصف اين مقدار مصرف شود در درمان‌بي‌خوابي همراه با اضطراب 5-15ميلي‌گرم در موقع خواب مصرف مي‌شود.مقدار مصرف در افراد مسن نصف
مقدار تجويز شده براي افراد بالغ
است
كودكان در درمان راه رفتن در خواب وترس بچه‌ها، 1-5 ميلي‌گرم در موقع خواب‌مصرف مي‌شود.
تزريقي
بزرگسالان از راه تزريق وريدي در حمله‌مداوم صرعي 10-20 ميلي‌گرم با سرعت0/5 ميلي‌ليتر (2/5 ميلي‌گرم طي 30 ثانيه تجويز مي‌شود و در صورت لزوم 30-60دقيقه بعد تكرار مي‌گردد. ممكن است پس‌از تزريق اول انفوزيون وريدي تا حداكثر3 mg/kg در طول 24 ساعت انجام شود.
دردرمان اضطراب حاد شديد، كنترل حملات‌پانيك حاد و درمان علائم حاد قطع مصرف‌دارو، مقدار 10 ميلي‌گرم مصرف مي‌شودكه در صورت نياز بعد از 4 ساعت مي‌توان‌آن را تكرار كرد.
كودكان مقدار 300-200 mcg/kgيا 1ميلي‌گرم به ازاي هر سال سن مصرف‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 2mg, 5mg
Injection: 10 mg/2ml

DICLOFENAC SODIUM

موارد مصرف ديكلوفناك سديم در درد والتهاب ناشي از بيماري روماتيسمي شامل‌آرتريت جوانان و ديگر اختلالات عضلاني ـاسكلتي دردهاي بعد از جراحي و نيزنقرس حاد به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: ديكلوفناك از مهاركننده‌هاي‌قوي آنزيم سيكلواكسيژناز است كه توليدطي 2 سال گذشته گزارشات متعددي ازفلج ناشي از تزريق ديكلوفناك در كودكان‌زير 13 سال به مركز ثبت و بررسي‌عوارض جانبي داروها ارسال شده است پروستاگلاندين پروستاسايكلين وترومبوكسان را كاهش مي‌دهد.
فارماكوكينتيك ديكلوفناك از راه‌هاي‌خوراكي يا ركتوم به‌طور كامل جذب‌مي‌گردد. حداكثر غلظت سرمي 2 ساعت‌بعد از مصرف خوراكي ايجاد مي‌شود.اتصال پروتئيني دارو 99 درصد بوده ومتابوليت‌هاي دارو غيرفعال و نيمه عمر آن2 ساعت است دارو عمدت? از راه ادرار دفع‌مي‌گردد.
موارد منع مصرف در بيماران حساس بهASA يا ديگر داروهاي NSAID در بيماران‌دچار پورفيري كبدي نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در بيماران دچار اختلالات‌كليوي كبدي يا قلبي با احتياط و با حداقل ميزان ممكن به‌كار رود. در ضمن‌وضعيت عملكرد كليه مرتب? كنترل
گردد.
2 ـ در بيماران دچار زخم معده فعال ازمصرف آن خودداري شود. همچنين‌بيماران با سابقه زخم بهتر است از مصرف‌اين دارو پرهيز نموده و در صورت بروزصدمات معدي ـ روده‌اي مصرف آن قطع‌گردد.
3 ـ اين دارو در افراد پير و همچنين افرادي‌كه سابقه حمله آسم و حساسيتي دارند بااحتياط مصرف شود.
طي 2 سال گذشته گزارشات متعددي ازفلج ناشي از تزريق ديكلوفناك در كودكان‌زير 13 سال به مركز ثبت و بررسي‌عوارض جانبي داروها ارسال شده است
عوارض جانبي عوارض گوارشي شامل‌تهوع اسهال و نيز گاهگاهي خونريزي يازخم ممكن است بروز نمايد. واكنش‌هاي‌آلرژيك بويژه آنژيوادم برونكواسپاسم وبثورات جلدي و نيز عوارضي نظيرسرگيجه سردرد، اختلالات شنوايي مانندوزوز گوش و دفع خون از ادرار ممكن‌است ايجاد گردد.
طي 2 سال گذشته گزارشات متعددي ازفلج ناشي از تزريق ديكلوفناك در كودكان‌زير 13 سال به مركز ثبت و بررسي‌عوارض جانبي داروها ارسال

شده است
تداخل‌هاي دارويي در مصرف همزمان بامهاركننده‌هاي آنزيم تبديل كننده‌آنژيوتانسين (ACE)، سبب مهار اثر ضدفشار خون اين داروها گرديده و احتمالاخطر نارسايي كليوي و هيپركالمي راافزايش مي‌دهد. مصرف داروهاي ضدميكروبي از دسته كينولون‌ها همراه‌ديكلوفناك خطر بروز تشنج را افزايش‌مي‌دهند. خطر سميت كليوي در صورت‌مصرف همزمان سيكلوسپورين وديكلوفناك افزايش مي‌يابد. دفع ليتيوم
و نيز احتمالا متوتركسات به‌وسيله اين‌دارو كاهش يافته سميت آنها افزايش‌مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در سابقه زخم معده‌يا اختلالات شديد كبدي با احتياط مصرف‌شود.
2 ـ در محل تزريق ممكن است دردوگاهگاهي صدمات بافتي ايجاد گردد.
3 ـ مصرف شياف ممكن است سبب‌تحريك موضعي گردد.
4 ـ شكل تزريقي اين دارو در كودكان زير13 سال نبايد مصرف شود.
مقدار مصرف
خوراكي
از راه خوراكي 75-100mg/dayبه‌صورت منقسم در 2-3 مقدار منقسم‌ترجيح? بعد از غذا مصرف مي‌گردد.
تزريقي
تزريق در عمق عضلات سرين در حالات‌حاد و بعد از جراحي به‌ميزان 75mg/day(يك‌بار و در حالات شديد دو بار در روز)
و حداكثر 2 روز انجام مي‌شود. در كوليك‌حالب‌ها، 75 ميلي‌گرم تزريق مي‌شود كه
در صورت لزوم 30 دقيقه بعد تكرارمي‌گردد.
شياف
به‌ميزان 100 ميلي‌گرم و معمولا در شب‌استعمال مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 25 mg
Suppository: 50 mg
Injection: 75 mg/3ml
Topical Gel: 1%

GOLD SODIUM THIOMALATE

موارد مصرف اين دارو در درمان آرتريت‌روماتوئيدي كه به سالیسیلات‌ها وتركيبات گلوكوكورتيكوئيدها جواب‌نمي‌دهند به‌كار برده مي‌شود و از پيشرفت‌ضايعات جلوگيري مي‌كند.
مكانيسم اثر: مكانيسم اثر اين دارو كاملامشخص نيست ولي احتمالا با مهار كردن‌سيستم‌هاي حاوي گروه سولفيدريل باعث‌كاهش فعاليت آنزيمي و كاهش فعاليت‌فاگوسيتيك ماكروفاژها مي‌گردد.
فارماكوكينتيك اتصال آن به پروتئين‌هاي‌پلاسما زياد است اثر دارو حداقل بعد از6-8 هفته ظاهر مي‌شود. حدود 60-90درصد دارو به آهستگي از طريق كليه و10-40 درصد آن از طريق مدفوع و ازطريق ترشحات صفراوي دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف در صورت سابقه‌ابتلاي به آپلازي مغز استخوان درماتيت‌فلسي آنتروكوليت نكروز دهنده مشكلات‌خوني و فيبروز ريوي نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ بيماراني كه نسبت به سايرفلزات سنگين عدم تحمل نشان مي‌دهندممكن است اين دارو را نيز تحمل
نكنند.
2 ـ اين دارو ممكن است باعث كاهش‌گويچه‌هاي سفيد يا پلاكت‌هاي خون شود.
عوارض جانبي تحريك يا زخم زبان يا لثه خارش پوست احساس طعم فلزي دردهان ايجاد زخم يا لكه‌هاي سفيد در دهان‌يا گلو، عوارض خوني كه گاهي مي‌تواندكشنده باشد از عوارض جانبي شايع اين‌دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي استفاده همزمان باداورهاي كاهنده فعاليت مغز استخوان وداروهاي سمي براي كبد احتمال‌مسموميت با اين دارو را بالا مي‌برد.مصرف همزمان پني‌سيلامين با تركيبات‌حاوي طلا ممكن است خطر بروز عوارض‌شديد خوني يا كليوي را افرايش دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ دوره درمان را كامل‌نمايند. زيرا اثر دارو گاهي اوقات ديررس‌مي‌باشد.
2 ـ احتمال تشديد درد مفاصل پس ازتزريق دارو وجود دارد.
مقدار مصرف
بزرگسالان شروع درمان با 10 ميلي‌گرم‌در هفته اول 25 ميلي‌گرم هفته دوم وسپس 25-50 ميلي‌گرم يك‌بار در هفته‌تزريق عضلاني مي‌شود تا پاسخ مطلوب‌حاصل شده يا علائم مسموميت بروزنمايد. در هر صورت مقدار مصرف از8000 ميلي گرم تا 1 گرم تجاوز نكندبه‌عنوان مقدار

مصرف نگهدارنده 25-50ميلي‌گرم هر دو هفته يك‌بار به مدت 2-20هفته و سپس 25-50 ميلي‌گرم هر سه ياچهار هفته يك‌بار تزريق عضلاني مي‌شود.
كودكان در كودكان با سن بيشتر از 6 سال‌ابتدا 10 ميلي‌گرم هفته اول و سپس 1mg/kg(حداكثر تا 5 ميلي‌گرم در هر نوبت مصرف تزريق عضلاني مي‌شود. فواصل مصرف‌در كودكان مانند بزرگسالان هست

اشكال دارويي

Injection: (10 mg, 20 mg, 50 mg)/0.5ml

METHOCARBAMOLE

موارد مصرف اين دارو به‌عنوان درمان‌كمكي همراه با ديگر اقدامات مانندااستراحت و فيزيوتراپي براي تخفيف‌اسپاسم عضلاني همراه با بيماريهاي حادو دردناك عضلاني ـ استخواني مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: متوكاربامول به‌طور عمده برروي سيستم عصبي مركزي اثر كرده وبه‌طور مستقيم بر روي عضلات اسكلتي اثرنمي‌كند. اثر شل‌كنندگي عضلاتي اين داروممكن است ناشي از تضعيف CNSباشد.
فارماكوكينتيك جذب متوكاربامول ازمجراي گوارشي سريع است متابوليسم‌اين دارو احتمالا كبدي است متوكاربامول‌به‌طور عمده از طريق كليه دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف در حالت اغماء نبايدتجويز شود. در عيب كار كليه يا بيماريهايآن مصرف شكل تزريقي اين دارو كه‌حاوي پايه پلي‌اتيلن گليكول مي‌باشد ممكن‌است باعث مسموميت كليه افزايش‌حساسيت اوره و اسيدوز شود.
هشدارها: در موارد ضعف CNS، صرع عيب كار كبد يا عيب كار كليه با احتياطفراوان تجويز شود.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌متوكاربامول با داروهاي مضعف CNSباعث تشديد اثرات دارو مي‌شود.
نكات قابل توصيه براي سهولت مصرف‌مي‌توان قرص را خرد كرده و با غذا يامايعات مخلوط كرد.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان به‌منظور شل كردن عضلات‌اسكلتي ابتدا مقدار 1/5 گرم چهار بار درروز طي 48-72 ساعت اول درمان‌مصرف مي‌شود. براي حالات شديد ممكن‌است در ابتدا تا 8 g/day نيز مصرف شود.مقدار نگهدارنده اين دارو 750 ميلي‌گرم هرچهار ساعت يك گرم چهار بار در روز يا1/5 گرم سه بار در روز مي‌باشد.
تزريقي
بزرگسالان به‌عنوان شل‌كننده عضلاني‌مقدار 1-3 g/day به مدت سه روز از راه‌عضلاني يا وريدي تزريق مي‌شود. به دنبال‌قطع مصرف دارو به مدت 48 ساعت درصورت نياز اين مقدار مي‌تواند تكرار شود.
اشكال دارويي
Injection: 1,000 mg/10ml
Tablet: 500 mg

PANCURONIUM BROMIDE

موارد مصرف اين دارو به‌عنوان داروي‌كمك بيهوشي براي شل كردن عضلات وتسهيل كنترل بيمار طي تنفس مصنوعي‌مكانيكي مصرف مي‌شود. همچنين براي‌لوله‌گذاري داخل ناي و جراحي‌هايي كه‌نسبت? طولاني مدت هستند و شل شدن‌عضلات در آنها ضرورت دارد و كاهش‌شدت انقباضات عضلاني ناشي از حملات‌تشنجي مصرف شده‌است
مكانيسم اثر: اين دارو با استيل كولين دراتصال به گيرنده‌هاي كلينرژيك صفحه‌محركه انتهايي رقابت و با مهار انتقال‌عصبي پاسخ صفحه محركه انتهايي به‌استيل كولين را كاهش مي‌دهد و باعث فلج‌عضلات اسكلتي مي‌شود.
فارماكوكينتيك متابوليسم دارو كبدي مقادير جزيي است نيمه عمر دفع دارو114-116 دقيقه است زمان رسيدن به‌حداكثر غلظت 3-4/5 دقيقه و بسته به‌مقدار مصرف است دفع دارو كليوي (80درصد) و صفراوي (10 درصد) است بعداز تزريق دارو 90 درصد پاسخ پرشي‌عضلات در كمتر از 60 دقيقه به حالت‌عادي باز مي‌گردد.
هشدارها: 1 ـ به‌دليل اثر واگوليتيك خطربرادي كاردي يا كاهش فشار خون ناشي ازداروهاي مخدر كاهش مي‌يابد اما دربعضي بيماران خطر بروز تاكيكاردي يا‌افزايش فشار خون بيشتر مي‌شود.تاكيكاردي با اين دارو شايع‌تر از ساير‌داروهاي مسدد عصبي ـ عضلاني است
2 ـ در عيب كار كبد و كليه ممكنست اثردارو طولاني‌تر شود.
3 ـ مصرف مقادير بيش از حد آن ممكنست‌منجر به ضعف مداوم تنفسي يا آپنه وكلاپسي قلبي شود. براي به حداقل رساندن‌خطر مصرف بيش از حد، توصيه مي‌شوداز يك تحريك‌كننده اعصاب محيطي براي‌پيگيري پاسخ بيمار به دارو استفاده شود.
عوارض جانبي افزايش فشار خون تاكي‌كاردي خارش پوست افزايش ترشح‌بزاق و راش پوستي از عوارض جانبي مهم‌و نسبت? شايع دارو مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي دارو باآمينوگليكوزيدها، بي‌حس كننده‌هاي‌موضعي تزريقي كاپرئومايسين خون‌سيتراته كلينداميسين لينكومايسين پلي‌ميكسين‌ها، گليكوزيدهاي ديژيتالي پروكائين آميد و كينيدين تداخل دارد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در هيپرترمي طول وشدت اثر دارو افزايش و در هيپوترمي‌كاهش مي‌يابد.
2 ـ دارو اثر شناخته شده‌اي روي‌هوشياري يا آستانه درد ندارد لذا به‌عنوان‌داروي كمكي در جراحي بايد مقدار كافي‌از داروي بيهوشي به‌كار

رود.
3 ـ دارو به ميزان كمتري از ساير داروهاي‌مسدد عصبي ـ عضلاني باعث آزاد شدن‌هيستامين مي‌شود.
4 ـ مقدار مصرف دارو در صورت مصرف‌همزمان با بيهوش‌كننده‌هاي عمومي مثل اتر،انفلوران و ايزوفلوران بايد به 33-50 درصدكاهش يابد يا مقدار مصرف آن توسط يك‌تحريك‌كننده اعصاب محيطي تعيين شود.ميزان اين كاهش با هالوتان كمتر است
مقدار مصرف
بزرگسالان ابتدا 0/1-0/04 mg/kgبه‌صورت وريدي تجويز مي‌شود. سپس‌مقدار 0/01 mg/kg هر 20-60 دقيقه‌به‌مقدار مصرف اوليه اضافه مي‌شود. درصورت نياز بايد مقدار مصرف تنظيم‌شود. بعد از بيهوشي با ايزوفلوران يا‌انفلوران يا بيماراني كه به‌منظورلوله‌گذاري داخل ناي سوكسينيل كولين‌دريافت كرده‌اند، 0/04 mg/kg ابتدابه‌صورت وريدي تجويز مي‌شود و سپس‌براساس پاسخ بيمار تنظيم مي‌شود.به‌منظور لوله‌گذاري داخل ناي مقدار0/1-0/6 mg/kg، تزريق وريدي مي‌شود.بعد از مصرف دارو براي لوله‌گذاري داخل‌ناي شرايط مناسب براي لوله‌گذاري طي2-3 دقيقه به‌دست مي‌آيد.
كودكان مقدار مصرف را مي‌توان‌براساس پاسخ بيمار به مقدار مصرف‌تست به ميزان 0/02 mg/kg تعيين نمود. دركودكان با سن يكماه و بيشتر مقدارمصرف مثل بزرگسالان است
اشكال دارويي
Injection: 4 mg/2 ml

SUCCINYLCHOLINE CHLORIDE

موارد مصرف سوکسینیل کولین به‌عنوان‌کمك بیهوشي براي شل کردن عضلات وتسهیل کنترل بیمار طي تنفس مصنوعي ازطریق مکانیکي مصرف مي‌شود. همراه بامسدود کننده‌هاي عصبي غیر دپولاریزان‌با اثر نسبت؟ کوتاه براي لوله‌گذاري داخل‌ناي مصرف مي‌شود. انفوزیون مداوم آن‌در جراحي‌هاي کوتاه مدت که شل شدن‌عضلات ضرورت دارد، استفاده مي‌شود.در کاهش شدت انقباضات عضلاني ناشي‌از حملات تشنجي (الکتریکي یافارماکولوژیکي یا واکنش‌هاي سمي به‌دیگر داروها) نیز به‌کار مي‌رود.
مکانیسم اثر: سوکسینیل کولین داروي‌مسدودکننده عصبي عضلاني دپولاریزان‌است که با استیل کولین در اتصال به‌گیرنده‌هاي کلینرژیك صفحه محرکه‌انتهایي رقابت و با اتصال به گیرنده‌هاباعث دپولاریزاسیون مي‌شود. اثردپولاریزان به دلیل تمایل شدید آن به‌گیرنده کلینرژیك و مقاومت به اثرات کولین‌استراز، طولاني‌تر از استیل کولین است این اثر ابتدا باعث انقباض گذراي عضلات‌مي‌شود که معمولا فاسیکوله شدن‌عضلات بروز مي‌کند و بعد از آن انتقال‌عصبي عضلاني مهار مي‌شود.
فارماکوکینتیك متابولیسم دارو پلاسمایي‌است شروع اثر با تزریق وریدي 0/5-1دقیقه و با تزریق عضلاني طي 3 دقیقه‌مي‌باشد. زمان رسیدن به حداکثر اثر 1-2دقیقه بعد از تزریق وریدي مي‌باشد. دفع‌دارو کلیوي است
هشدارها: 1 ـ با محلولهاي قلیایي (مثل‌تیوپنتال سدیم مخلوط نشود چون‌رسوب مي‌نماید.
2 ـ تکرار مصرف دارو ممکن است باعث‌بروز مقاومت شود.
3 ـ مصرف دارو ممکن است باعث افزایش‌غلظت سرمي پتاسیم شود که منجر به‌ایست قلبي یا آریتمي در بیماران دچارسوختگي یا ضربه شدید و اختلالات‌نورولژیك مي‌شود که تا هفته‌ها و ماههابعد از ضربه این اثر باقي مي‌ماند. برادي‌کاردي و آریتمي قلبي با این دارو از سایرمسددهاي عصبي ـ عضلاني شایعتر است
4 ـ در سوختگي شدید، سمیت با دیژیتال یامصرف اخیر آن عیب کار قلب بیماري‌دژنراتیو یا دیستروفي عصبي ـ عضلاني فلج نیمه تحتاني بدن هیپرکالمي صدمات‌نخاعي ضربه شدید، کم‌خوني شدید،دهیدراتاسیون مصرف حشره‌کش‌هاي‌سمي براي عصب یا دیگر مهارکننده‌هاي‌کولین استراز، بیماري شدید کبد یاسیروز، سوءتغذیه صفات نهفته ارثي ضایعات چشمي گلوکوم جراحي چشم شکستگي یا اسپاسم عضله و هیپرترمي‌بدخیم با احتیاط مصرف شود.

5 ـ ميزان و شدت بروز برادي كاردي وكاهش فشار خون ناشي از دارو همراه باضد دردهاي مخدر بالا مي‌رود. آزاد شدن‌هيستامين نيز كه با بسياري از ضد دردهاي‌مخدر ايجاد مي‌شود، افزايش مي‌يابد.
6 ـ مصرف مكرر يا طولاني مدت دارومكن است انسداد عصبي ـ عضلاني شبيه‌به انسداد حاصل از داروهاي مسدودكننده‌عصبي ـ عضلاني غير دپولاريزان ايجادكند كه اين حالت منجر به بروز ضعف‌مداوم تنفسي يا آپنه خواهد شد. براي به‌حداقل رساندن خطر مصرف بيش از حدتوصيه مي‌شود از يك تحريك‌كننده‌اعصاب محيطي براي پيگيري پاسخ بيماربه دارو استفاده شود.
عوارض جانبي برادي كاردي آريتمي قلبي گلوكوم تاكيكاردي سفتي و درد عضلات‌بعد از جراحي هيپرترمي بدخيم و افزايش‌ترشح بزاق از عوارض نسبت؟ شايع و مهم‌دارو مي‌باشند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان داروبا آمينوگليكوزيدها، بي‌حس كننده‌هاي‌موضعي تزريقي كاپرئومايسين خون‌سيترانه كليندامايسين لينكومايسين پلي‌ميكسين‌ها، مهاركننده‌هاي كولين استراز،حشره‌كش‌هايي كه سميت عصبي دارند،گليكوزيدهاي ديژيتالي پروكائين آميد،كينيدين و فيزوستيگمين باعث تشديد و ياطولاني شدن اثرات و عوارض سوكسينل‌كولين مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ كودكان به‌خصوص‌به اثرات ميوگلوبينمي ميوگلوبينوري وقلبي دارو حساسترند. مصرف مقادير كم‌توبوكورارين قبل از سوكسينيل كولين شيوع ميوگلوبينمي را كاهش مي‌دهد.همچنين با تكرار مصرف در صورت بروز،عوارض قلبي ذكر شده ناشي از تحريك‌واگ با تيوپنتال سديم و آتروپين مهارمي‌شود. بعد از اين اثرات تاكي كاردي وافزايش فشار خون ممكن است ديده شود.
2 ـ تقويت اثر بيهوش كننده‌هاي استنشاقي‌هيدروكربنه توسط سوكسينيل كولين‌كمتر از مسدودكننده‌هاي عصبي ـعضلاني غير دپولاريزان است
3 ـ طول و شدت اثر دارو در هيپرترمي وهيپوترمي افزايش مي‌يابد.
4 ـ مقدار تست 10 ميلي‌گرم براي تعيين‌حساسيت بيمار و زمان بازيابي به‌كارمي‌رود. در بيماراني كه ميزان فعاليت آنزيم‌پسودوكولين استراز در آنها كم است به‌دليل حساسيت غيرمعمول به اثرات‌سوكسينيل كولين ممكن است به كاهش‌مقدار مصرف دارو نياز باشد در اين موردمقدار تست 5-10 ميلي‌گرم مي‌باشد.
5 ـ براي كاهش فاسيكوله شدن عضلات مقدار كمي از داروي غير دپولاريزان‌ممكنست قبل از مصرف سوكسينيل‌كولين به‌كار رود.
6 ـ دارو اثر شناخته شده‌اي روي هوشياري‌يا آستانه درد ندارد لذا در جراحي بايد مقداركافي از داروي بيهوشي به‌كار رود.

مقدار مصرف
بزرگسالان در جراحي كوتاه مدت ابتدامقدار mg/kg 0/6-1/1 به‌صورت وريدي‌تزريق مي‌شود. در صورت نياز به تكرارمصرف دارو، مقدار آن بايد با توجه به‌پاسخ بيمار به‌مقدار مصرف اوليه تعيين‌شود. به‌صورت عضلاني mg/kg 3-4تزريق مي‌شود و ميزان تام مقدار مصرف‌از 150 ميلي‌گرم بيشتر شود. در جراحي‌طولاني مدت ابتدا مقدار mg/kg 0/6-1/1به‌صورت وريدي تزريق مي‌شود. مقدارمصرف بعدي براي هر فرد جداگانه و باتوجه به نياز به ميزان تداوم شل شدن‌عضلات تعيين مي‌شود. تجويز مقاديرمصرف به‌صورت منقسم به‌دليل امكان‌بروز مقاومت و آپنه مداوم توصيه‌نمي‌شود. در اعمال جراحي طولاني به‌كاربردن انفوزيون مداوم بهتر است
انفوزيون وريدي به‌صورت محلول0/1-0/2 درصد در دكستروز 5 درصد ياسديم كلرايد تزريقي و سايررقيق‌كننده‌هاي مناسب و به ميزان
mg/min 0/5-10 براساس پاسخ بيمار وشل شدن عضله به‌مدت يك ساعت تجويزمي‌شود. در مصرف دارو به‌صورت‌انفوزيون پيگيري دقيق كار عصبي ـعضلاني با استفاده از تحريك‌كننده‌اعصاب محيطي براي جلوگيري ازمصرف مقادير زياد و تعيين ميزان انسدادداروي غير دپولاريزان توصيه مي‌شود.
در درمان با الكتروشوك مقدار 10-30ميلي‌گرم تقريب? يك دقيقه قبل از شوك تزريق وريدي يا حداكثر mg/kg 2/5 (مقدارمصرف تام از 150 ميلي‌گرم نبايد بيشترشود) تزريق عضلاني مي‌شود.
كودكان براي لوله‌گذاري داخل ناي‌حداكثر تا mg/kg 2/5 (مقدار مصرف تام از150 ميلي‌گرم نبايد بيشتر شود) تزريق‌عضلاني و يا mg/kg 1-2 تزريق وريدي‌مي‌شود. در صورت نياز به تكرار مصرف‌دارو، مقدار مصرف بايد باتوجه به پاسخ‌بيمار به مقدار مصرف اوليه تعيين شود.به‌نظر مي‌رسد كه انفوزيون مداوم وريدي‌دارو در كودكان و نوزادان باعث‌هيپرترمي بدخيم شود.
اشكال دارويي
For Injection: 100 mg, 500 mg, 1000 mg

ACETYLCHOLINE CHLORIDE

موارد مصرف استيل كولين براي ايجادتنگي كامل و سريع مردمك چشم در مواردي‌مثل جراحي آب مرواريد، پيوند قرنيه برداشتن عنبيه و ساير اعمال جراحي بخش‌قدامي چشم مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو با اثر بر روي‌گيرنده‌هاي موسكاريني در عضلات صاف‌چشم موجب تنگي مردمك چشم و انقباض‌عضله مژگاني مي‌شود.
فارماكوكينتيك چند ثانيه پس از مصرف اثر دارو ظاهر مي‌شود و به‌مدت 10-20دقيقه باقي مي‌ماند.
موارد منع مصرف در مواردي كه تنگي‌مردمك چشم نامطلوب باشد (مثل بعضي‌از اشكال گلوكوم و بيماري حاد التهابي‌اتاقك قدامي چشم نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در مواردي مثل نارسايي حادقلب آسم نايژه‌اي قرحه گوارشي پركاري تيروئيد، اسپاسم مجراي‌گوارشي انسداد مجاري ادرار و بيماري‌پاركينسون بايد با احتياط مصرف شود.
2 ـ اگر محلول دارو با فشار به داخل چشم‌پاشيده شود، ممكن است موجب پارگي كاهش حجم زجاجيه و يا سوراخ شدن‌عنبيه گردد.
عوارض جانبي عارضه جانبي قابل توجهي‌ندارد ولي با مصرف مقادير زياد، ممكن‌است آتروفي عنبيه بروز كند.
نكات قابل توصيه 1 ـ محلول اين داروناپايدار بوده و بايد بلافاصله پس از تهيه‌مصرف شود.
2 ـ اين دارو ممكن است موجب سردرد،درد بالاي حدقه چشم تغيير در ديد دور وكاهش ديد شبانه گردد.
3 ـ شستشوي داخل چشم با اين دارو بايدبه آرامي صورت گيرد.
مقدار مصرف نيم تا 2 ميلي‌ليتر از محلول قبل يا پس از بستن يك يا چند بخيه به‌درون اتاقك قدامي ريخته مي‌شود.
اشكال دارويي
Ophthalmic Solution: 1%

(ACICLOVIR (Ophthalmic

موارد مصرف پماد چشمي آسيكلوويردردرمان التهاب قرنيه ناشي از ويروس‌تبخال (HSV) مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: آسيكلوويراز طريق مهارساخت DNA ويروس عمل مي‌كند.
فارماكوكينتيك آسيكلوويربه سرعت ازطريق بافت پوششي قرنيه و بافت سطحي‌چشم جذب مي‌شود. غلظت اين دارو درمايع زلاليه به حد لازم براي اثرضدويروسي مي‌رسد. پس از مصرف‌آسيكلوويردر چشم مقدار آن در خون‌قابل اندازه‌گيري نيست ولي ممكن است درمقادير بسيار ناچيز در ادرار يافت شود.
عوارض جانبي آسيب سطحي قرنيه همراه‌با نقطه‌دار شدن آن عارضه‌اي است كه پس‌از قطع مصرف دارو بهبود مي‌يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ دوره درمان را بايدكامل كرد.
مقدار مصرف در بزرگسالان و كودكان به‌ميزان 1 سانتي‌متر از پماد را 5 بار در روز(تقريب? هر 4 ساعت يكبار) در فضاي‌ملتحمه پلك پايين قرار مي‌دهند. درمان رابايد براي حداقل 3 روز پس از بهبود كامل‌علائم ادامه داد.
اشكال دارويي
Ointment: 3%

ARTIFICIAL TEAR

موارد مصرف اين فرآورده در مواردي‌مانند كمبود اشك اختلال در ترشح طبيعي‌موكوس خشكي چشم در بيماري‌هايي‌نظير التهاب خشك قرنيه و ملتحمه مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: اشك مصنوعي ثبات وضخامت لايه اشكي جلوي قرنيه را زياد وزمان از بين رفتن اين لايه را طولاني‌مي‌كند. همچنين اين فرآورده موجب‌مرطوب ماندن قرنيه و چشم مي‌گردد.
هشدارها: در صورت بروز حساسيت به‌اين فرآورده مصرف آن بايد قطع گردد.
عوارض جانبي به‌ندرت تحريك چشم تاري ديد يا چسبندگي پلك‌ها با مصرف اين‌فرآورده ممكن است ديده شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف بيش از
3 روز، تنها با تجويز پزشك توصيه‌مي‌شود.
2 ـ در صورت استفاده از لنز تماسي هنگام‌مصرف فرآورده بايد مراقب بود تا لنز ازچشم خارج نشود.
مقدار مصرف در بزرگسالان و كودكان يك‌قطره از محلول 3 يا 4 بار در روز در چشم‌چكانده شود.
اشكال دارويي
Drops: 0.5%

(ATROPINE SULFATE (Ophthalmic

موارد مصرف آتروپين به‌عنوان فلج‌كننده‌جسم مژگاني براي اندازه‌گيري عيب‌هاي‌انكساري در كودكان به‌كار مي‌رود. اين‌دارو همچنين جهت درمان التهاب مجموعه‌عنبيه جسم مژگاني و مشيميه و براي‌ايجاد گشادي مردمك چشم تجويزمي‌شود تا چسبندگي جسم مژگاني به‌كپسول عدسي را برطرف كرده يا از بروزمشكلات ناشي از اين بيماري جلوگيري‌گردد.
مكانيسم اثر: آتروپين يك داروي‌موسكاريني است كه از پاسخ عضلات‌اسفنكتر به عنبيه و عضلات تطابقي جسم‌مژگاني به تحريك استيل كولين جلوگيري‌و باعث گشادشدن مردمك چشم و فلج‌تطابق چشم (فلج جسم مژگاني مي‌شود.
فارماكوكينتيك مدت اثر اين دارو طولاني‌است و ممكن است تا 14 روز بعد ازمصرف دارو باقي بماند.
هشدارها: 1 ـ بيماران سالخورده نسبت به‌آتروپين حساسيت بيشتري دارند واحتمال بروز واكنش‌هاي سيستميك درآنها بيشتر است
2 ـ در بيماران مبتلا به گلوكوم اوليه يابيماراني كه زمينه پيدايش گلوكوم با زاويه‌بسته در آنها وجود دارد، با احتياط فراوان‌تجويز شود.
عوارض جانبي افزايش حساسيت چشم به‌نور و تحريك چشم از عوارض اين درواست
تداخل‌هاي دارويي آتروپين ممكن است بااثر ضدگلوكوم پيلوكارپين تداخل كند.
اين دارو هم مي‌تواند اثر گشادكننده‌مردمك آتروپين را خنثي كند. در صورت‌مصرف همزمان آتروپين با مهاركننده‌هاي‌كولين استراز چشمي ممكن است اثرضدگلوكوم و تنگ‌كننده مردمك چشم اين‌داروها خنثي شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو ممكن
است تاري ديد يا حساسيت به نور ايجادكند.
2 ـ براي جلوگيري از جذب سيستميك درموقع مصرف قطره آتروپين و تا 2-1دقيقه بعد از آن انگشت خود را روي‌مجراي اشكي (گوشه داخلي چشم فشاردهيد.
مقدار مصرف
بزرگسالان در التهاب مجموعه عنبيه جسم مژگاني و مشيميه 0/3-0/5سانتي‌متر از پماد يك درصد يا يك قطره ازمحلول يك درصد 1-3 بار در روز بر روي‌ملتحمه مصرف مي‌شود.
در درمان چسبندگي جسم مژگاني به‌كپسول عدسي در فواصل زماني 5دقيقه‌اي هر بار يك يا دو قطره از محلول‌يك درصد آتروپين و يك قطره از

محلول‌فنيل‌افرين به تناوب در چشم چكانده‌مي‌شود. به‌عنوان گشادكننده مردمك قبل‌از عمل جراحي چشم يك قطره از محلول‌يك درصد آتروپين و يك قطره از محلول‌فنيل‌افرين در چشم چكانده مي‌شود و بعداز عمل جراحي يك يا دو قطره 1-3 بار درروز در چشم چكانده مي‌شود.
كودكان به‌عنوان فلج‌كننده جسم مژگاني‌به‌منظور تعيين انكسار نور در چشم 0/3سانتي‌متر از پماد 3 بار در روز براي 1-3روز قبل از معاينه چشم مصرف مي‌شود.در درمان التهاب مجموعه عنبيه جسم‌مژگاني و مشيميه يا به‌عنوان گشادكننده‌مردمك بعد از جراحي 0/3-0/5 سانتي‌متراز پماد يك درصد 1-3 بار در روز بر روي‌ملتحمه ماليده مي‌شود.
در كودكان پنج سال و بزرگتر، براي تعيين‌عيب انكسار در چشم يك قطره از محلول‌نيم يا يك درصد سه بار در روز به‌مدت1-3 روز در چشم چكانده مي‌شود. درالتهاب مجموعه عنبيه جسم مژگاني ومشيميه يك قطره از محلول نيم يا يك‌درصد 1-3 بار در روز مصرف مي‌شود.به‌عنوان گشادكننده مردمك چشم بعد ازعمل جراحي يك قطره از محلول نيم‌درصد 1-3 بار در روز مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Drops: 0.5%, 1%
Ointment: 1%

BACITRACIN

موارد مصرف اين دارو در درمان‌عفونتهاي ناشي از ميكروارگانيسم‌هاي‌حساس مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: باسيتراسين از طريق تداخل‌در ساخت ديواره سلولي بر عليه اغلب‌باكتري‌هاي گرم مثبت (از جمله‌استافيلوكوك و استرپتوكوك وكلستريديا مؤثر است
فارماكوكينتيك جذب موضعي (مخاطي اين دارو ناچيز است
عوارض جانبي مواردي از بروزواكنش‌هاي حساسيت مفرط و حتي‌آنافيلاكسي مشاهده شده‌اند.
نكات قابل توصيه مصرف اين دارو براي‌پيشگيري از بروز التهاب عفوني ملتحمه درنوزادان توصيه نمي‌شود.
مقدار مصرف يك يا چند بار در روز درچشم استفاده مي‌شود.
اشكال دارويي
Ophthalmic Ointment: 500 U/g

(BETAMETHASONE (Ophthalmic

موارد مصرف بتامتازون در درمان‌حالت‌هاي التهابي و آلرژيك چشم و گوش‌كه به كورتيكواستروئيدها پاسخ مي‌دهند،به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: در غلظت‌هاي بالاي موضعي‌كورتيكواستروئيدها با اثر مستقيم بر روي‌غشاء، اگزوداي سلولي و فيبريني وانفيلتراسيون بافتي را كاهش مي‌دهند.ممانعت از فعاليت تشكيل كلاژن و بافت‌همبند، تأخير در توليد مجدد سلولهاي‌اپي‌تليال كاهش تشكيل عروق جديد پس ازالتهاب و كاهش نفوذپذيري مويرگ‌هاي‌متورم از ديگر اثرات اين دارو مي‌باشد.
فارماكوكينتيك از طريق زلاليه قرنيه عنبيه مشيميه جسم مژگاني و شبكيه‌جذب مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در بيماريهاي‌قارچي چشم و گوش التهاب سطحي حادقرنيه ناشي از تبخال سوراخ شدن پرده‌گوش سل چشمي يا گوشي و بيماري‌ويروسي در مرحله عفوني حاد نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در كساني كه مبتلا به آب‌مرواريد، گلوكوم مزمن با زاويه باز ياسابقه آن التهاب گوش مياني و سايرعفونت‌هاي قرنيه و ملتحمه چشم يا گوش‌هستند، بايد با احتياط مصرف شود.
عوارض جانبي تاري ديد، درد چشم سردرد و مشاهده هاله‌هاي نوراني دراطراف چراغ‌ها، پايين افتادن پلك‌ها وبزرگ شدن غيرعادي چشم سوزش وآبريزش از عوارض جانبي اين داروهستند.
نكات قابل توصيه 1 ـ اگر پس از
5-7 روز بهبودي حاصل نشد و يا وضع‌چشم يا گوش بدتر شد، به پزشك مراجعه‌شود.
2 ـ در صورت استفاده دارو در گوش‌مي‌توان آن را به‌طور مستقيم در گوش‌ريخت و يا توسط گاز آغشته با دارو و يافتيله پنبه‌اي در سوراخ گوش گذاشت اين‌فتيله را هر 12-24 ساعت يك‌بار، بايدتعويض نمود.
مقدار مصرف ابتدا 1 تا 2 قطره هر 1 تا 2ساعت به داخل چشم و 2 يا 3 قطره هر 2 تا3 ساعت به داخل مجراي گوش چكانده‌مي‌شود و به‌تدريج در صورت تخفيف‌التهاب مقدار مصرف دارو كاهش مي‌يابد.نيم تا يك سانتي‌متر از پماد، 3 ـ 2 بار درروز يا هنگام خواب داخل پلك قرار داده‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Ophthalmic / Otic Ointment: 0.1%
Ophthalmic / Otic Drops: 0.1%

BETAXOLOL

موارد مصرف بتاكسولول به‌منظور كاهش‌فشار داخل چشم در مبتلايان به گلوكوم‌مزمن مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو با مسدود كردن‌گيرنده‌هاي بتا آدرنرژيك موجب كاهش‌فشار داخل چشم مي‌گردد.
موارد منع مصرف در مواردي چون‌برادي‌كاردي ايست قلبي نارسايي قلبي آسم و سابقه بيماري انسدادي راههاي‌تنفسي نبايد مصرف شود.
هشدارها: در مبتلايان به ديابت و مياستني‌گراو با احتياط مصرف شود.
عوارض جانبي خشكي چشم و التهاب‌ملتحمه آلرژيك از عوارض جانبي هستند.
تداخل‌هاي دارويي به‌دليل احتمال جذب‌سيستميك اين دارو، تداخل‌هاي دارويي‌مربوط به داروهاي مسدد گيرنده بتاآدرنرژيك در مورد بتاكسولول نيز صدق‌مي‌كنند.
نكات قابل توصيه به‌منظور جلوگيري ازجذب سيستميك و بيش از حد دارو، بايد به‌هنگام مصرف بتاكسولول و 1-2 دقيقه‌پس از مصرف آن گوشه داخلي چشم باانگشت فشار داده شود.
مقدار مصرف يك قطره از محلول دارو2بار در روز در چشم چكانده شود.
اشكال دارويي
Drops (as HCl): 0.5%

(CHLORAMPHENICOL (Ophthalmic

موارد مصرف کلرآمفنیکل در درمان‌عفونت‌هاي ملتحمه يا قرنيه ناشي ازباکتري‌هاي حساس به دارو مصرف‌مي‌شود.
مکانيسم اثر: کلرآمفنيکل يك آنتي‌بيوتيك‌متوقف‌کننده رشد باکتري با طيف اثروسيع است و از طريق مهار ساخت‌پروتئين‌ها اثر مي‌کند.
فارماکوکينتيك اين دارو از راه مخاط چشم‌به ميزان کمي جذب مي‌شود.
عوارض جانبي احساس سوزش يا گزش‌در چشم پس از مصرف دارو گزارش‌شده‌است
مقدار مصرف يك قطره هر 1-4 ساعت درچشم چکانده شود.
اشکال دارويي
Drops: 2%

(CIPROFLOXACIN (Ophthalmic

موارد مصرف اين دارو در درمان‌عفونت‌هاي سطحي چشم به‌ويژه درزخم‌هاي قرنيه مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: سيپروفلوكساسين ازمشتقات -4 فلوروكينولون‌ها است كه ازطريق مهار دوباره سازي DNAاثر مي‌كند.
هشدارها: مصرف اين دارو در كودكان باسن كمتر از 12 سال توصيه نمي‌شود.
عوارض جانبي احساس سوزش يا خارش‌پس از مصرف دارو و نيز قي كردن چشم‌گزارش شده‌است
مقدار مصرف در درمان عفونت‌هاي چشم‌ابتدا هر 2 ساعت يك قطره در چشم چكانده‌مي‌شود و پس از كاهش شدت عفونت‌دفعات مصرف دارو نيز كاهش داده‌مي‌شود. مصرف دارو را تا 48 ساعت بعداز بهبودي بايد ادامه داد.
در درمان زخم‌هاي قرنيه در روز اول هر15 دقيقه به مدت 6 ساعت دو قطره درچشم چكانده مي‌شود و سپس در طي طول‌روز هر 30 دقيقه دارو مصرف مي‌شود. درروز دوم هر ساعت 2 قطره و در روزهاي‌سوم و چهارم هر 4 ساعت 2 قطره مصرف‌مي‌گردد. در صورت نياز به ادامه درمان‌در روزهاي بعد، فواصل مصرف دارو بايدتوسط پزشك تعيين شود حداكثر مدت‌زمان مصرف اين دارو 21 روز است
اشكال دارويي
Drops: 0.3%

CYCLOPENTOLATE HCl

موارد مصرف سيكلوپنتولات براي تعيين‌عيوب انكساري و در روشهاي تشخيصي‌مانند افتالموسكوپي براي گشادكردن‌مردمك چشم در روشهاي تشخيصي و ياقبل و بعد از اعمال جراحي و درمان‌يوئوتيت استفاده مي‌شود.
مكانيسم اثر: سيكلوپنتولات بخاطر اثر آنتي‌كولينرژيكي پاسخ عضله اسنفگتر عنبيه وعضله تطابقي جسم مژگاني را به تحريكات‌استيل كولين بلوك مي‌كند و باعث گشادشدن مردمك چشم و فلج تطابق مي‌شود.
فارماكوكينتيك شروع اثر دارو سريع‌مي‌باشد. زمان رسيدن به حداكثر اثرسيكلوپلژي 25-75 دقيقه و گشادي‌مردمك 30-60 دقيقه است طول اثر آن دربازگشت تطابق 6-24 ساعت مي‌باشد ولي‌برطرف شدن گشادي مردمك در برخي‌افراد تا چند روز به طول مي‌انجامد.
موارد منع مصرف اين دارو در كودكان‌مبتلا به آسيب مغزي و فلج اسپاستيك افراد مبتلا به سندرم داون يا منگوليسم
يا گلوكوم با زاويه بسته نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ عنبيه تيره رنگ به اثرگشادكنندگي مردمك چشم اين دارومقاوم‌تر مي‌باشد. در افزايش مقدارمصرف دارو در اين افراد بايد احتياط كرد.
2 ـ در بيماران با افزايش فشار داخل چشم‌بايد با احتياط مصرف شود.
3 ـ افزايش حساسيت به سيكلوپنتولات وداروهاي مشابه در نوزادان و كودكان‌كودكان با موهاي روشن و چشمان آبي ونيز در افراد مسن گزارش شده‌است
عوارض جانبي التهاب پلك و ملتحمه پرخوني التهاب قرنيه چسبندگي جسم‌مژگاني به عنبيه تاري ديد، سوزش وافزايش حساسيت چشم به نور از عوارض‌جانبي مهم دارو مي‌باشد.
تداخل‌هاي دارويي سيكلوپنتولات ممكن‌است اثرات ضدگلوكوم و تنگ‌كننده‌مردمك داروهاي ضدگلوكوم از گروه‌داروهاي كولينرژيك طولاني الاثر مانندداكوتيوفات را خنثي كند. همچنين ممكن‌است با اثر ضدگلوكوم پيلوكارپين تداخل‌داشته باشد. اين دارو نيز اثر گشادكنندگي‌مردمك توسط سيكلوپنتولات را خنثي‌مي‌كند.
نكات قابل توصيه 1 ـ افزايش فشار داخلي‌بيني و دستگاه اشكي خصوص? در كودكان‌بايد كنترل شود.
2 ـ اگر تاري ديد يا افزايش حساسيت به‌نور بيش از 36 ساعت پس از قطع دارواداامه يافت به پزشك مراجعه كنيد.

مقدار مصرف يك قطره در ملتحمه چشم‌چكانده مي‌شود كه در صورت نياز 5-10دقيقه بعد تكرار مي‌شود. در شيرخواران‌كم وزن و نارس دارو تنها يك‌بار تجويزمي‌شود. در درمان اوتيت يك قطره 3-4بار در روز مصرف مي‌شود.

اشكال دارويي

Drops: %1

DEXAMETHASONE

موارد مصرف دگزامتازون در درمان‌حالت‌هاي التهابي و آلرژيك چشم و گوش‌كه به كورتيكواستروئيدها پاسخ مي‌دهند،استفاده مي‌شود.
مكانيسم اثر: در غلظت‌هاي بالاي موضعي‌كورتيكواستروئيدها اثر مستقيم بر روي‌غشاء دارند. كورتيكواستروئيدها،اگزوداي سلولي و فيبريني و انفيلتراسيون‌بافتي را كاهش مي‌دهند. ممانعت از فعاليت‌تشكيل كلاژن و بافت همبند، تأخير درتوليد مجدد سلولهاي اپي‌تليال كاهش‌تشكيل عروق جديد پس از التهاب و كاهش‌نفوذپذيري مويرگ‌هاي متورم از ديگراثرات اين دارو مي‌باشد.
فارماكوكينتيك از طريق زلاليه قرنيه عنبيه مشيميه جسم مژگاني و شبكيه‌جذب مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در بيماريهاي‌قارچي چشم و گوش التهاب حاد قرينه‌ناشي از تبخال سوراخ شدن پرده گوش سل چشمي يا گوشي و بيماري ويروسي‌در مرحله عفوني حاد نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در كساني كه مبتلا به آب‌مرواريد، گلوكوم مزمن با زاويه باز ياسابقه آن التهاب گوش مياني (به‌خصوص‌در كودكان ، و ساير عفونت‌هاي قرنيه وملتحمه چشم يا گوش هستند، اين دارو بايدبا احتياط مصرف شود.
عوارض جانبي تاري ديد، درد چشم سردرد و مشاهده هاله‌هاي نوراني دراطراف چراغ‌ها، پايين افتادن پلك‌ها وبزرگ شدن غيرعادي چشم سوزش وآبريزش از عوارض جانبي دارو هستند.
نكات قابل توصيه 1 ـ اگر پس از 5-7 روزبهبودي حاصل نشد و يا وضع چشم ياگوش بدتر شد به پزشك مراجعه شود.
2 ـ در صورت استفاده دارو در گوش‌مي‌توان آن را به‌طور مستقيم در گوش‌ريخت و يا توسط گاز آغشته با دارو و يافتيله پنبه‌اي در سوراخ گوش گذاشت اين‌فتيله را هر 12-24 ساعت يك‌بار بايدتعويض نمود.
مقدار مصرف يك قطره هر 3-4 بار درروز در ملتحمه چكانده مي‌شود. دربيماريهاي شديد، درمان با 1-2 قطره هريك ساعت شروع شده و به‌تدريج درصورت تخفيف التهاب مقدار مصرف داروكاهش مي‌يابد.
اشكال دارويي
Drops 0.1%

DORZOLAMIDE HCl

موارد مصرف دورزولاميد به تنهايي يا به‌همراه داروهاي مسدد گيرنده بتاآدرنرژيك براي كاهش فشار داخل چشم‌گلوكوم با زاويه باز، گلوكوم‌پسودواكسفولياتيو، در بيماراني كه‌مصرف داروهاي مسدد گيرنده بتاآدرنرژيك در آنها ممنوع است يا به آنهافوق پاسخ نمي‌دهند، به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو با مهار آنزيم انيدرازكربنيك در چشم و كاهش توليد بي‌كربنات‌در مايع اشكي و نيز آب ترشح شده به‌همراه آن فشار داخل چشم را كاهش‌مي‌دهد.
موارد منع مصرف اين دارو در نارسايي‌شديد كليوي يا اسيدوز هيپركلرميك نبايدمصرف شود.
هشدارها: اين دارو در نارسايي كبدي بااحتياط تجويز شود.
عوارض جانبي احساس مزه تلخ سوزش وخارش چشم تاري ديد، اشك ريزش التهاب پلك و بافت ملتحمه سردرد، تهوع ضعف ندرت? بثورات جلدي و التهاب عنبيه‌و عضلات مژگاني از عوارض جانبي اين‌دارو هستند.
مقدار مصرف روزي 3 بار هر بار يك قطره‌در چشم چكانده شود. در صورت استفاده‌همزمان از داروهاي مسدد گيرنده بتاآدرنرژيك روزي 2 بار از اين داروا‌ستفاده شود.
اشكال دارويي
Drops: 2%

ECHOTHIOPHATE IODIDE

موارد مصرف اكوتيوفات در درمان‌گلوكوم با زاويه باز، انسداد مجراي‌خروجي مايع زلاليه به‌دنبال برداشتن‌عنبيه لوچي تطابقي همگرا، بعضي از انواع‌گلوكوم ثانويه كه با التهاب مجموعه عنبيه جسم مژگاني و مشيميه همراه نباشد،به‌خصوص در گلوكوم بعد از جراحي آب‌مرواريد مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اكوتيوفات يك مهاركننده قوي‌و طولاني اثر آنزيم كولين استراز مي‌باشد.با مهار اين آنزيم كه روزها تا هفته‌ها طول‌مي‌كشد، باعث ايجاد ميوز و فلج تطابقي‌چشم مي‌شود.
فارماكوكينتيك پس از مصرف موضعي درچشم طي 10-30 دقيقه مردمك چشم تنگ‌ميشود. اين اثر به مدت چندين روز تا 4هفته ادامه مي‌يابد. كاهش فشار داخل چشم‌پس از گذشت 4-8 ساعت از مصرف داروقابل تشخيص است و طي 24 ساعت به اوج‌خود مي‌رسد. اين اثر به مدت چندين روز تا4 هفته ادامه مي‌يابد.
موارد منع مصرف التهاب عنبيه جسم‌مژگاني و مشيميه گلوكوم با زاويه بسته‌قبل از برداشتن عنبيه يا در بيماران مبتلا به‌گلوكوم با زاويه باريك گلوكوم همراه باالتهاب عنبيه و جسم مژگاني نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط مصرف شود:
تحريك‌پذيري زياد عصب واگ آسم‌نايژه‌اي اختلالات اسپاسمي گوارشي قرحه گوارشي كمي فشار خون برادي‌كاردي سابقه انفاركتوس ميوكارد، صرع پاركينسون و ساير اختلالاتي كه ممكن‌است به اثرات ناشي از افزايش‌تحريك‌پذيري عصب واگ پاسخ نامطلوبي‌دهند.
عوارض جانبي سردرد، خستگي عضلاني افزايش فعاليت (در كودكان مبتلا به سندرم‌داون ، گرگرفتگي برادي كاردي اشك‌ريزش سوزش چشم تاري ديد،حساسيت به نور، اسپاسم تطابقي تكان‌هاي عضله پلك قرمزي وضخيم‌شدن ملتحمه اسهال كرامپ‌هاي‌شكمي افزايش ترشح بزاق تهوع استفراغ‌و تكرر ادرار از عوارض اين دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي تجويز همزمان باادروفونيوم نئوستيگمين پيريدوستيگمين و ساير داروهائي كه‌فعاليت سيستم كولينرژيك را افزايش‌مي‌دهند، موجب تشديد اثرات‌فارماكولوژيك اين دارو مي‌شود. مصرف‌اين دارو به همراه سوكسينيل كولين‌موجب بروز آپنه طولاني مدت و كلاپس‌قلبي ـ عروقي مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ به‌دليل ايجاد تاري‌ديد، هنگام مصرف اين دارو از رانندگي درشب و انجام كارها در نور كم خودداري‌شود.

2 ـ در صورت استفاده از ديگر قطره‌هاي‌چشمي بايد حداقل 5 دقيقه بين مصرف دودارو فاصله باشد.
3 ـ بعد از چكاندن قطره چشمي پلك‌ها رابر روي هم نبايد فشار داد و حتي‌الامكان‌بايد از پلك‌زدن زياد نيز خودداري كرد.
مقدار مصرف اين دارو در درمان گلوكوم2 بار در روز استفاده مي‌شود. در بعضي‌بيماران مصرف يك بار در روز يا حتي يك‌روز در ميان كفايت مي‌كند.
در تشخيص‌لوچي تطابقي همگرا يك قطره از محلول0/125 درصد دارو هنگام خواب در هر دوچشم چكانده مي‌شود و اين عمل به مدت 2يا 3 هفته ادامه مي‌يابد. اگر لوچي از نوع‌تطابقي باشد طي چند ساعت پاسخ مطلوب‌شروع مي‌شود. براي درمان اين بيماري‌مقدار مورد استفاده براي تشخيص را به‌يك روز در ميان يك‌بار از محلول 0/125درصد يا روزي يك‌بار از محلول 0/06درصد كاهش مي‌دهند. با پيشرفت درمان‌مقدار مصرف را مي‌توان كاهش داد.حداكثر مقدار مصرف توصيه شده مصرف روزي يك‌بار از محلول 0/125درصد است
اشكال دارويي
Drops: 0.06%, 0.125%, 0.25%

(EPINEPHRINE (Ophthalmic

موارد مصرف اپي‌نفرين در درمان گلوكوم‌با زاويه باز، به تنهائي يا همراه با سايرداروهاي ضد گلوكوم مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اپي‌نفرين يك آمين مقلدسمپاتيك با عمل مستقيم مي‌باشد كه‌احتمالا باعث كاهش توليد مايع زلاليه وتسهيل خروج اين مايع از چشم مي‌شود.
فارماكوكينتيك شروع اثر دارو حدود? بعداز يك ساعت است كه بعد از 4-8 ساعت به‌حداكثر اثر خود مي‌رسد و اين اثر تا حدود24 ساعت ادامه مي‌يابد.
موارد منع مصرف گلوكوم با زاويه باريك‌نبايد مصرف شود.
هشدارها: اين دارو در افراد مبتلا به بيماري‌قلبي ـ عروقي بزرگي غده پروستات پركاري تيروئيد، سالخوردگان و كودكان‌زير 6 سال بايد با احتياط مصرف شود.
عوارض جانبي تاري ديد يا كاهش بينائي ودر مواردي درد چشم از عوارض اين داروهستند.
تداخل‌هاي دارويي در صورت جذب‌سيستميك مصرف همزمان قطره چشمي‌اپي‌نفرين با هالوتان به‌دليل اينكه ميوكاردرا نسبت به اثر كاتكول آمين‌ها حساس‌مي‌كند، باعث بروز آريتمي قلبي شديدمي‌شود. اين موضوع در مورد استفاده‌همزمان اين دارو با گليكوزيدهاي قلبي نيزصادق است در صورت مصرف همزمان‌اپي‌نفرين با داروهاي ضدافسردگي سه‌حلقه‌اي احتمال بروز آريتمي تاكي كاردي‌و افزايش فشار خون وجود دارد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت استفاده ازلنز قبل از ريختن قطره در چشم بهتر است‌لنز برداشته شود.
2 ـ به منظور كاهش دادن جذب سيستميك‌اپي‌نفرين بهتر است بعد از ريختن قطره به مدت 1-2 دقيقه گوشه داخلي چشم باانگشت دست فشار داده شود.
3 ـ در صورت استفاده همزمان از قطره‌ديگر، بهتر است 2-10 دقيقه قبل از قطره‌اپي‌نفرين استفاده شود.
مقدار مصرف براي درمان گلوكوم 1-2قطره دو بار در روز در چشم چكانده‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Drops : 1%

(ERYTHROMYCIN (Ophthalmic

موارد مصرف اين دارو براي پيشگيري يادرمان التهاب عفوني چشم نوزادان تازه‌تولد يافته ناشي از كلاميديا تراكوماتيس يانيسريا گونوره و نيز در درمان عفونتهاي‌سطحي چشم ناشي از ميكروارگانيسم‌هاي‌حساس مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك اين دارو ممكن است ازطريق مخاط چشم جذب شود.
هشدارها: پس از مصرف پماد چشمي احتمال بروز تاري ديد وجود دارد.
مقدار مصرف يك نوار نازك از پماد (حدود1 ـ 0/5 سانتي‌متر) يك بار در روز يا بيشتربر روي ملتحمه قرار مي‌شود.
اشكال دارويي
Ointment: 0.5%

(GENTAMICIN (Ophthalmic

موارد مصرف اين دارو در عفونت‌هاي‌سطحي چشم ناشي از ميكروارگانيسم‌هاي‌حساس به دارو (مانند التهاب عفوني پلكها،ملتحمه قرنيه و مجراي اشكي مصرف‌مي‌شود.
فارماكوكينتيك جنتامايسين ممكن است ازطريق مخاط چشم جذب سيستميك شود.
عوارض جانبي احتمال بروز واكنشهاي‌حساسيتي مانند خارش قرمزي تورم ياساير علايم تحريك در موضع مصرف‌وجود دارد.
نكات قابل توصيه از آنجا كه مصرف
پماد چشمي ممكن است موجب تاري
ديد، شود بهتر است از پماد در شب و
به عنوان داروي كمكي براي قطره چشمي‌استفاده شود.
مقدار مصرف حدود يك سانتي‌متر از پمادچشمي هر 12 ـ 6 ساعت بر روي ملتحمه‌گذاشته مي‌شود. در مورد قطره‌جنتامايسين يك قطره از دارو هر 8 ـ 4ساعت در چشم چكانده مي‌شود. در ابتداي‌درمان فواصل زماني بين نوبت‌هاي‌مصرف دارو بهتر است كم باشد و با بهبودنسبي عفونت فواصل زماني افزايش داده‌شود.
اشكال دارويي
Ointment: 3mg / g
Drops: 3mg / ml

HOMATROPINE HBr

موارد مصرف هماتروپين براي‌اندازه‌گيري ميزان خطاي انكساري درمان‌التهاب عنبيه جسم مژگاني و مشيميه و نيزگشاد كردن مردمك چشم قبل يا بعد ازعمل جراحي به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو با مسدود كردن‌گيرنده‌هاي موسكاريني در عضله اسفنكترعنبيه و عضله تطابق‌دهنده جسم مژگاني مانع از انقباض آنها توسط استيل كولين‌مي‌شود و در نتيجه موجب گشادشدن‌مردمك و فلج تطابق مي‌گردد.
فارماكوكينتيك اين دارو به سهولت ازملتحمه چشم جذب و سريع? در بدن توزيع‌مي‌شود. اثر اين دارو در چشم ممكن است‌تا 24 ساعت باقي بماند.
موارد منع مصرف اين دارو در مبتلايان به‌گلوكوم مزمن با زاويه باريك يا زاويه بازنبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ طول اثر اين دارو ممكن است‌طولاني شود.
2 ـ اين دارو با گشادكردن مردمك چشم ممكن است زمينه بروز گلوكوم با زاويه‌بسته به‌خصوص در افراد مسن را تسريع‌كند.
3 ـ اين دارو در بيماراني كه فشار داخل‌چشم آنها بالاست بايد با احتياط تجويزشود.
4 ـ افراد داراي چشم قهوه‌اي يا ميشي به‌اثر گشادكننده مردمك اين دارو مقاومند.بايد احتياط نمود كه در اين افراد دارو بيش‌از حد تجويز نشود.
عوارض جانبي برافروختگي و خشكي‌پوست همراه با دانه‌هاي جلدي در كودكان درماتيت تماسي و ورم ملتحمه آلرژيك ازعوارض اين دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي هماتروپين ممكن است‌اثرات ضدگلوگوم و اثرات تنگ‌كننده‌مردمك داروهاي آنتي‌كولين استرازچشمي يا پيلوكارپين را خنثي نمايد.تجويز همزمان اين دارو با داروهاي‌ضدافسردگي سه حلقه‌اي داروهاي ضدپاركينسون كينيدين فنوتيازين‌ها،مپريدين آمانتادين ديسوپيراميد و برخي‌آنتي‌هيستامين‌ها موجب تشديد عوارض‌ناشي از بلوك سيستم عصبي كولينرژيك‌مي‌گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ تا 2 ساعت پس ازگشاد شدن مردمك چشم توسط اين داروبايد از رانندگي خودداري كرد.
2 ـ در صورت بروز تاري ديد و افزايش‌حساسيت چشم‌ها بيش از 3 روز، بايدمصرف دارو را قطع و به پزشك مراجعه‌نمود.
مقدار مصرف يك قطره در چشم چكانده‌مي‌شود. در صورت لزوم مي‌توان درفواصل 5 دقيقه‌اي تا چند بار تجويز دارو راتكرار نمود.

اشكال دارويي
Drops: 2%

HYDROCORTISONE ACETATE

موارد مصرف هيدروكورتيزون در درمان‌حالت‌هاي التهابي و آلرژيك چشم و گوش‌كه به كورتيكواستروئيدها پاسخ مي‌دهند،استفاده مي‌شود.
مكانيسم اثر: در غلظت‌هاي بالاي موضعي‌كورتيكواستروئيدها بر روي غشاء اثرمستقيم دارند. كورتيكواستروئيدهااگزوداي سلولي و فيبريني و انفيلتراسيون‌بافتي را كاهش مي‌دهند. ممانعت از فعاليت‌تشكيل كلاژن و بافت همبند، تأخير درتوليد مجدد سلولهاي اپي‌تليال كاهش‌تشكيل عروق جديد پس از التهاب و كاهش‌نفوذپذيري مويرگ‌هاي متورم از ديگراثرات اين دارو است
فارماكوكينتيك از طريق زلاليه قرنيه عنبيه مشيميه جسم مژگاني و شبكيه‌جذب مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در بيماريهاي‌قارچي چشم و گوش التهاب سطحي حادقرينه ناشي از تبخال سوراخ شدن پرده‌گوش سل چشمي يا گوشي و در مرحله‌عفوني حاد بيماري ويروسي نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: در كساني كه مبتلا به آب‌مرواريد، گلوكوم مزمن با زاويه باز ياسابقه آن التهاب گوش مياني (به‌خصوص‌در كودكان ، و ساير عفونت‌هاي قرنيه وملتحمه چشم يا گوش هستند، مصرف اين‌دارو بايد با احتياط انجام گيرد.
عوارض جانبي تاري ديد، درد چشم سردرد و مشاهده هاله‌هاي نوراني در اطراف‌چراغ‌ها، پايين افتادن پلك‌ها و بزرگ شدن‌غيرعادي چشم سوزش و آبريزش چشم‌از عوارض جانبي اين دارو هستند.
نكات قابل توصيه اگر پس از 5-7 روزبهبودي حاصل نشد و يا وضع چشم ياگوش بدتر شد به پزشك مراجعه شود.
مقدار مصرف ابتدا يك لايه نازك 3 يا 4 باردر روز بر روي ملتحمه قرار داده مي‌شودو سپس به‌تدريج در صورت تخفيف‌التهاب تعداد دفعات مصرف كاهش‌مي‌يابد.
اشكال دارويي
Ophthalmic Ointment: 1%

IDOXURIDINE

موارد مصرف آيدوكسوريدين در درمان‌كراتيت ناشي از ويروس هرپس سيمپلكس تبخال به‌صورت موضعي در چشم‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو به دليل شباهت باتيميدين به‌جاي تيميدين وارد DNAمي‌شود و موجب نقصان DNAويروس‌مي‌گردد. اين دارو در DNAسلولهاي‌پستانداران نيز وارد مي‌شود.
فارماكوكينتيك نفوذ اين دارو در قرنيه‌خيلي كم است و از اين‌رو در درمان عفونت‌بافتهاي عمقي چشم (از جمله عنبيه بي‌تأثير است
عوارض جانبي بروز واكنشهاي حساسيت‌مفرط (شامل خارش قرمزي تورم درد ياساير علائم تحريك موضعي ، افزايش‌حساسيت چشم به نور، تنگي يا انسدادمجراي خروج اشك و به‌ندرت تيرگي قرنيه‌با مصرف اين دارو در چشم گزارش‌شده‌است
تداخل‌هاي دارويي به دليل تداخل شيميايي‌مصرف همزمان اسيد بوريك باآيدوكسوريدين توصيه نمي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ دوره درمان با اين‌دارو بايد كامل شود.
2 ـ از مصرف اين دارو بيش از مدت يادفعات تجويز شده بايد خودداري كرد.
مقدار مصرف در طول روز هر ساعت يك‌قطره و طي شب هر 2 ساعت يك قطره درچشم چكانده مي‌شود يا اينكه در فواصل 4ساعت هر دقيقه يك قطره براي 5 دقيقه درطول روز يا شب در چشم چكانده مي‌شود.درمان بايد تا بهبودي كامل ادامه يابد.
اشكال دارويي
Drops: 0.1%

NAPHAZOLINE

موارد مصرف نفازولين براي تسكين موقت‌احتقان خارش و تحريكات خفيف بيني وچشم ناشي از آلرژي به عوامل محيطي عدسيهاي تماسي يا مطالعه و رانندگي زياداستفاده مي‌شود. اين دارو براي تخفيف‌علائم رينيت و سينوزيت نيز به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: نفازولين يك مقلد سمپاتيك‌است كه با تحريك مستقيم گيرنده‌هاي‌آلفاي موجود در شريانچه‌ها، موجب‌تنگ‌شدن اين عروق و رفع احتقان چشم يابيني مي‌گردد.
فارماكوكينتيك اثر دارو بعد از حدود 10دقيقه شروع مي‌شود و حدود 2-6 ساعت‌ادامه مي‌يابد.
موارد منع مصرف در گلوكوم با زاويه‌باريك نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ استفاده از اين دارو دركودكان و نوزادان به‌دليل امكان بروزضعف سيستم عصبي مركزي و در نتيجه‌اغماء و كاهش شديد دماي بدن توصيه‌نمي‌شود.
2 ـ مصرف مكرر قطره بيني اين دارو به‌مدت چند روز، ممكن است باعث احتقان وآبريزش واجهشي بيني شود.
عوارض جانبي سوزش موقت چشم خشكي مخاط بيني واكنشهاي افزايش‌حساسيت افزايش فشار داخل چشم قرمزي چشم سردرد، تهوع خستگي تعريق و افزايش فشار خون از عوارض اين‌دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف توأم دارو بامهاركننده‌هاي آنزيم مونوآمين اكسيداز(MAO) و ضدافسردگي‌هاي سه حلقه‌اي احتمال بالارفتن فشار خون را زياد مي‌كند.
نكات قابل توصيه 1 ـ درمان با اين دارو رانبايد بيش از 3-4 روز ادامه داد، مگر اينكه‌پزشك دستور داده‌باشد.
2 ـ مصرف اين دارو در كودكان و نوزادان‌توصيه نمي‌شود.
مقدار مصرف در بزرگسالان يك قطره ازمحلول چشمي دارو هر 3-4 ساعت وباتوجه به نياز بيمار، بر روي ملتحمه‌چكانده مي‌شود. دو قطره از محلول 0/05درصد آن حداكثر هر 3 ساعت يكبار، درهر سوراخ بيني چكانده مي‌شود.
اشكال دارويي
Ophthalmic Drops : 0.1%
Nasal Drops : 0.05%

NAPHAZOLINE ANTAZOLINE

موارد مصرف اين فرآورده به‌منظورتخفيف تحريك يا احتقان چشم يا درمان‌علائم آلرژيك التهاب يا عفونت چشم‌به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: نفازولين با تحريك مستقيم‌گيرنده‌هاي آلفاي موجود در شريانچه‌ها،موجب تنگ شدن اين عروق و رفع احتقان‌در چشم مي‌گردد.
آنتازولين يك مسدودكننده گيرنده H1 هيستامين است‌كه پاسخ عضلات صاف را نسبت به اثرهيستامين مهار مي‌كند.
موارد منع مصرف در گلوكوم با زاويه‌باريك نبايد مصرف شود.
هشدارها: در كودكان و نوزادان با مصرف‌اين دارو ممكن است ضعف سيستم عصبي‌مركزي كه به اغماء و كاهش قابل توجه‌دماي بدن منجر مي‌شود، بروز كند.
عوارض جانبي در صورت جذب‌سيستميك دارو احتمال بروز افزايش‌فشار داخلي چشم به‌دليل گشادشدن‌مردمك چشم بروز احتمال زيادي فشارخون آريتمي قلبي و زيادي قند خون ناشي‌از نفازولين و امكان ايجاد خواب‌آلودگي‌وجود دارد.
تداخل‌هاي دارويي همزمان مصرف اين‌دارو با مهاركننده‌هاي آنزيم مونوآمين‌اكسيداز (MAO) يا داروهاي ضدافسردگي‌سه حلقه‌اي احتمال بالارفتن فشار خون راافزايش مي‌دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ پس از هر بار مصرف‌در ظرف را خوب بسته و در جايي دور ازنور نگهدار كنيد.
2 ـ مصرف اين دارو در كودكان توصيه‌نمي‌شود.
مقدار مصرف مقدار 1-2 قطره بر روي‌ملتحمه چكانده مي‌شود كه برحسب نيازهر 3-4 ساعت تكرار مي‌گردد.
اشكال دارويي
Drops: Naphazoline HCl 0.05% +Antazoline Phosphate 0.5%

PHENYLEPHRINE

موارد مصرف قطره فنيل‌افرين به‌عنوان‌گشادكننده مردمك چشم و ضداحتقان‌چشمي و بيني مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو مستقيم? گيرنده‌هاي‌آلفا ـ آدرنرژيك در عضله گشادكننده‌مردمك را تحريك مي‌كند و اين عضله رامنقبض مي‌كند. همچنين گيرندهاي آلفا ـآدرنرژيك در عروق ملتحمه و بيني راتحريك مي‌كند و موجب تنگي عروق‌مي‌شود.
فارماكوكينتيك با مصرف قطره چشمي‌حدود 10-90 دقيقه بعد، اوج اثر دارو درگشادكردن مردمك چشم ظاهر مي‌شود.طول اثر دارو 3-7 ساعت در چشم و دربيني 30 دقيقه تا 4 ساعت مي‌باشد.
هشدارها: 1 ـ در افرادي كه مستعد ابتلاي به‌گلوكوم با زاويه بسته هستند (معمولاسنين بالاي 60 سال فنيل‌افرين بايد بااحتياط فراوان مصرف شود.
2 ـ مصرف مقادير زياد فنيل‌افرين دركودكان سالخوردگان و افراد مبتلا به‌بيماري قلبي مي‌تواند باعث افزايش فشارخون گردد.
3 ـ مصرف مكرر دارو، به‌ويژه درسالخوردگان ممكن است موجب تنگي‌واجهشي مردمك و كاهش اثر گشادكننده‌مردمك اين دارو شود.
عوارض جانبي اين دارو در صورت جذب‌سيستميك مي‌تواند موجب افزايش فشارخون سرگيجه و افزايش غيرعادي تعريق‌و ساير علائم تحريك سمپاتيك گردد.
تداخل‌هاي دارويي در صورت جذب‌سيستميك پس از مصرف توأم فنيل‌افرين‌همراه با داروهاي ضدافسردگي مهاركننده‌آنزيم مونوآمينواكسيداز، (MAO) ممكن‌است فشار خون افزايش يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي جلوگيري ازجذب سيستميك دارو، به هنگام مصرف‌فنيل‌افرين و 1-2 دقيقه پس از مصرف آن با انگشت روي گوشه داخلي چشم فشارداده شود.
2 ـ به‌دليل گشادكردن مردمك ممكن است‌حساسيت به نور افزايش يابد. در صورت‌تداوم اين اثر بيش از 12 ساعت به پزشك‌مراجعه شود.
3 ـ به بيمار توصيه شود كه تا 1-2 ساعت‌پس از مصرف قطره چشمي از رانندگي‌اجتناب نمايد.
مقدار مصرف به‌عنوان تنگ‌كننده عروق‌چشم و گشادكننده مردمك چشم يك قطره‌از محلول دارو بر روي ملتحمه چكانده‌مي‌شود. در صورت نياز مي‌توان اين مقداررا طي يك ساعت تكرار كرد. براي‌گشادكردن طولاني مدت مردمك چشم يك‌قطره از محلول دارويي 2-3 بار در روز برروي ملتحمه چكانده مي‌شود.

به‌عنوان ضداحتقان بيني يك يا دوقطره بيني در هر سوراخ بيني چكانده‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Ophthalmic Drops: 5%
Nasal Drop: 0.25%, 0.5%

موارد مصرف اين دارو براي رفع احتقان‌چشم مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: فنيل‌افرين گيرنده‌هاي آلفا ـآدرنرژيك در عروق ملتحمه را تحريك‌مي‌كند و موجب تنگي عروق مي‌شود.سولفات روي با اثر قابض خود، ريزش‌اشك را كاهش مي‌دهد و باعث افزايش طول‌اثر فنيل‌افرين مي‌گردد.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در افرادي كه مستعدابتلا به گلوكوم با زاويه بسته (معمولاسنين بالاي 60 سال يا مبتلا به اين نوع‌گلوكوم هستند، بايد با احتياط فراوان‌مصرف شود.
2 ـ در صورت تداوم يا بدتر شدن تحريك مصرف دارو قطع گردد.
عوارض جانبي افزايش گرفتگي يا آبريزش‌بيني به‌ويژه پس از مصرف مكرر دارومكن است ديده شود. در صورت جذب‌سيستميك فنيل‌افرين عوارضي مانندسردرد يا سرگيجه رعشه اشكال در به‌خواب رفتن افزايش غيرعادي تعريق ياضربان نامنظم و سريع قلب گزارش‌شده‌است
نكات قابل توصيه براي كاهش جذب‌سيستميك دارو، بعد از مصرف گوشه‌داخلي چشم را بايد به مدت چند دقيقه به‌آرامي فشار داد.
مقدار مصرف يك يا دو قطره سه بار درروز بر روي ملتحمه چكانده شود.
اشكال دارويي
Drops: Phentlephrine HCl 0.12% + ZincSulfate 0.25%

PILOCARPINE

موارد مصرف پيلوكارپين در درمان‌گلوكوم و القاء تنگ شدن مردمك چشم پس‌از جراحي يا افتالموسكوپي به كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: پيلوكارپين به‌طور مستقيم‌گيرنده‌هاي كولينرژيك را تحريك مي‌كند.پيلوكارپين سبب انقباض عضله اسفنكترعنبيه و در نتيجه كوچك شدن مردمك‌چشم مي‌شود. انقباض عضله مژگاني‌سبب افزايش تطابق و كاهش فشار داخل‌كره چشم مي‌شود.
فارماكوكينتيك زمان شروع اثر تنگ‌كنندگي‌مردمك 10-30 دقيقه پس از مصرف وزمان رسيدن به حداكثر اثر (كاهش فشارداخل چشم 75 دقيقه مي‌باشد. طول مدت‌اثر دارو 4-8 ساعت در مورد تنگ شدن‌مردمك و 4-14 ساعت در مورد كاهش‌فشار داخل چشم مي‌باشد.
موارد منع مصرف اين فرآورده در آسم‌نايژه‌اي التهاب عنبيه يا ديگر شرايطي كه‌انقباض مردمك چشم در آنها نامطلوب‌است و جداشدگي لايه‌هاي داخلي شبكيه ازلايه رنگدانه نبايد مصرف شود.
هشدارها: در صورت تاري ديد يا تغيير درديد دور يا نزديك به پزشك مراجعه كنيد.
عوارض جانبي درد چشم تاري يا تغيير درديد، كاهش ديد در شب تحريك چشم وسر درد از عوارض جانبي مهم دارومي‌باشد.
تداخل‌هاي دارويي در مصرف همزمان بافرآورده‌هاي آنتي‌كولينرژيك چشمي مثل‌سيكلوپنتولات ممكن است با اثر ضد گلوكوم‌پيلوكارپين يا اثر گشاد شدن مردمك توسطاين فرآورده‌ها تداخل ايجاد شود.
مقدار مصرف مقدار مصرف يك قطره 3-6بار در روز مي‌باشد.
اشكال دارويي
Drops: %1, %2, %4

POLYMYXIN-NH

موارد مصرف اين دارو در درمان‌عفونتهاي ناشي از ميكروارگانيسم‌هاي‌حساس در مجراي خارجي گوش و التهاب‌عفوني مزمن گوش و پس از عمل جراحي‌ماستوئيدكتومي مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين فرآورده تركيبي از پلي‌ميكسين B، نئومايسين و هيدروكورتيزون‌مي‌باشد.
فارماكوكينتيك نئومايسين در صورت‌پارگي پرده گوش يا آسيب‌ديدگي بافت‌ممكن است جذب شود. احتمال جذب پلي‌ميكسين B و هيدروكورتيزون نيز وجوددارد.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود التهاب پرده‌گوش يا وجود هرگونه عفونت قارچي ياويروسي گوش اين دارو بايد با احتياطفراوان مصرف شود.
2 ـ مصرف اين دارو براي مدتي بيش از 10روز توصيه نمي‌شود.
عوارض جانبي خارش قرمزي يا ورم كه‌ممكن است علائم واكنش‌هاي حساسيت‌مفرط به دارو باشند، از عوارض جانبي‌دارو هستند.
نكات قابل توصيه براي راحتي
بيمار مي‌توان يك تكه گاز استريل
در مجراي گوش قرار داد و هنگام
مصرف دارو، آن را با محلول دارو
مرطوب ساخت
مقدار مصرف
بزرگسالان چهار قطره هر 6-8 ساعت درمجراي گوش چكانده شود.
كودكان سه قطره هر 6-8 ساعت درمجراي گوش چكانده شود.
اشكال دارويي
Otic Drops: (Polymyxin B Sulfate
+ U + Neomycin Sulfate 5 mg 10,000
Hydrocortisone 10 mg)/ml

PREDNISOLONE ACETATE

موارد مصرف پردنيزولون در درمان‌حالت‌هاي التهابي و آلرژيك چشم و گوش‌كه به كورتيكواستروئيدها پاسخ مي‌دهند،استفاده مي‌شود.
مكانيسم اثر: در غلظت‌هاي بالاي موضعي‌كورتيكواستروئيدها بر روي غشاء اثرمستقيم دارند. كورتيكواستروئيدهااگزوداي سلولي و فيبريني و انفيلتراسيون‌بافتي را كاهش مي‌دهند. ممانعت از فعاليت‌تشكيل كلاژن و بافت همبند، تأخير درتوليد مجدد سلولهاي اپي‌تليال كاهش‌تشكيل عروق جديد پس از التهاب و كاهش‌نفوذپذيري مويرگ‌هاي متورم از ديگراثرات اين دارو مي‌باشد.
فارماكوكينتيك از طريق زلاليه قرنيه عنبيه مشيميه جسم مژگاني و شبكيه‌جذب مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در بيماريهاي‌قارچي چشم و گوش التهاب سطحي حادقرنيه ناشي از تبخال سوراخ شدن پرده‌گوش سل چشمي يا گوشي و بيماري‌ويروسي در مرحله عفوني حاد نبايدمصرف شود.
هشدارها: در كساني كه مبتلا به آب‌مرواريد، گلوكوم مزمن با زاويه باز ياسابقه آن التهاب گوش مياني (به‌خصوص‌در كودكان ، و ساير عفونت‌هاي قرنيه وملتحمه چشم يا گوش هستند، مصرف اين‌دارو بايد با احتياط انجام گيرد.
عوارض جانبي تاري ديد، درد چشم سردرد و مشاهده هاله‌هاي نوراني دراطراف چراغ‌ها، پايين افتادن پلك‌ها وبزرگ‌شدن غيرعادي چشم سوزش وآبريزش از عوارض جانبي دارو هستند.
نكات قابل توصيه اگر پس از 5-7 روزبهبودي حاصل نشد و يا وضع چشم ياگوش بدتر شد به پزشك مراجعه شود.
مقدار مصرف 1-2 قطره 2-4 بار در روزدر ملتحمه چكانده شود. در بيماريهاي‌شديد، درمان با 1-2 قطره هر يك ساعت شروع شده و به‌تدريج در صورت تخفيف‌التهاب مقدار مصرف دارو كاهش مي‌يابد.
اشكال دارويي
Drops: 1%

SULFACETAMIDE SODIUM

موارد مصرف اين دارو در درمان التهاب‌عفوني ملتحمه و ساير عفونتهاي سطحي‌چشم ناشي از ارگانيسم‌هاي حساس تراخم و ساير عفونتهاي كلاميدياييمصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: سولفاستاميد يك آنتي‌بيوتيك‌با طيف اثر گسترده و متوقف‌كننده رشدميكروارگانيسم‌هاي حساس است و ازطريق مهار بيوسنتز فولات عمل مي‌نمايد.
فارماكوكينتيك مقدار كمي از دارو پس ازمصرف موضعي در چشم ممكن است به‌داخل قرنيه جذب شود.
عوارض جانبي بروز واكنش‌هاي حساسيت‌مفرط شامل خارش قرمزي تورم درد ياساير علائم تحريك موضعي با مصرف اين‌دارو گزارش شده‌است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌سولفاستاميد با فرآورده‌هاي چشمي‌حاوي نقره (از جمله محلول نيترات نقره به دليل ناسازگاري دو دارو، توصيه‌نمي‌شود.
نكات قابل توصيه پس از چكاندن قطره درچشم ممكن است سوزش احساس شود.
مقدار مصرف در بزرگسالان يك قطره ازدارو هر 1-3 ساعت در طول روز و درفواصل بيشتر در طول شب در ملتحمه‌چكانده مي‌شود.
اشكال دارويي
Drops: %10 , %20

(TETRACYCLINE HCl (Ophthalmic

موارد مصرف اين دارو در درمان‌عفونتهاي سطحي چشم ناشي از گونه‌هاي‌مختلف باكتري‌ها، تراخم (ناشي ازكلاميديا تراكماتيس و پيشگيري از بروزالتهاب عفوني ملتحمه در نوزادان مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: تتراسايكلين يك آنتي بيوتيك‌وسيع‌الطيف است كه از طريق مهار ساخت‌پروتئين رشد باكتري‌هاي حساس را مهارمي‌كند.
نكات قابل توصيه 1 ـ تاري ديد بعد ازمصرف اين دارو در چشم طبيعي است
2 ـ دوره درمان تراخم با اين دارو ممكن‌است چند ماه طول بكشد. در صورت شديدبودن عفونت ممكن است مصرف همزمان‌تتراسيكلين خوراكي ضروري باشد.
مقدار مصرف در درمان تراخم 2 بار درروز به مدت 5 روز در هر ماه و به مدت 6ماه در هر دو چشم مصرف مي‌شود. دردرمان ساير عفونتهاي چشمي هر 2-4ساعت حدود يك سانتي‌متر از پماد درچشم ماليده مي‌شود.
اشكال دارويي
Ointment: %1

TIMOLOL

موارد مصرف تيمولول در درمان گلوكوم‌ساده مزمن و افزايش فشار داخلي چشم‌به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: تيمولول گيرنده‌هاي بتاآدرنرژيك را بلوك مي‌كند و توليد مايع رادر چشم كاهش مي‌دهد. اين دارو ممكن‌است موجب افزايش جريان خروج مايع ازچشم شود.
فارماكوكينتيك زمان شروع اثر دارو 30دقيقه و زمان رسيدن به حداكثر اثر 1-2ساعت پس از مصرف مي‌باشد. طول مدت‌اثر 24 ساعت است
موارد منع مصرف در آسم نايژه‌اي بيماري انسدادي مزمن ريوي بيماري‌قلبي شوك كاردیوژنيك بلوك قلبي وبراديكاردي سينوسي نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در التهاب برونشها، آمفيزم بيماريهاي ريوي و ديابت بايد با احتياطتجويز شود.
2 ـ در صورت بروز حساسيت به نور ازعينك آفتابي استفاده و از قرار گرفتن درمعرض نور خودداري شود.
عوارض جانبي قرمزي چشمها يا پلك‌ها،التهاب پلك‌ها، التهاب ملتحمه چشم كراتيت افتادگي پلك كاهش حساسيت‌قرنيه دوبيني و اختلالات بينائي ازعوارض جانبي مهم دارو مي‌باشد.
مقدار مصرف در بزرگسالان يك قطره دوبار در روز مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Drops (As Maleate): %0.5

TRIFLURIDINE

موارد مصرف تري‌فلوريدين در درمان‌التهاب بافت پوششي ملتحمه از نوع اوليه ونيز التهاب عودكننده بافت پوششي قرنيه وملتحمه ناشي از ويروس تبخال به‌كارمي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو با نفوذ به ساختمانDNA ويروس و مهار كردن آنزيم‌هاي‌تيميديلات سنتتاز و DNA پليمراز موجب‌مهار ساخت DNA ويروس مي‌گردد.
فارماكوكينتيك به‌دنبال مصرف موضعي‌در بافت قرنيه عنبيه جسم مژگاني ومشيميه ملتهب نفوذ مي‌كند و نيمه عمر آن‌حدود 12-18 دقيقه مي‌باشد.
هشدارها: 1 ـ دوره درمان نبايد بيش از 21روز بوده و يا 3-5 روز بعد از بهبودي‌كامل ادامه يابد.
2 ـ در صورت مصرف همزمان‌كورتيكوستروئيدها با اين دارو، مصرف‌تري‌فلوريدين بايد چند روز پس از قطع‌مصرف استروئيد ادامه يابد.
3 ـ در صورت قطع مصرف قبل از بهبودي‌كامل احتمال عود التهاب قرنيه وجود دارد.
عوارض جانبي احساس ناراحتي در چشم‌و التهاب پلك‌ها از عوارض دارو هستند.
مقدار مصرف پنج بار در روز هر بار يك‌قطره در چشم چكانده مي‌شود. تا 3 روزپس از بهبودي نيز تجويز دارو را بايد ادامه‌داد.
اشكال دارويي
Drops: 1%

TROPICAMIDE

موارد مصرف تروپيكاميد به‌منظور گشادكردن مردمك چشم و فلج عضله جسم‌مژگاني در روشهاي تشخيصي چشم‌پزشكي استفاده مي‌شود.
مكانيسم اثر: تروپيكاميد يك داروي‌آنتي‌كولينرژيك است كه با مهارگيرنده‌هاي موسكاريني در عضلات‌شعاعي عنبيه و عضله جسم مژگاني‌به‌ترتيب باعث گشاد شدن مردمك چشم وايجاد فلج عضله جسم مژگاني مي‌گردد.
فارماكوكينتيك حداكثر اثر دارو
در گشاد كردن مردمك چشم بعد از20-40 دقيقه و حداكثر فلج عضله جسم‌مژگاني بعد از 20-35 دقيقه مشاهده‌مي‌شود. گشادي مردمك چشم به مدت6-7 ساعت و فلج عضله جسم مژگاني به‌مدت 1-6 ساعت ادامه مي‌يابد.
موارد منع مصرف در گلوكوم با زاويه‌بسته و در كودكان مبتلا به صدمات مغزي‌يا فلج اسپاسمي و سندرم داون نبايدمصرف شود.
هشدارها: در صورتي كه بيمار مستعد ابتلابه گلوكوم با زاويه بسته باشد، اين داروبايد با احتياط فراوان مصرف شود.
عوارض جانبي واكنش‌هاي رواني اختلالات رفتاري در كودكان خواب‌آلودگي و سردرد از عوارض جانبي‌اين دارو مي‌باشد.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو باعث تاري‌ديد و افزايش حساسيت چشم به نورمي‌گردد. در صورت تداوم اين عوارض به‌مدت بيش از 24 ساعت پس از قطع‌مصرف دارو به پزشك مراجعه شود.
2 ـ به دليل ايجاد تاري ديد از انجام‌فعاليت‌هاي بالقوه خطرناك نظير رانندگي‌خودداري شود.
3 ـ احتمال بروز سوزش موقت چشم‌وجود دارد.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان فلج‌كننده تطابق براي‌اندازه‌گيري خطاهاي انكساري يك قطره‌از محلول يك درصد بر روي ملتحمه‌چكانده مي‌شود كه هر 5 دقيقه يك‌بار تكرارمي‌گردد. براي معاينه انتهاي چشم يك‌قطره از محلول 0/5 درصد، 15-20 دقيقه‌پيش از معاينه بر روي ملتحمه چكانده‌مي‌شود.
كودكان به‌عنوان فلج‌كننده تطابق براي‌اندازه‌گيري خطاهاي انكساري در كودكان‌يك قطره از محلول 0/5 درصد بر روي‌ملتحمه چكانده مي‌شود كه هر 5 دقيقه‌تكرار مي‌گردد.
اشكال دارويي
Drops: %0.5, %1

ADULT COLD

موارد مصرف اين دارو براي تخفيف علائم‌سرماخوردگي و آنفلونزا، سينوزيت تب‌يونجه و يا عوارض آلرژيك قسمت فوقاني‌دستگاه تنفسي مانند احتقان‌بيني عطسه آبريزش از بيني تب و سردرد بكارمي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو حاوي استامينوفن فنيل‌افرين و كلرفنيرآمين مي‌باشد و اثرات‌ضد درد، منقبض‌كننده عروق وآنتي‌هيستامين دارد.
فارماكوكينتيك اين دارو از مجراي گوارش‌به‌خوبي جذب مي‌شود. طول اثر آن حدود4ـ3 ساعت مي‌باشد.
موارد منع مصرف در كودكان كمتر از 6سال نبايد مصرف گردد.
هشدارها: 1 ـ به‌دليل وجود استامينوفن دراين دارو در موارد عيب شديد كار كبد بااحتياط مصرف گردد.
2 ـ در زيادي فشارخون و يا استعدادابتلاي به‌احتباس ادرار با احتياط استفاده گردد.
عوارض جانبي اسهال كاهش اشتها، تهوع‌يا استفراغ درد يا كرامپ معده و افزايش‌غيرعادي تعريق از عوارض مصرف بيش‌از حد استامينوفن است احتمال غليظ شدن‌ترشحات ريوي به‌دليل عوارض‌آنتي‌كلينرژيك وجود دارد.
تداخل‌هاي دارويي احتمال سميت دارو درمصرف همزمان باساير داروهاي سمي‌براي كبد و القاءكننده آنزيمي افزايش‌مي‌يابد. مصرف همزمان و طولاني باسايرداروهاي ضدالتهاب غيراستروئيدي‌احتمال بروز نكروز كليوي را افزايش‌مي‌دهد. اين دارو همچنين با داروهاي‌مضعف CNS، مهاركننده‌هاي مونوآمين‌اكسيداز، داروهاي ضدافسردگي سه‌حلقه‌اي داروهاي ضد موسكاريني وپايين آورنده‌هاي فشارخون تداخل دارد.
نكات قابل توصيه 1 ـ بامصرف مقادير زيادممكن است عصبانيت سرگيجه يا بيخوابي‌بروز كند.
2 ـ اگر علائم بيماري طي يك هفته بهبودنيافت و يا با تب بالا همراه شد، مصرف‌دارو بايد قطع و به‌پزشك مراجعه شود.
3 ـ براي كاهش عوارض گوارشي باغذامصرف شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان هر 6ـ4 ساعت يك تا دو قرص‌مصرف مي‌شود ولي كل مقدار از 12 قرص‌در هر شبانه‌روز بيشتر نشود.
كودكان در كودكان 12ـ6 سال هر 6ـ4ساعت يك قرص مصرف شود و كل مقدارمصرف در شبانه‌روز از 6 قرص تجاوزنكند.
اشكال دارويي
+ Tablet: Acetaminophen 325 mg

+ Phenylephrine HCl 5 mg
Chlorpheniramine 2 mg

موارد مصرف آمينوفيلين براي درمان‌انسداد برگشت‌پذير راههاي تنفسي و آسم‌حاد و به‌عنوان محرك تنفسي در آپنه‌نوزادان مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: آمينوفيلين در بدن تئوفيلين‌آزاد مي‌كند. جذب آن بعد از تزريق‌عضلاني آهسته مي‌باشد و ممكن است درمحل تزريق رسوب نمايد. متابوليسم داروكبدي است و از طريق كليه‌ها از بدن دفع‌مي‌شود.
هشدارها: در صورت وجود خيز حادريوي ناتواني احتقاني قلب تب پايدار،بيماريهاي كبدي پركاري غده تيروئيد،سپسيس و اختلالات صرعي بايد بااحتياطتجويز شود.
عوارض جانبي تاكيكاردي طپش قلب تهوع اختلالات دستگاه گوارش سردرد،فراموشي آريتمي و تشنجات بويژه درموارد تزريق سريع داخل وريدي ممكن‌است مشاهده شود. بعلاوه اتيلين دي‌آمين‌موجود در آمينوفيلين ممكن است باعث‌كهير، تب يونجه بثورات جلدي يا التهاب‌پوست شود.
تداخل‌هاي دارويي تجويز همزمان‌سايمتيدين سيپروفلوكساسين اريترومايسين پروپرانولول و تيابندازول‌با تئوفيلين احتمالا باعث افزايش غلظت آن‌مي‌شود. تجويز همزمان فني‌توئين وريفامپيسين باتئوفيلين و كشيدن سيگار ياتنباكو احتمالا باعث كاهش غلظت آن‌بواسطه تحريك متابوليسم مي‌شود.تجويز همزمان مسددهاي گيرنده‌بتاآدرنرژيك ممكن است اثرات‌گشادكنندگي نايژه‌اي دارو را مهار كند.مصرف همزمان با كتامين ممكن است‌آستانه حملات صرع را كاهش دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ آمينوفيلين نبايد دريك سرنگ با ساير داروها مخلوط شود.
2 ـ تزريق داخل عضلاني دارو بسيارمحرك است آمينوفيلين را بايد خيلي‌آهسته داخل وريد (حداقل طي 20 دقيقه تزريق نمود.
مقدار مصرف
بزرگسالان به‌عنوان گشادكننده برونش700 mcg/kg در هر ساعت در افرادسيگاري و مقدار 400 mcg/kg در هرساعت براي افراد غيرسيگاري انفوزيون‌مي‌شود. براي بيماران مسن يا مبتلايان‌به‌نارسايي قلبي يا كبدي 200 mcg/kgانفوزيون مي‌شود.
كودكان در نوزادان نارس و كوچكتر از24 روز 1mg/kg هر 12 ساعت انفوزيون‌مي‌گردد. در نوزادان نارس و بزرگتر از 24روز 1/5 mg/kg هر 12 ساعت و براي‌نوزادان طبيعي تا سن 52 هفتگي روزانه5 [mg/kg+ (سن برحسب هفته 0/2] xانفوزيون مي‌شود. براي نوزادان طبيعي تاسن

26 هفتگي مقدار مصرف تام دارو درسه مقدار منقسم روزانه (هر 8 ساعت ، وبراي نوزادان طبيعي باسن 52 ـ26 هفتگيمقدار مصرف تام دارو در چهار مقدارمنقسم روزانه (هر 6 ساعت تجويزمي‌گردد.
در كودكان 9ـ1 سال 800 mcg/kg در هرساعت و در كودكان 16ـ9 سال700mcg/kg در هر ساعت انفوزيون‌وريدي مي‌شود.
در صورت تجويز طولاني مدت سنجش‌غلظت سرمي تئوفيلين و ارزيابي پاسخ‌بيمار به‌آن براي دستيابي به‌غلظت مناسب‌درماني و به‌حداقل رسانيدن خطر سميت‌توصيه مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection: 250 mg/10ml

ANTIHISTAMINE DECONGESTANT

موارد مصرف اين دارو براي بهبود موقت‌احتقان‌بيني و سينوس‌ها، عطسه وآبريزش از بيني ناشي از سرماخوردگي ورينيت آلرژيك مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: كلرفنيرامين با اثر برروي‌گيرنده‌هاي H1 اثرات هيستامين را مهارمي‌كند. اثرات ضد موسكاريني اين داروتاحدي سبب خشك شدن مخاطبيني‌مي‌شود. فنيل‌افرين برروي گيرنده‌هاي آلفاآدرنرژيك مجاري تنفسي اثر كرده و باايجاد تنگي عروق موجب رفع احتقان‌مي‌شود. فنيل پروپانولامين اثر تحريكي‌برروي CNSدارد.
فارماكوكينتيك كلرفنيرامين وفنيل‌پروپانولامين از مجراي گوارشي‌به‌خوبي جذب مي‌شوند. اما جذب‌فنيل‌افرين زياد نيست متابوليسم دارو درمجراي گوارشي و كبد صورت مي‌گيرد.دفع آن از كليوي است
هشدارها: 1 ـ در خردسالان عوارض جانبي‌اين دارو به‌خصوص اثر آنتي‌موسكاريني‌بيشتر ديده مي‌شود. در سالخوردگان‌احتمال بروز واكنش‌هاي متناقض مثل‌تهييج‌پذيري نيز وجود دارد.
2 ـ در سالخوردگان احتمال بروز خشكي‌دهان عفونتهاي كانديدياز دهاني وهمچنين احتمال اسپاسم توهم و تشنج‌وجود دارد.
عوارض جانبي عوارض شايع آن شامل‌غليظشدن ترشحات نايژه و بروزسرفه‌هاي خشك مي‌باشد. احتمال بروزتاري ديد، اغتشاش شعور، دفع دشوار يادردناك ادرار، سرگيجه و خشكي دهان‌وجود دارد.
تداخل‌هاي دارويي احتمال بروز تداخل باگليكوزيدهاي قلبي (ديژيتال وجود داردكه منجر به‌آريتمي قلبي مي‌گردد.مسدودكننده‌هاي گيرنده‌هاي بتا مي‌توانندباعث افزايش فشارخون ناشي از اين داروگردند. مصرف همزمان اين دارو بارزرپين اثر اين دارو را كاهش مي‌دهد.مصرف همزمان داروهاي مهاركننده‌مونوآمين‌اكسيداز (MAO) با اين داروميتواند باعث تشديد اثر موسكاريني ومضعف CNS داروهاي ضدهيستامين شده‌و باافزايش اثر فنيل پروپانولامين
باعث طولاني شدن و تشديد تحريك قلبي‌گردد.
نكات قابل توصيه
1 ـ احتمال بروز خواب‌آلودگي يا سرگيجه‌وجود دارد.
2 ـ براي كاهش عوارض گوارشي با غذا،آب و يا شير مصرف شود.
3 ـ اين دارو ممكن است علائم مسموميت‌گوشي ناشي از ساليسيلاتها را بپوشاند.
4 ـ استفاده طولاني مدت از اين داروميتواند منجر به وابستگي گردد.
مقدار مصرف در بزرگسالان سه تا چهارقرص در روز و در كودكان 12ـ6

سال‌حداکثر 3 ـ 2 قرص در روز مصرف‌مي‌شود.
اشکال دارويي
Tablet: Chlorpheniramine Maleate 2.5mg + Phenylephrine HCl 5 mg +Phenylpropanolamine HCl 20 mg

BECLOMETHASONE DIPROPIONATE

موارد مصرف بكلومتازون به‌عنوان درمان‌نگهدارنده در بيماران مبتلا به‌آسم نايژه‌اي‌مزمن بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: بكلومتازون به خاطر مهارترشح فاكتورهاي رشد و سايتوكاين‌ها ازلنفوسيت‌ها، ائوزينوفيل‌ها، ماكروفاژها،فيبروبلاست‌ها و ماست سل‌ها اثرضدالتهابي قوي دارد. همچنين باكاهش‌ترشح موكوس در مجاري تنفسي مقدار وويسكوزيته خلط را كاهش مي‌دهد.
فارماكوكينتيك بكلومتازون سريع? ازريه‌ها و مجراي گوارش جذب مي‌شود.حدود 25ـ10 درصد داروي مصرفي‌به‌ريه‌ها مي‌رسد و بقيه در دهان و گلورسوب كرده يا بلعيده مي‌شود. متابوليسم‌دارو عمدت? سريع و از طريق كبد مي‌باشدولي بخشي نيز در كليه ريه ياساير بافتهامتابوليزه مي‌شود. دفع آن از طريق مدفوع‌يا كليه‌ها صورت مي‌گيرد.
موارد منع مصرف در آسم حاد يا مداوم به‌دليل نياز به‌درمانهاي خاص نبايدمصرف شود.
عوارض جانبي در صورت استفاده ازمقادير زياد (روزانه بيش از 1/5 ميلي‌گرم امكان مهار غده فوق كليوي وجود دارد.ايجاد كانديدياز دهاني تحليل استخوان ائوزينوفيلي ريوي و ازدياد حساسيت‌تاخيري نيز در مورد اين دارو گزارش شده‌است
نكات قابل توصيه 1 ـ نحوه صحيح مصرف‌آئروسل‌هاي استنشاقي بايد به‌بيمارآموزش داده شود.
2 ـ جهت جلوگيري از خشن شدن صدا،التهاب گلو و ايجادكانديدياز، بعد از هر بار مصرف دهان بايد با آب شسته‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار مصرف معمول100ـ84 ميكروگرم (2 پاف اسپري 3 تا 4بار در روز و يا 200ـ168 ميكروگرم
(4 پاف اسپري 2 بار در روز مي‌باشد. درآسم‌هاي شديد 800 ـ504 ميكروگرم حدود 12 تا 16 پاف اسپري در روزتجويز مي‌شود و براساس پاسخ بيمار،مقدار مصرف بتدريج كاهش داده‌مي‌شود.
كودكان در كودكان زير 6 سال ميزان‌مصرف دارو دقيق? تعيين نشده است دركودكان 12ـ6 سال 100ـ42 ميكروگرم‌دارو (1 تا 2 پاف اسپري 3 تا 4 بار در روزاستفاده شده و يا 200ـ168 ميكروگرم (4پاف اسپري 2 بار در روز استفاده‌مي‌شود. در كودكان استفاده روزانه بيش‌از 10 پاف اسپري (500 ميكروگرم توصيه نمي‌شود.
اشكال دارويي

:Nasal / Oral Inhaler
10mg / container

BROMHEXINE HCl

موارد مصرف برم‌هگزين به‌عنوان خلط‌آورو رقيق‌كننده ترشحات موكوسي درمواردي مانند التهاب نايژه آسم برونشيكتازي و التهاب سينوس‌ها همراه باتجمع ترشحات موكوسي غليظ و چسبنده‌در مجاري تنفسي مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو باتحريك غددمخاطي نايژه و تغيير تركيبات‌گليكوپروتئيني موجود در ترشحات موجب كاهش چسبندگي و رقيق‌شدن‌ترشحات و خروج آنها مي‌گردد.
فارماكوكينتيك اين دارو به‌خوبي ازدستگاه گوارش جذب و پس از يك ساعت به حداكثر غلظت پلاسمايي مي‌رسد. داروپس از متابوليزه‌شدن عمدت? از راه ادرار
و به مقدار اندك از طريق مدفوع دفع‌مي‌گردد.
هشدارها: در مبتلايان به‌زخم‌هاي‌گوارشي بااحتياط مصرف شود.
عوارض جانبي اختلالات گوارشي ازعوارض جانبي دارو هستند.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي جلوگيري ازعوارض گوارشي دارو پس از غذا مصرف‌شود.
2 ـ بهتر است الگزير دارو، ابتدا باآب رقيق‌شده و سپس مصرف شود.
3 ـ مصرف شكل تزريقي دارو در كودكان‌كمتر از 12 سال توصيه نمي‌شود.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان مقدار 20ـ10 ميلي‌ليتر الگزيريا 2ـ1 قرص 4ـ3 بار در روز، مصرف‌مي‌شود.
كودكان در كودكان كمتر از 5 سال 4ميلي‌گرم قرص يا 5 ميلي‌ليتر الگزير، 2 باردر روز و در كودكان 10ـ5 سال همين‌مقدار 4 بار در روز مصرف مي‌شود.
تزريقي
بزرگسالان و كودكان بيش از 12 سال روزانه به‌مقدار 24ـ8 ميلي‌گرم به‌صورت‌تزريق آهسته داخل وريدي و يا تزريق‌عميق داخل عضلاني مصرف مي‌شود.همچنين مي‌توان مقدار 20ـ4 ميلي‌گرم داروررا به 500 ـ 250 ميلي‌ليتر محلول دكستروز5 درصد اضافه كرد يا مقدار 40ـ4 ميلي‌گرم‌آن را به 500 ـ250 ميلي‌ليتر محلول 0/9درصد كلرورسديم افزوده و آن راانفوزيون آهسته نمود.
اشكال دارويي

Elixir: 4 mg/5ml
Injection: 4mg/2ml
Tablet: 8 mg

CHILDREN COLD

موارد مصرف اين دارو براي تخفيف‌موقتي آبريزش بيني درد، تب و سايرعلائم سرماخوردگي و التهاب سينوس‌هامصرف مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو نبايد دربيماران مبتلا به‌آسم گلوكوم اشكال دردفع ادرار، زيادي فشار خون بيماري قلبي ديابت يا اختلالات تيروئيد مصرف شود.
عوارض جانبي خواب‌آلودگي آسيب كبدي عصبانيت سرگيجه و زيادي فشار خون ازعوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي اين دارو باعث كاهش‌اثرات درماني داروهاي پائين‌آورنده‌فشارخون مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف اين داروبيش از 5 روز توصيه نمي‌شود.
2 ـ در صورت تداوم و يا عود تب مصرف‌دارو بيش از 3 روز توصيه نمي‌شود.
3 ـ اين دارو ممكن است باعث‌تحريك‌پذيري كودكان شود.
مقدار مصرف در كودكان بزرگتر از 6
سال هر چهار ساعت 2 ـ 1 قرص مصرف‌مي‌شود.
اشكال دارويي
+ Tablet: Acetaminophen 80 mg
+ Phenylpropanolamine 6.25 mg
Chlorpheniramine 1 mg

CLOBUTINOL HCl

موارد مصرف کلوبوتینول براي درمان‌علامتي سرفه‌هاي با علت نامشخص و نیزسرفه‌هاي ناشي از تحریکات مختلف
بویژه در موارد نارسایي دستگاه تنفس‌به‌کار مي‌رود.
مکانیسم اثر: این دارو موجب تضعیف‌مرکز سرفه در بصل‌النخاع مي‌گردد.
فارماکوکینتیك جذب این دارو از دستگاه‌گوارش سریع و تقریب? کامل بوده و پس از2 ساعت حداکثر غلظت پلاسمایي آن‌حاصل مي‌گردد. نیمه عمر دارو حدود32ـ23 ساعت مي‌باشد. 90ـ80 درصد آن‌از طریق کلیه‌ها و حدود 3 درصد آن از راه‌مدفوع دفع مي‌گردد.
موارد منع مصرف در مبتلایان به‌صرع و یاسابقه بیماریهاي تشنجي نباید مصرف‌شود.
هشدارها: قبل از شروع درمان باید علت‌بروز سرفه دقیق? بررسي شود. چرا که‌سرفه عامل مهمي در دفاع از نایژه بوده ودر برخي موارد، درمان علامتي آن به‌نفع‌بیمار نمي‌باشد.
عوارض جانبي اشکال در به‌خواب رفتن تهوع خواب‌آلودگي سرگیجه ناراحتي‌هاي گوارشي و یا کاهش
میزان خلط از عوارض جانبي این داروهستند.
مقدار مصرف
خوراکي
بزرگسالان مقدار 40ـ30 قطره یا 2ـ1قرص 3 بار در روز مصرف مي‌شود.
کودکان در کودکان باسن کمتر از 3 سال‌به‌میزان 1 drop/kg و روزانه 3 بار و درکودکان بیش از 3 سال روزانه 3 بار و هربار 20ـ10 قطره مصرف مي‌شود.
تزریقي
بزرگسالان مقدار 20 میلي‌گرم از طریق‌زیرجلدي داخل عضلاني یا داخل وریدي‌تزریق مي‌شود.
اشکال دارویي
Tablet: 40 mg
Oral Drops: 60 mg/ml
Injection: 20 mg/2ml

CROMOLYN SODIUM

موارد مصرف كروموليـن براي پيشگيري ازآسم حساسيت غذايي و اسپاسم نايژه‌اي‌ناشي از حساسيت مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: به‌نظر مي‌رسد كه دارو بادخالت در انتقال كلسيم از غشاي‌ماستوسيت‌ها و جلوگيري از عمل‌دگرانوله شدن وابسته به‌كلسيم مانع ازآزادشدن هيستامين لوكوترين‌ها و سايرموادي كه موجب بروز واكنش‌هاي‌حساسيت مفرط مي‌شوند، مي‌گردد.كروموليـن ممكن است مانع از فعال‌شدن‌ساير سلولهاي التهابي از قبيل‌ائوزينوفيل‌ها شود.
فارماكوكينتيك تقريب؟ 10ـ8 درصدكروموليـن استنشاق شده جذب سيستميك‌مي‌شود. هنگامي كه به‌منظور درمان‌نگهدارنده به‌طور استنشاقي مصرف‌مي‌شود، بهبودي علايم و عملكرد ريه‌معمولا طي چهار هفته پس از شروع درمان‌ظاهر مي‌شود. نيمه عمر دارو حدود 80دقيقه است و 50 درصد آن از طريق كليه وبقيه از راه صفرا و بدون تغيير دفع‌مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد عيب شديد كار
كبد يا كليه بايد بااحتياط تجويز
شود.
2 ـ درصورت بروز پنوموني ائوزينوفيليك‌در طول مصرف دارو، درمان بايد قطع‌گردد.
عوارض جانبي سرفه اسپاسم‌گذراي نايژه‌و تحريك گلو ناشي از استنشاق داروگزارش شده است
نكات قابل توصيه 1 ـ اين دارو تنها براي‌پيشگيري است و طي حملات آسم يااسپاسم نايژه نبايد مصرف گردد، زيراممكن است موجب تحريك و تشديدبيماري گردد.
2 ـ كپسول دارو از راه خوراكي بي‌اثراست
3 ـ مصرف همزمان كورتيكوستروئيدهادر طول درمان بااين دارو، بدون توصيه‌پزشك نبايد قطع شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان و كودكان بزرگتر از 2 سال براي پيشگيري آسم نايژه‌اي مقدار 20ـ10 ميلي‌گرم برحسب نياز و تحمل‌بيمار چهاربار در روز با فواصل منظم استنشاق مي‌شود. براي پيشگيري
از اسپاسم نايژه ناشي از عوامل‌حساسيت‌زا، مقدار 20 ميلي‌گرم تنها يك بار و در حدود 15ـ10 دقيقه (حداكثر60 دقيقه قبل از تماس باماده حساسيت‌زااستنشاق مي‌شود. در صورت مصرف‌مداوم مقدار 20

ميلي‌گرم چهاربار در
روز بافواصل منظم برحسب نياز و تحمل‌بيمار تجويز مي‌شود. بيشينه مقدارمصرف بزرگسالان تا 160 ميلي‌گرم درروز است
اشكال دارويي
Aerosol: 1 mg/dose
Inhalation Capsule: 20 mg
Nasal Spray: 20 mg/ml

DEXTROMETHORPHAN HBr

موارد مصرف دكسترومتورفان براي‌درمان علامتي سرفه‌هاي بدون خلط ناشي‌از گلودرد ساده و سرماخوردگي يامحركهاي استنشاق شده بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: دكسترومتورفان با اثرمستقيم برمركز سرفه در بصل‌النخاع بازتاب سرفه را تضعيف مي‌كند.
فارماكوكينتيك متابوليسم دارو كبدي بوده‌و بسرعت و بميزان وسيعي به‌متابوليت‌فعال دكستروفان تبديل مي‌شود. اثر داروطي 30 دقيقه شروع و براي 6 ساعت باقي‌مي‌ماند. دكسترومتورفان عمدت? از كليه‌هاو به‌صورت تغيير نيافته يا متابوليت دفع‌مي‌شود.
هشدارها: در صورت وجود آسم عيب كاركبد و يا سرفه خلطدار بايد با احتياطمصرف شود.
عوارض جانبي سايكوزسمي (فعاليت‌مفرط، توهمات بينايي و شنوايي پس ازمصرف 300 ميلي‌گرم يا بيشتر از داروگزارش شده است بامصرف مقادير خيلي‌زياد دارو ضعف تنفسي گزارش شده‌است
تداخل‌هاي دارويي در صورت مصرف‌همزمان با فرآورده‌هاي حاوي الكل داروهاي كاهنده فشارخون با اثر مضعفCNS مانند كلونيدين و متيل دوپا، داروهاي‌مضعف CNS بويژه بيهوش‌كننده‌ها،باربيتوراتها، داروهاي مخدر شبه ترياك ياضدافسردگي‌هاي سه‌حلقه‌اي ممكن است‌اثرات مضعف CNS اين داروها يادكسترومتورفان تشديد شود. مصرف‌همزمان مهاركننده‌هاي مونوآمين اكسيداز (MAO)از جمله فورازوليدون وپروكاربازين ممكن است باعث بروزبحران آدرنرژيك كلاپس اغماء،سرگيجه تهييج افزايش فشارخون افزايش دماي بدن خونريزي داخل مغزي بيحالي تهوع رفتار جنون‌آميز، اسپاسم ولرزش شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ دارو ممكن است باعث‌اعتياد شود.
2 ـ در صورتي كه تا 7 روز پس از مصرف‌دارو سرفه ادامه داشت يا در صورت تب‌شديد، بثورات جلدي يا سردرد مداوم‌همراه با سرفه به‌پزشك مراجعه گردد.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار 10ـ20 ميلي‌گرم‌هرچهار ساعت يا 30 ميلي‌گرم هر 6ـ8ساعت برحسب نياز مصرف مي‌شود.بيشينه مصرف دارو براي بزرگسالان تا120 mg/day مي‌باشد.
كودكان مصرف اين دارو در كودكان‌كوچكتر از دو سال توصيه نمي‌شود.
دركودكان 2ـ6 سال مقدار 2/5 ـ 5 ميلي‌گرم‌هرچهار ساعت يا 7/5

ميلي‌گرم هر 8ـ6ساعت برحسب نياز مصرف مي‌شود كه‌نبايد از mg/day 30 تجاوز نمايد. دركودكان 12ـ6 سال مقدار 10ـ 5 ميلي‌گرم‌هرچهار ساعت برحسب نياز مصرف‌مي‌شود كه نبايد از mg/day 60 تجاوزنمايد.

اشكال دارويي

Tablet: 15 mg

Oral Drops: 4 mg/ml

Syrup: 15 mg/5ml

موارد مصرف اين فرآورده در رفع حالات‌التهابي دستگاه تنفسي فوقاني از جمله‌رينيت آلرژيك التهاب حاد يا تحت حادسينوس‌ها، خروسك التهاب حاد گوش‌مياني و التهاب ناي و نايژه و نيز تسكين‌علامتي سرفه‌هاي خشك ناشي از گلو دردخفيف و تحريك ناشي از سرماخوردگي بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: دكسترومتورفان با اثرمستقيم برمركز سرفه در بصل‌النخاع موجب تضعيف رفلكس سرفه گرديده وپسودوافدرين باتحريك گيرنده‌هاي آلفاآدرنرژيك در مخاط دستگاه تنفسي موجب‌تنگي عروق كاهش تورم مخاط واحتقان‌بيني بازشدن بيشتر راههاي هوايي‌و افزايش تخليه ترشحات سينوس‌هامي‌گردد.
فارماكوكينتيك هر دو جزء دارو از راه‌خوراكي به‌خوبي جذب مي‌شوند.دكسترومتورفان به‌ميزان وسيعي در كبدمتابوليزه و به‌متابوليت فعالي به‌نام‌دكستروفان تبديل كه از طريق كليه‌ها دفع‌مي‌گردد. اما متابوليسم كبدي‌پسودوافدرين ناقص بوده و حدود 75ـ 55درصد آن به‌صورت تغيير نيافته از ادراردفع مي‌گردد. شروع اثر دكسترومتورفان‌حدود 1/5 ساعت و در موردپسودوافدرين 30ـ15 دقيقه مي‌باشد. طول‌مدت اثر اين دوجزء نيز به‌ترتيب 6 و 4ـ3ساعت مي‌باشد.
هشدار: 1 ـ در مواردي مانند آسم وجودسرفه‌هاي توام باخلط يا نارسايي عملكردكبد بايد بااحتياط مصرف شود.
2 ـ مصرف مقادير بيش از حد دارو ممكن‌است موجب بروز سرگيجه تحريك‌بيقراري تهوع يا استفراغ شديد
گردد.
3 ـ در مبتلايان به‌آسم ممكن است‌مقاومت راههاي هوايي با تغيير ميزان خلطافزايش يابد.
4 ـ مهار رفلكس سرفه توسط دارو، ممكن‌است موجب احتباس ترشحات درسرفه‌هاي ترشح‌دار گردد.
5 ـ بدليل وجود پسودوافدرين در اين‌تركيب در مواردي مثل پركاري تيروئيد،ديابت بيماري‌هاي ايسكميك قلب زيادي‌فشار خون عيب كار كليه و بزرگي‌پروستات بايد با احتياط تجويز شود.
عوارض جانبي مصرف مقادير زياد داروممكن است موجب تضعيف تنفسي ايجادوابستگي در شخص و يا سايكوز گردد.افزايش ضربانات قلب اضطراب بيقراري بيخوابي لرزش آريتمي خشكي دهان وسردشدن انتهاها نيز ممكن است ديده‌شود.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌دارو با تركيبات مهاركننده

مونوآمين‌اكسيداز (MAO) مثل فورازوليدون وپروكاربازين موجب تشديد اثرات آنها ونيز طولاني‌شدن تحريك قلبي و افزايش‌فشارخون ناشي از پسودوافدرين‌مي‌گردد. تجويز توام دارو با كينيدين‌عوارض جانبي آن را تشديد مي‌كند. به‌دليل‌وجود پسودوافدرين در صورت مصرف‌همزمان اثر داروهاي كاهنده فشارخون مهاركننده‌هاي گيرنده بتا آدرنرژيك واثرات ضد آنژين نيتراتها كاهش مي‌يابد. امااثرات هورمونهاي تيروئيدي و داروهاي‌مقلد سمپاتيك افزايش مي‌يابد.
نكات قابل توصيه در صورتيكه تا 7 روزپس از مصرف دارو، تب شديد، دانه‌هاي‌جلدي و يا سردرد مداوم همراه با سرفه‌وجود داشت بايد به پزشك مراجعه
شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار 10 ميلي‌ليتر هر 6ساعت مصرف مي‌شود و بيشينه مقدارمصرف تا 40 ml/day مي‌باشد.
كودكان در كودكان 6ـ2 سال 2/5ميلي‌ليتر هر 6 ساعت و براي كودكان 12ـ6سال 5 ميلي‌ليتر هر 6 ساعت تجويزمي‌شود.
اشكال دارويي
Syrup: (Dextromethorphan HBr 15 mg +Pseudoephedrine HCl 30 mg)/5ml

DOXAPRAM

موارد مصرف دوكساپرام به‌عنوان محرك‌در درمان ضعف تنفسي تضعيف تنفسي‌پس از اعمال جراحي و يا آپنه‌اي كه بدليل‌مصرف شل‌كننده‌هاي عضلاني ـ اسكلتي‌ايجاد نشده باشد، نارسايي حاد تنفسي درمبتلايان به‌بيماري انسدادي مزمن ريوي ونيز براي تحريك تنفس عميق بعد از اعمال‌جراحي بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو با تاثير برگيرنده‌هاي شيميايي كاروتيد در محيطموجب تحريك تنفس و در نتيجه افزايش‌حجم حياتي و افزايش جزئي تعداد تنفس‌مي‌گردد. بتدريج باافزايش ميزان مصرف‌دارو، مراكز تنفس در بصل‌النخاع نيزتحريك شده كه اين خود به‌طور پيشرونده ساير قسمتهاي مغز و طناب نخاعي را نيزتحريك مي‌كند.
فارماكوكينتيك اثر دارو طي 40ـ20 ثانيه‌شروع شده و پس از 2ـ1 دقيقه به‌حداكثرمي‌رسد. اثر دوكساپرام 12ـ5 دقيقه به‌طول‌مي‌انجامد. حدود 55 درصد آن از طريق‌صفرا دفع مي‌گردد.
موارد منع مصرف دوكساپرام در مواردي‌چون صدمات عروق مغزي بيماري‌شريان كرونر، صرع ضربه به سر،نارسايي قلبي افزايش حاد فشار خون عدم كفايت تنفسي بدلايلي از قبيل انسدادراههاي هوايي ديسپنه شديد،پنوموتوراكس فلج عضلاني و نيز دربيماريهاي ريوي مثل آسم حاد نايژه‌اي آمبوليسم ريوي نارسايي تنفسي ناشي ازاختلالات عضلاني ـ اسكلتي و فيبروزريوي نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ استفاده از دوكساپرام‌به‌منظور درمان آپنه در نوزادان ممكن‌است عوارضي چون تحريك اعصاب‌مركزي صرع و احتمالا زيادي فشارخون به‌همراه داشته باشد.
2 ـ چنانچه سرعت انفوزيون بيش از مقدارتوصيه شده باشد ممكن است باعث بروزهموليز شود.
3 ـ در برخي موارد مانند سابقه آسم‌نايژه‌اي آريتمي قلبي يا تاكيكاردي شديد،خيز مغزي پركاري تيروئيد،فئوكروموسيتوم عيب كار كبد يا كليه‌هابايد بااحتياط مصرف شود.
عوارض جانبي بروز عوارض قلبي ـعروقي مانند درد قفسه سينه ضربانات‌سريع يا نامنظم قلب و يا هموليز وترومبوفلبيت گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي تجويز همزمان‌داروهاي مهاركننده آنزيم‌مونوآمين‌اكسيداز (MAO) شامل‌فورازوليدون و پروكاربازين و نيزتركيبات مقلد سمپاتيك موجب تقويت‌اثرات تنگ‌كننده عروقي اين داروها

و يادوكساپرام مي‌گردد. مصرف توام‌محرك‌هاي CNS با دوكساپرام نيز موجب‌تحريك اضافي CNS خواهد شد. مصرف‌همزمان هوشبرهاي هيدروكربنه نيز بااثرات دوكساپرام به‌دليل افزايش‌حساسيت ميوكارد به‌كاتكول آمين‌هابه‌وسيله اين تركيبات تداخل دارد.
نكات قابل توصيه در مصرف طولاني مدت‌بهتر است محل تزريق را تغيير داد تا ازبروز ترومبوفلبيت يا تحريكات موضعي‌جلوگيري شود.
مقدار مصرف به‌منظور درمان تضعيف‌تنفسي پس از عمل جراحي mg/kg 0/5به‌صورت تزريق وريدي تجويز مي‌شود.ميزان مصرف در يك تزريق نبايد از1/5 mg/kg تجاوز نمايد. در صورت نيازبه‌تكرار مصرف تجويز دارو در فواصل 5دقيقه‌اي صورت مي‌گيرد، تا حداكثر مقدارمصرف به mg/kg 2 برسد.
اشكال دارويي
Injection: 100 mg/5ml

EXPECTORANT

موارد مصرف اکسپکتورانت براي کاهش‌غلظت و چسبندگي خلط و تسهيل خروج‌آن از ريه‌ها، کاهش موکوس ريوي و تبديل‌سرفه‌هاي خشك به‌سرفه ترشحي وخلط‌دار استفاده مي‌شود.
مکانيسم اثر: اکسپکتورانت حاوي ترکيباتي‌است که موجب رقيق‌شدن خلط و خروج‌آن از ريه‌ها مي‌گردند. کلرفنيرامين موجوددر اين فرآورده با اثرات ضدهيستامين فنيل پروپانول آمين بااثر مقلد سمپاتيك‌ضداحتقان و گايافنزين باکاهش چسبندگي‌خلط و تسهيل خروج آن در نهايت موجب‌تسکين سرفه‌هاي خشك و نرم شدن مخاطريه و تخليه خلط مي‌گردند.
عوارض جانبي اگرچه هريك از اجزاء اين‌فرآورده عوارض جانبي مشخص داردولي با مقادير بکاربرده شده در اين‌فرمولاسيون عارضه قابل توجهي ايجادنمي‌کنند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌فرآورده باساير ترکيبات مضعف CNSموجب تشديد اثرات هر دو گروه دارويي‌مي‌شود.
نکات قابل توصيه 1 ـ در صورت استفاده ازساير ترکيبات مقلد سمپاتيك احتياطشود.
2 ـ اين دارو ممکن است ايجادخواب‌آلودگي نمايد. بنابراين از انجام‌کارهايي که نياز به‌هوشياري دارند، پرهيزشود.
3 ـ قبل از هرگونه عمل جراحي و يادرمان‌هاي اضطراري پزشك را ازمصرف دارو بايد مطلع ساخت
4 ـ در صورت تداوم نشانه‌هاي بيماري‌بيش از 7 روز يا وجود تب بالا، به‌پزشك‌مراجعه شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان 10ـ5 ميلي‌ليتر، حداکثر 4 باردر روز مصرف مي‌شود.
کودکان براي کودکان 6ـ2 سال 2/5ـ1ميلي‌ليتر تا 4 بار در روز تجويز مي‌شود که‌در نهايت نبايد بيش از 10 ميلي‌ليتر در روزمصرف شود. در کودکان 12ـ6 سال 5 ـ 2/5 ميلي‌ليتر 4 بار در روز تا حداکثر 20ميلي‌ليتر در روز مصرف مي‌شود.
اشکال دارويي
Syrup : (Guaifenesin 100 mg +Chlorpheniramine Maleate 2 mg +Phenylpropanolamine HCl)/5ml

موارد مصرف اين دارو به‌منظور تسكين‌سرفه و كاهش احتقان بيني ناشي ازسرماخوردگي آلرژي و يا سايرعفونتهاي تنفسي و نيز رفع ساير علائم‌عمومي ناشي از سرماخوردگي به‌كارمي‌رود.
مكانيسم اثر: اين فرآورده حاوي تركيباتي‌است كه در جهت تقويت اثر يكديگربه‌تسكين سرفه يا رفع احتقان كمك‌مي‌كنند. گايافنزين با كاهش چسبندگي‌خلط و تسهيل خروج آن فنيل پروپانول‌آمين باتحريك سمپاتيك و تنگي عروق‌مخاطبيني و در نتيجه كاهش احتقان و ادم‌و كدئين با اثر مستقيم برمركز سرفه دربصل‌النخاع و تضعيف رفلكس سرفه موجب بروز اثرات درماني اين دارومي‌شوند.
موارد منع مصرف در مبتلايان به‌ضعف‌تنفسي شديد نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين تركيب ممكن است علائم‌مسموميت گوشي ناشي از مصرف مقاديربالاي ساليسيلات را پنهان سازد.
2 ـ به‌دليل وجود كدئين در اين فرآورده ممكن است وابستگي ايجاد شود.
3 ـ اين فرآورده ممكن است ايجادخواب‌آلودگي يا سرگيجه نمايد.
عوارض جانبي اگرچه هريك از اجزاءدارويي اين فرآورده داراي عوارض‌جانبي مشخص است ولي بامقادير بكاربرده شده در اين تركيب عارضه قابل‌توجهي ايجاد نمي‌كنند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌فرآورده باساير تركيبات تضعيف‌كننده‌CNS موجب تشديد اثرات هر دو گروه‌دارويي مي‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت تداوم‌نشانه‌هاي بيماري بيش از 7 روز يا وجودتب شديد، به‌پزشك مراجعه شود.
2 ـ براي به‌حداقل رسانيدن تحريك معده دارو همراه باغذا، آب يا شير مصرف
شود.
3 ـ قبل از هرگونه اعمال جراحي و يادرمان‌هاي اضطراري بايد پزشك را ازمصرف دارو مطلع نمود.
4 ـ هنگام برخاستن ناگهاني از وضعيت‌خوابيده يا نشسته احتياط شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان 10ـ 5 ميلي‌ليتر هر 6 ساعت‌مصرف مي‌شود.
كودكان در كودكان 6ـ2 سال به‌ميزان2/5ـ 1/5 ميلي‌ليتر هر 8ـ6 ساعت و براي‌كودكان 12ـ6 سال به‌ميزان 5 ـ 2/5 ميلي‌ليترهر 8ـ6 ساعت تجويز مي‌گردد.
اشكال دارويي

Oral Solution: (Guaifenesin 100 mg +Phenylpropanolamine HCl 12.5 mg +Codeine Phosphate 10 mg)/5ml

GUAIFENESIN

موارد مصرف گايافنزين به‌عنوان خلط‌آوربراي درمان علامتي سرفه ناشي ازسرماخوردگي و عفونتهاي خفيف دستگاه‌تنفس فوقاني مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: به‌نظر مي‌رسد كه اثرخلط‌آوري دارو از طريق افزايش حجم وكاهش چسبندگي ترشحات ناي و نايژه‌هااعمال مي‌شود. بنابراين گايافنزين ممكن‌است كارآيي بازتاب سرفه را افزايش دهدو خروج خلط را تسهيل نمايد.
فارماكوكينتيك دارو به‌سهولت از دستگاه‌گوارش جذب و به‌شكل متابوليت‌هاي‌غيرفعال از طريق كليه‌ها دفع مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در كودكان تا سن 12سالگي با سرفه مزمن يا پايدار (مشابه‌آسم و ياسرفه همراه با موكوس فقطباتجويز پزشك بايد مصرف شود.
عوارض جانبي اسهال سرگيجه سردرد،تهوع يا استفراغ بثورات جلدي درد معده‌و كهير از عوارض نادر دارو هستند.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي كمك به‌رقيق‌شدن ترشحات ريه بعد از هربار مصرف‌دارو حداقل يك ليوان آب نوشيده شود.
2 ـ اگر پس از هفت روز درمان با اين داروسرفه ادامه يافت يا تب بثورات جلدي سردرد مداوم يا گلو درد همراه با سرفه‌بروز كرد به‌پزشك مراجعه شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار 400ـ200 ميلي‌گرم هرچهار ساعت مصرف مي‌شود.
در كودكان 6ـ2 ساله مقدار 100ـ50 ميلي‌گرم هر چهار ساعت و در كودكان12ـ6 سال مقدار 200ـ100 ميلي‌گرم‌هرچهار ساعت مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Syrup: 100 mg/5ml

IPRATROPIUM BROMIDE

موارد مصرف ايپراتروپيوم براي درمان‌انسداد برگشت‌پذير راههاي هوايي به‌ويژه‌درمان برونشيت مزمن و همچنين درمان‌التهاب غيرآلرژيك غشاء مخاطي‌بيني‌همراه با آبريزش بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين دارو بامهار گيرنده‌هاي‌موسكاريني باعث گشادي برونش‌مي‌شود.
فارماكوكينتيك ايپراتروپيوم جذب‌سيستميك اندكي از طريق شش‌ها ودستگاه گوارش دارد. اثر دارو پس از 15ـ 5دقيقه شروع و طي 90 دقيقه (2ـ1 ساعت به‌اوج خود مي‌رسد. مدت اثر دارو معمولا4ـ3 ساعت (در برخي از بيماران 8ـ6ساعت است راه اصلي دفع ايپراتروپيوم‌از طريق مدفوع است و تا 90 درصد ازداروي استنشاق شده خورده شده وبدون تغيير دفع مي‌گردد. بخش جذب شده‌دارو از راه ادرار دفع مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود گلوكوم
با زاويه بسته به‌دليل احتمال بروز
حمله حاد در صورت پاشيده‌شدن‌ايپراتروپيوم به‌طور مستقيم به‌داخل‌چشم و يا ابتلاي بيمار به‌هيپرتروفي‌پروستات اين دارو بايد با احتياط مصرف‌شود.
عوارض جانبي گهگاه خشكي دهان وبندرت احتباس ادرار و يبوست ممكن است‌مشاهده شود.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌ايپراتروپيوم با فرآورده‌هاي حاوي عوامل‌آنتي‌كولينرژيك ممكن است منجر به‌بروزاثرات اضافي شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ از تماس دارو باچشم‌ها اجتناب شود و در صورت لزوم‌به‌هنگام استنشاق آئروسل چشم‌ها بسته‌شود. در صورت تماس اتفاقي با چشم‌هاممكن است باعث تحريك يا تيرگي ديدشود. در اين صورت چشم‌ها بايد با آب‌سرد شسته شوند.
2 ـ در صورت استفاده مستمر روزانه دارو بايد در فواصل معين زماني مصرف‌شود.
3 ـ در صورت عدم بهبودي و يا بدترشدن‌علايم طي 30 دقيقه پس از استفاده دارو،فور? به‌پزشك اطلاع داده شود.
مقدار مصرف در بزرگسالان 4ـ1 پاف هر8ـ6 ساعت بر حسب نياز، مصرف‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Inhaler: 20 mcg/dose

KETOTIFEN

موارد مصرف كتوتيفن براي پيشگيري ازآسم به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: يك داروي ضدهيستامين‌باخواص ضد آنافيلاكسي است
فارماكوكينتيك از راه خوراكي به‌خوبي‌جذب مي‌شود و اثرش تا 12 ساعت باقي‌مي‌ماند. شروع اثر پيشگيري‌كننده داروآهسته مي‌باشد. براي رسيدن به‌بيشينه اثرداروپي 6ـ4 هفته زمان لازم است
هشدارها: 1 ـ درمان با داروي قبلي‌ضدهيستامين حداقل بايد تا دو هفته پس ازشروع مصرف كتوتيفن ادامه يابد.
2 ـ خواب آلودگي ناشي از مصرف اين‌دارو ممكن است مهارت‌هاي فردي از قبيل‌توانايي رانندگي را تحت تأثير قرار دهد.
عوارض جانبي خواب‌آلودگي و تسكين‌شايع‌ترين عوارض مصرف دارو هستندكه چنانچه شدت آنها با ادامه مصرف كم‌نشود، ممكن است كاهش مقدار يا قطع‌مصرف دارو ضروري باشد.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان داروبا آنتي‌بيوتيك‌هاي خوراكي ممكن است‌باعث كاهش تعداد ترومبوسيت‌ها شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي كاهش تحريك‌گوارشي دارو با غذا مصرف شود.
2 ـ در صورت بروز خواب‌آلودگي احتياطلازم معمول گردد.
مقدار مصرف
بزرگسالان يك ميلي‌گرم از دارو دو باردر روز همراه باغذا تجويز مي‌شود. درصورت لزوم مقدار دارو تا دو ميلي‌گرم دوبار در روز افزايش مي‌يابد.
در بيماران‌حساس به‌اثر تسكين دهنده در ابتدا 1ـ 0/5ميلي‌گرم به‌هنگام شب تجويز مي‌گردد.
اشكال دارويي
Tablet : 1 mg
Syrup : 1 mg/5ml

METAPROTERENOL SULFATE

موارد مصرف متاپروترنول در درمان‌علامتي آسم نايژه‌اي اسپاسم نايژه‌اي‌برگشت‌پذير كه همراه با التهاب نايژه‌هامي‌باشد و نيز آمفيزم ريوي برونشيكتازي و ساير بيماري‌هاي ريوي‌انسدادي مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو از طريق تحريك‌گيرنده‌هاي بتا ـ دو آدرنرژيك در ريه‌ها،موجب شل‌شدن عضله صاف نايژه و درنتيجه كاهش اسپاسم نايژه افزايش‌ظرفيت حياتي كاهش حجم ذخيره تنفسي و كاهش مقاومت راههاي تنفسي مي‌شود.متاپروترنول همچنين آزادشدن هيستامين‌ناشي از تحريك آنتي‌ژن را مهار مي‌كند.
فارماكوكينتيك حدود 40 درصد مقدارمصرفي به‌صورت خوراكي از دستگاه‌گوارش جذب مي‌گردد. شروع اثر داروبه‌دنبال تجويز خوراكي حدود يك ساعت وطول اثر دارو بيش از 4 ساعت مي‌باشد.متابوليسم دارو كبدي است
موارد منع مصرف اين دارو در افراد مبتلابه آريتمي قلبي و يا با تاكيكاردي نارسايي‌احتقاني قلب بيماري عروق كرونر، زيادي‌فشار خون اختلالات تشنجي ديابت پركاري تيروئيد و فئوكروموسيتوم نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در مبتلايان به اختلالات‌تشنجي بايد با احتياط مصرف شود.
2 ـ مصرف مقادير بيش از حد دارو،به‌ويژه در افرادي كه زمينه اختلالات ريتم قلب دارند و يا از ديورتيك وگليكوزيدهاي ديژيتالي استفاده مي‌نمايند،ممكن است موجب كاهش پتاسيم خون‌گردد.
عوارض جانبي احساس ناراحتي يا درد درقفسه سينه احساس سرما و يا تب تشنج اغتشاش شعور، ضربانات سريع قلب سردرد، افزايش فشارخون تهوع واستفراغ اشكال در تنفس ضربانات‌آهسته قلب رعشه اضطراب غيرمعمول عصبانيت بيقراري بزرگ‌شدن غيرطبيعي‌مردمك چشم تاري ديد، سرد و رنگ‌پريدگي پوست ضعف ضربانات نامنظم‌قلب گرفتگي عضلاني تغييرات خلق و خوو نيز احساس طعم ناخوشايند در دهان ازعوارض جانبي مهم دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي چنانچه متاپروترنول بامقادير زياد، قبل و يا در مدت كوتاهي پس‌از بيهوشي با كلروفرم يا هالوتان تجويزگردد، خطر بروز آريتمي شديد بطني را بالامي‌برد. انفلوران ايزوفلوران نيز چنين‌اثري دارند.
تركيبات ضدافسردگي سه‌حلقه‌اي اثرات متاپروترنول را بر روي‌سيستم عروقي تقويت مي‌كنند. تجويزهمزمان مسددهاي گيرنده بتاآدرنرژيك علاوه بر مهار متقابل اثرات درماني دوگروه دارويي موجب ضديت با اثرگشادكنندگي نايژه‌اي متاپروترنول‌مي‌شود. تجويز توام دارو با

محرك‌هايCNS موجب تحريك اضافي CNS و افزايش‌اثرات جانبي اين داروها مي‌گردد. استفاده‌همزمان از گليكوزيدهاي قلبي و لوودوپانيز خطر آريتمي قلبي را افزايش مي‌دهد.متاپروترنول اثرات ضدآنژين نيترات‌ها راكم مي‌كند. تجويز توام ريتودرين و سايرمقلدهاي سمپاتيك بااين دارو، اثرات‌درماني و عوارض جانبي هر دو گروه رازياد مي‌كند. هورمونهاي تيروئيدي نيز اثرداخلي متقابل با متاپروترنول دارند. اثرات‌گزانتين‌ها در صورت مصرف همزمان بااين دارو، بر CNSتشديد شده و آثار سمي‌اضافي بروز مي‌نمايد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در صورت بروزاشكال در تنفس و تداوم يا بدترشدن آن فور? به‌پزشك مراجعه شود.
2 ـ در صورت نياز به‌استفاده همزمان ازآئروسل‌هاي كورتيكوستروئيدي و يااپيراتروپيوم بهتر است متاپروترنول مدتي‌قبل از داروي ديگر استفاده شود.
3 ـ دارو باعث ايجاد طعم ناخوشايندي دردهان مي‌شود.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان براي گشادكردن نايژه‌ها،
20 ميلي‌گرم 4ـ3 بار در روز تجويزمي‌شود.
كودكان سنين 9ـ6 سال و يا در كودكاني‌باوزن كمتر از 27 كيلوگرم 10 ميلي‌گرم4ـ3 بار در روز و در كودكان 9 سال به‌بالابا وزن 27 كيلوگرم و بيشتر، مشابه افرادبالغ تجويز مي‌شود.
تزريقي
بزرگسالان و كودكان بالاي سن 6 سال ابتدا 0/5 ميلي‌گرم به‌صورت داخل‌عضلاني تزريق مي‌شود و در صورت نياز،پس از نيم ساعت اين مقدار تكرار
مي‌شود.
كودكان در كودكان باسن كمتر از 6 سال 0/25 ميلي‌گرم به‌صورت داخل عضلاني‌تزريق مي‌گردد.
اشكال دارويي
Tablet: 20 mg
Injection: 0.5 mg/ml

PEDIATRIC GRIPE

موارد مصرف اين تركيب به‌منظور كاهش‌احتقان بيني و شيپور استاش ناشي ازسرماخوردگي التهاب سينوس‌ها وعفونتهاي شديد دستگاه تنفسي فوقاني درمان علامتي رينيت آلرژيك فصلي ورينيت وازوموتور و كاهش التهاب گوش‌مياني ناشي از سروز يا تغييرات فشار هوابكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: فنيل‌پروپانول‌آمين وفنيل‌افرين از تركيبات مقلد سمپاتيك بوده‌كه با اثر بر گيرنده‌هاي آلفا مخاط دستگاه‌تنفس موجب انقباض عضله صاف و درنتيجه كاهش تورم مخاط، كاهش پرخوني خيز و احتقان بيني مي‌شوند. كلرفنيرآمين‌نيز با جلوگيري از اثرات هيستامين از بروزعلائم آلرژيك جلوگيري مي‌كند.
موارد منع مصرف در مبتلايان به‌گلوكوم‌با زاويه باريك احتباس ادرار، قرحه‌گوارشي زيادي فشارخون بيماريهاي‌شديد شريان كرونر و آسم شديد نبايدمصرف شود.
هشدارها: مصرف اين دارو در بيماران‌تحت درمان با داروهاي مهاركننده آنزيم‌مونوآمين اكسيداز (MAO) ممكن است‌موجب تشديد اثرات سمپاتيك تحريك‌سيستم عصبي مركزي و ايجاد تشنج ياكلاپس قلبي ـ عروقي شود.
عوارض جانبي بيقراري لرزش رنگ‌پريدگي اشكال در تنفس بيخوابي تهوع تشنج آريتمي كلاپس قلبي ـ عروقي همراه‌با كمي فشارخون تسكين بيش از حد،سرگيجه خشكي دهان تهوع استفراغ وتاري‌ديد، سردرد و بيقراري از عوارض‌جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌فرآورده با داروهاي ضدافسردگي سه‌حلقه‌اي و ساير داروهاي تضعيف‌كننده‌CNS، موجب تشديد اثرات اين داروهامي‌گردد. داروهاي مهاركننده مونوآمين‌اكسيداز (MAO) و مهاركننده‌هاي گيرنده‌بتا ـ آدرنرژيك نيز اثرات تركيبات مقلدسمپاتيك موجود در اين فرآورده راافزايش مي‌دهند.
مقدار مصرف
در كودكان سنين 12ـ6 ماه 2 ميلي‌ليتر،كودكان سنين 6ـ1 سال 4 ميلي‌ليتر و دركودكان 12ـ6 سال 8 ميلي‌ليتر، حداكثر4ـ3 بار در روز، مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Syrup: (Chlorpheniramine Maleate 0.5mg + Phenylephrine HCl 1.25 mg +Phenylpropanolamine HCl 5 mg)/5ml

PSEUDOEPHEDRINE HCl

موارد مصرف پسودوافدرين يك تركيب‌ضد احتقان است كه در درمان احتقان بيني‌يا سينوس‌ها، مجراي شيپور استاش التهاب حاد شيپور استاس التهاب سروزي‌گوش مياني رينيت وازوموتور و اختلال‌عملكرد گوش مياني بدليل تغييرات فشارجو، استفاده مي‌شود.
مكانيسم اثر: پسودوافدرين با تاثير برگيرنده‌هاي آلفا آدرنرژيك در مخاطدستگاه تنفسي موجب تنگ شدن عروق وكاهش تورم مخاط بيني مي‌گردد و درحقيقت مجاري تنفسي بيني بازترمي‌شوند. دارو مي‌تواند موجب افزايش‌تخليه ترشحات سينوس‌ها و باز شدن‌شيپور استاش مسدود شده گردد.
فارماكوكينتيك پسودوافدرين به‌طورناقص در كبد متابوليزه شده و شروع اثرآن پس از 30 ـ 15 دقيقه مي‌باشد كه طي
60 ـ 30 دقيقه به حداكثر مي‌رسد. طول اثردارو حدود 4 ـ 3 ساعت مي‌باشد. دفع دارواز طريق كليه‌ها صورت گرفته و در حدود75 ـ 55 درصد مقدار مصرفي به‌صورت‌تغيير نيافته دفع مي‌شود. سرعت دفع درادرار اسيدي افزايش مي‌يابد.
هشدارها: 1 ـ در مواردي چون بيماريهاي‌قلبي ـ عروقي از جمله بيماريهاي ايسكميك‌قلبي يا بيماري‌هاي حاد شريان كرونر،زيادي فشار خون ديابت گلوكوم پركاري‌تيروئيد و بزرگ شدن پروستات بايد بااحتياط فراوان تجويز شود.
2 ـ از آنجا كه اغلب سالمندان به بزرگي‌پروستات مبتلا هستند، لذا مقدار مصرف‌دارو در اين افراد بايستي تنظيم
گردد.
3 ـ پسودوافدرين را نبايد همزمان باتركيبات مهاركننده مونوآمين‌اكسيداز(MAO) تجويز نمود و در صورت نياز،حداقل 2 هفته پس از قطع اين تركيبات بايدتجويز گردد.
عوارض جانبي تشنج ايجاد توهم ضربان‌نامنظم قلب بروز اشكال تنفسي آشفتگي بيقراري و اشكال در به خواب رفتن ازعوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌تركيبات مسدد گيرنده بتا آدرنرژيك
با پسودوافدرين موجب مهار اثرات‌درماني دو گروه دارويي مي‌گردد.
انسداد گيرنده بتا ممكن است موجب‌افزايش فعاليت ناخواسته گيرنده آلفا و در نتيجه خطر بروز زيادي فشار خون براديكاردي بيش از حد و احتمالا وقفه
قلبي گردد. مهاركننده‌هاي آنزيم‌مونوآمين‌اكسيداز (MAO)نيز چنانچه

توام با پسودوافدرين تجويز شوند،
موجب تقويت و تشديد آثار تحريك قلبي
و اثر تنگ كننده عروقي پسودافدرين‌مي‌گردند. در نتيجه احتمال بروز
سردرد، آريتمي قلبي استفراغ و
زيادي فشار خون حاد يا ناگهاني وجوددارد.
نكات قابل توصيه 1 ـ براي جلوگيري ازبيخوابي دارو با فاصله چند ساعت
قبل ازخواب مصرف شود.
2 ـ در صورت وجود تب يا عدم بهبودبيماري طي 7 روز پس از مصرف
به‌پزشك مراجعه گردد.
مقدار مصرف
بزرگسالان به منظور رفع احتقان بيني 60 ميلي‌گرم هر 6 ـ 4 ساعت يكبار
تجويز مي‌شود. حداكثر ميزان مصرف240mg/day است
كودكان در كودكان 6 ـ 2 سال 15ميلي‌گرم هر 6 ـ 4 و در كودكان 12 ـ 6
سال 30 ميلي‌گرم هر 6 ـ 4 ساعت مصرف‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Liquid: 30 mg / 5 ml
Tablet: 30 mg

SALBUTAMOL

موارد مصرف سالبوتامول براي درمان‌آسم و ساير حالات همراه با انسدادبرگشت‌پذير راههاي تنفسي و همچنين‌براي جلوگيري از زايمان زودرس مصرف‌مي‌شود.
فارماكوكينتيك متابوليسم دارو كبدي است‌و از طريق كليه‌ها و مدفوع دفع مي‌شود. ازراه خوراكي اثر دارو پس از 30ـ 15 دقيقه‌شروع مي‌شود و طي 3ـ2 ساعت به‌حداكثرمي‌رسد. مدت اثر آن 8 ساعت يا بيشتراست از راه استنشاقي بتدريج ازبرونش‌ها جذب و بخشي از داروي بلعيده‌شده نيز از دستگاه گوارش جذب مي‌گردد.غلظت سيستميك دارو پس از استنشاق آن‌كم مي‌باشد. اثر دارو پس از 15 ـ 5 دقيقه‌شروع مي‌شود و 1/5ـ1 ساعت پس از دواستنشاق به‌حداكثر مي‌رسد. مدت اثر دارو6ـ3 ساعت است
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود بيماريهاي‌قلبي ـ عروقي شامل آريتمي قلبي عدم‌كفايت ميوكارد و عروق كرونر، افزايش‌فشارخون بيماري ايسكمي قلبي طولاني‌شدن فاصله QT ، پركاري تيروئيد و
ديابت بايد با احتياط فراوان تجويز
شود.
2 ـ درمان با محركهاي گيرنده‌بتادوآدرنرژيك ممكن است باعث كاهش‌شديد پتاسيم سرم شود. اين اثر درصورت مصرف همزمان تئوفيلين ومشتقات آن كورتيكوستروئيدها،داروهاي مدر و بوسيله هيپوكسي ممكن‌است تشديد شود.
3 ـ مصرف خوراكي يا تزريقي دارومي‌تواند انقباضات رحم را مهار نمايد.
4 ـ مصرف همزمان دارو با مسددهاي‌بتاآدرنرژيك كدئين گليكوزيدهاي‌ديژيتال مهاركننده‌هاي منوآمين اكسيداز(MAO) و ضدافسردگيهاي سه حلقه‌اي بايدبا احتياط صورت گيرد.
عوارض جانبي لرزش خفيف (معمولا دردستها)، فشارعصبي سردرد، گشادي‌عروق محيطي تپش قلب تاكيكاردي بندرت دردهاي عضلاني كاهش پتاسيم‌سرم متعاقب تجويز مقادير زياد،واكنش‌هاي حساسيت مفرط شامل‌اسپاسم نايژه‌اي پارادوكسيمال كهير وآنژيوادم گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي تجويز مقادير زيادسالبوتامول قبل يا اندكي پس از بيهوشي باكلروفرم يا هالوتان ممكن است خطرآريتمي شديد بطني را بويژه نزد اشخاص‌باسابقه بيماري قلبي افزايش دهد. مصرف‌همزمان داروهاي ضدافسردگي سه‌حلقه‌اي و يا مهاركننده‌هاي مونوآمين‌اكسيداز (MAO) (شامل فورازوليدون وپروكاربازين با سالبوتامول ممكن

استباعث تشديد اثر دارو بر سيستم عروقي‌شود. مصرف همزمان اين دارو باگليكوزيدهاي ديژيتال ممكن است خطرآريتمي قلبي را افزايش دهد. مصرف‌همزمان سالبوتامول با كوكائين علاوه براثر افزاينده تحريك CNS، ممكن است اثرات‌جانبي عروقي هريك را نيز افزايش دهد.مصرف همزمان بامسددهاي بتا ممكن‌است بااثر گشادكنندگي برونش‌سالبوتامول مقابله نمايد.
نكات قابل توصيه 1 ـ از تماس آئروسل‌هاي‌استنشاقي با چشم‌ها بايد اجتناب كرد.
2 ـ بيشتر از دو استنشاق در يك زمان‌بافواصل 2ـ1 دقيقه‌اي مصرف نشود.
3 ـ قرص‌ها را بايد به‌طور كامل بلعيد و ازله‌كردن شكستن و يا جويدن آنهاخودداري نمود.
4 ـ در صورتيكه پس از مصرف دارواشكال در تنفس باقي مانده يا بدتر شد،بلافاصله به‌پزشك اطلاع داده شود.
5 ـ در صورت بروز خشكي لب و گلو، پس‌از هربار مصرف دارو دهان با آب شسته‌شود.
6 ـ در صورت ضرورت مصرف همزمان‌يك آئروسل استنشاقي كورتيكوستروئيدبا اين دارو، بهتر است آئروسل‌سالبوتامول 5 دقيقه زودتر مصرف شود.
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان مقدار 4 ميلي‌گرم از دارو(افراد مسن و بيماران حساس در ابتدا 2ميلي‌گرم 4ـ3 بار در روز تجويز مي‌شود.حداكثر مقدار مصرف دارو در يك نوبت 8ميلي‌گرم مي‌باشد.
كودكان تا سن دو سالگي 100mcg/kgچهاربار در روز، 6ـ2 سالگي 2ـ1 ميلي‌گرم4ـ3 بار در روز و 12ـ6 سالگي 2 ميلي‌گرم4ـ3 بار در روز تجويز مي‌شود.
تزريقي زير جلدي يا داخل عضلاني ـ 500ميكروگرم از دارو تجويز مي‌شود كه درصورت لزوم هر 4 ساعت يكبار قابل تكراراست
تزريق آهسته وريدي ـ 250 ميكروگرم ازدارو تجويز مي‌شود كه در صورت لزوم‌قابل تكرار است
انفوزيون داخلي وريدي ـ در ابتدا
5 mcg/min تجويز مي‌گردد كه برحسب‌پاسخ بيمار و ضربان قلب قابل تنظيم است‌و معمولا در محدوده 20 mcg/min‌ـ3 و يادر صورت لزوم بيشتر مي‌باشد.
استنشاقي

بزرگسالان 200ـ100 میکروگرم (2ـ1پاف تا حداکثر 4ـ3 بار در روز براي علايم‌پايدار تجويز مي‌گردد. براي پيشگيري‌اسپاسم نايژه‌اي ناشي از ورزش مقدار200 میکروگرم (دو پاف مصرف مي‌شود.
کودکان 100 میکروگرم (يك پاف که درصورت لزوم تا 200 میکروگرم (دو پاف قابل افزايش است براي پيشگيري اسپاسم‌نايژه‌اي ناشي از ورزش مقدار 100میکروگرم (يك پاف تجويز مي‌شود.
اشکال دارويي
Aerosol: 100 mcg/dose
Injection: 0.5 mg/ml
Syrup: 2 mg/5ml
Tablet: 2 mg

TERBUTALINE SULFATE

موارد مصرف تربوتالين براي درمان آسمو ساير حالات توام با انسداد برگشت‌پذيرراههاي تنفسي و همچنين براي پيشگيري‌از زايمان زودرس بكار مي‌رود.
فارماكوكينتيك متابوليسم دارو كبدي استو توسط كليه‌ها از بدن دفع مي‌شود. حدود70ـ30 درصد از يك مقدار مصرف‌خوراكي جذب مي‌شود. ميزان جذب توسطغذا كاهش مي‌يابد. اثر تربوتالين پس از 2ـ1ساعت شروع و طي 3ـ2 ساعت به‌حداكثرمي‌رسد و مدت اثر آن 8ـ4 ساعت است ازراه استنشاقي اثر دارو پس از 30ـ 5 دقيقه‌شروع و طي 2ـ1 ساعت به‌حداكثر مي‌رسدو مدت اثر آن 6ـ3 ساعت مي‌باشد. از راه‌تزريقي اثر دارو پس از 15 دقيقه شروع وطي 60ـ30 دقيقه به‌حداكثر مي‌رسد و مدت‌اثر آن 4ـ 1/5 ساعت است تربوتالين ازطريق زيرجلدي بخوبي جذب مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت وجود بيماريهاي‌قلبي ـ عروقي شامل آريتمي قلبي عدم‌كفايت ميوكارد و عروق كرونر، افزايش‌فشارخون ديابت پركاري تيروئيد،كتواسيدوز، فئوكروموسيتوم حملات‌صرع (يا سابقه آن و حساسيت به‌داروهاي مقلد سمپاتيك اين دارو بااحتياط مصرف شود.
2 ـ درمان با محركهاي گيرنده بتادوآدرنرژيك ممكن است باعث كاهش شديدپتاسيم سرم شود. اين اثر در نتيجه‌مصرف همزمان با تئوفيلين كورتيكوستروئيدها، داروهاي مدر وبوسيله هيپوكسي ممكن است تشديد شود.
عوارض جانبي لرزش خفيف (معمولا دردستها)، فشارعصبي سردرد، گشادي‌عروق محيطي تپش قلب تاكيكاردي بندرت دردهاي عضلاني كاهش پتاسيم‌سرم متعاقب تجويز مقادير زياد،واكنش‌هاي حساسيت بيش از حد شامل‌اسپاسم برونشيال پارادوكسيمال كهير وآنژيوادم از عوارض جانبي دارو هستند.
تداخل‌هاي دارويي تجويز مقادير زيادتربوتالين قبل يا اندكي پس از بيهوشي باكلروفرم يا هالوتان ممكن است خطرآريتمي شديد بطني را بويژه نزد اشخاص‌با سابقه بيماري قلبي افزايش دهد. مصرف‌همزمان داروهاي ضدافسردگي سه‌حلقه‌اي يا مهاركننده‌هاي مونوآمين‌اكسيداز (MAO) با سالبوتامول ممكن است‌باعث تشديد اثر دارو بر سيستم عروقي‌شود. مصرف همزمان با گليكوزيدهاي‌ديژيتال ممكن است خطر آريتمي قلبي راافزايش دهد. مصرف همزمان با مسددهاي‌گيرنده بتا ممكن است با اثر گشادكنندگي‌برونش دارو مقابله نمايد.

مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان 2/5 ميلي‌گرم از دارو سه باردر روز، به‌مدت 2ـ1 هفته تا حداكثر 5ميلي‌گرم سه بار در روز، تجويز مي‌شود.
كودكان تاسن هفت سالگي مقدار75mcg/kg سه بار در روز و براي كودكان15ـ7 سال 2/5 ميلي‌گرم 3ـ2 بار در روزتجويز مي‌گردد.
تزريقي
بزرگسالان مقدار 500 ـ250 ميكروگرم‌تاحداكثر چهاربار در روز بصورت‌زيرجلدي داخل عضلاني يا آهسته وريدي‌تزريق مي‌شود. بعلاوه مقدار
5 mcg/min ـ 1/5 از محلول 5mcg/ml ـ 3دارو به‌مدت 10ـ8 ساعت بصورت مداوم‌انفوزيون مي‌گردد.
كودكان مقدار 10 mcg/kg تا حداكثر 300ميكروگرم براي كودكان 15ـ2 سال تجويزمي‌گردد. در صورت لزوم انفوزيون‌مداوم مقدار دارو بايد كاهش يابد.
اشكال دارويي
Injection: 500 mcg/ml
Tablet: 5mg

موارد مصرف تئوفيلين براي درمان انسدادبرگشت‌پذير راههاي تنفسي و آسم حادمصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: تئوفيلين از طريق
افزايش cAMP داخل سلولي به‌طور مستقيم‌سبب شل‌شدن عضلات صاف راههاي‌تنفسي نايژه‌اي و عروق ريوي شده وموجب كاهش اسپاسم نايژه و افزايش‌سرعت جريان هوا و ظرفيت حياتي‌مي‌شود.
فارماكوكينتيك معمولا از راه خوراكي‌بخوبي جذب مي‌شود، اما جذب برحسب‌شكل دارويي مورداستفاده ممكن است‌متغير باشد. جذب قرص‌هايي كه در روده‌باز مي‌شوند با تاخير بوده و احتمالا متغيراست تئوفيلين بسرعت در بافتهاي بدن ومايع مغزي ـ نخاعي توزيع مي‌شود وبراحتي از جفت عبور مي‌كند. پيوندپروتئيني تئوفيلين متوسط (40 درصد)بوده و به آلبومين متصل مي‌شود.متابوليسم دارو كبدي است و به كافئين‌تبديل مي‌شود. ميانگين نيمه عمر حذف‌تئوفيلين در كودكان 3/4 ساعت بزرگسالان 8/2 ساعت و افراد مسن 9/8ساعت مي‌باشد. زمان لازم براي رسيدن به‌اوج غلظت سرمي دارو بامصرف قرص‌معمولي 2ـ1 ساعت و بامصرف قرصهاي‌پيوسته رهش تقريب? 4 ساعت مي‌باشد. دراغلب افراد غلظت پلاسمايي 20 mg/Lـ10براي كسب اثر رضايت‌بخش گشادكننده‌نايژه‌اي لازم است عوارض جانبي درغلظتهاي بالاتر از mg/L 40ـ30 بروزمي‌كند ليكن ممكن است بامقادير كمتر از20 mg/L نيز مشاهده شود.
هشدارها: در صورت وجود خيز حادريوي ناتواني احتقاني قلب تب پايدار،بيماريهاي كبدي زخم معده پركاري‌تيروئيد يا سپسيس و اختلالات صرعي‌بايد با احتياط تجويز شود.
عوارض جانبي تاكيكاردي تپش قلب تهوع اختلالات دستگاه گوارش سردرد،فراموشي آريتمي و تشنجات بويژه درصورت تزريق سريع داخل وريدي ممكن‌است مشاهده شود.
تداخل‌هاي دارويي تجويز همزمان‌سايمتيدين سيپروفلوكساسين اريترومايسين داروهاي ضدبارداري‌خوراكي پروپرانولول و تيابندازول باتئوفيلين احتمالا باعث افزايش غلظت آن‌مي‌شود. تجويز همزمان فني‌توئين كاربامازپين باربيتوراتها و ريفامپيسين باتئوفيلين و كشيدن سيگار يا تنباكو، احتمالاباعث كاهش غلظت آن بواسطه تحريك‌متابوليسم مي‌شود. تجويز همزمان‌مسددهاي گيرنده بتاآدرنرژيك ممكن‌است اثرات گشادكنندگي نايژه‌اي تئوفيلين‌را مهار كند. مصرف همزمان تئوفيلين

باكتامين ممكن است آستانه حملات صرع راكاهش دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ دوره درمان كامل وهيچ يك از نوبتهاي مصرف دارو فراموش‌نگردد.
2 ـ از جويدن و خردكردن اشكال دارويي‌پيوسته رهش خودداري شود.
3 ـ دارو بامعده خالي و يك ليوان آب‌مصرف شود تاجذب آن سريعتر انجام‌گيرد. در صورت بروز تحريك گوارشي دارو با غذا يا بلافاصله پس از آن مصرف‌شود.
4 ـ تئوفيلين از جفت عبور مي‌كند، لذا درصورت مصرف طي سه ماهه سوم‌بارداري سطح خوني آن بايد مكرر?اندازه‌گيري شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان در ابتدا درمان بامقدار300 mg/day از دارو شروع مي‌شود و درصورت تحمل بيمار، پس از سه روز به400 mg/day قابل افزايش است افزايش‌مجدد مقدار دارو در صورت تحمل بيمارپس از سه روز ديگر به 600 mg/day، بدون‌اينكه به‌اندازه‌گيري غلظت پلاسمايي نيازباشد، امكانپذير است مقدار مصرف‌روزانه معمولا در 4ـ3 مقدار منقسم هر 8 ـ6ساعت تجويز مي‌شود.
كودكان براي كودكاني كه وزن بدنشان‌كمتر از 45 كيلوگرم مي‌باشد، مقدار
12ـ14mg/kg، تا حداكثر 300mg/day، درمقادير منقسم تجويز مي‌شود. در صورت‌تحمل بيمار، مقدار دارو را مي‌توان پس ازسه روز به 16mg/kg، تاحداكثر400mg/day، افزايش داد. افزايش مجددمقدار دارو، مشروط به‌تحمل بيمار، پس ازسه روز ديگر به 20 mg/kg تا حداكثر600mg/day، در 6ـ4 مقدار منقسم (هر 6ـ4ساعت ، ممكن مي‌باشد.
در صورت تجويز طولاني مدت مقدار600mg/day يا بيشتر از دارو به‌كودكان يابزرگسالان سنجش غلظت سرمي‌تئوفيلين و ارزيابي پاسخ بيمار به‌آن براي‌دستيابي به‌غلظت مناسب درماني وبه‌حداقل رسانيدن عوارض سمي داروتوصيه مي‌شود.
اشكال دارويي
Retard Tablet: 200 mg
Tablet: 200 mg

موارد مصرف تئوفيلين جي براي جلوگيري‌يا تخفيف بروز علايم آسم نايژه‌اي واسپاسم برگشت‌پذير نايژه همراه بابرونشيت مزمن و آمفيزم ريوي بكارمي‌رود.
مكانيسم اثر: تئوفيلين از طريق افزايشcAMP داخل سلولي به‌طور مستقيم سبب‌شل‌شدن عضلات صاف راههاي تنفسي وعروق ريوي شده و موجب كاهش اسپاسم‌نايژه و افزايش سرعت جريان هوا و ظرفيت‌حياتي مي‌شود. به‌نظر مي‌رسد كه اثرخلط‌آوري گايافنزين بواسطه افزايش حجم‌و كاهش چسبندگي ترشحات تراشه وبرونش‌ها اعمال مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ مقدار مصرف تئوفيلين را بايدبراي هر فرد بطور جداگانه تنظيم نمود وغلظت سرمي دارو، بويژه در درمان‌طولاني مدت پيگيري شود.
2 ـ بيماران سالخورده نوزادان يا بيماران‌مبتلا به‌نارسايي احتقاني قلب انسدادمزمن ريوي بيماريهاي قلبي ـ ريوي عفونتهاي ويروسي و تب‌زاي تنفسي ياعيب كار كبد، ممكن است به‌دليل كاهش‌كليرانس تئوفيلين به‌مقادير كمتري از دارونياز داشته باشند.
3 ـ بيماران سيگاري بدليل احتمال افزايش‌متابوليسم تئوفيلين ممكن است به‌مقاديربيشتري از دارو نياز داشته باشند.
عوارض جانبي تاكيكاردي تپش قلب تهوع اختلالات گوارشي سردرد، بي‌خوابي آريتمي و تشنج با مصرف تئوفيلين‌گزارش شده است
نكات قابل توصيه 1 ـ دارو بايد با معده‌خالي همراه با يك ليوان آب مصرف گرددتا جذب آن تسريع شود.
2 ـ در صورت بروز تحريك گوارشي دارو همراه باغذا يا بلافاصله پس از آن‌مصرف شود.
3 ـ طي درمان بااين دارو، از مصرف‌مقادير زياد فرآورده‌ها يا نوشابه‌هاي‌حاوي گزانتين اجتناب گردد و در صورت‌بروز نشانه‌هاي آنفلونزا، تب يا اسهال‌بلافاصله به‌پزشك اطلاع داده شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان بعنوان گشادكننده نايژه دردرمان حمله حاد براي بيماراني كه اخير?فرآورده‌هاي حاوي تئوفيلين مصرف‌نكرده‌اند، مقدار حمله‌اي 6mg/kgـ 5 مصرف‌مي‌شود. در درمان طولاني مدت ابتدا8mg/kgـ6 (تا حداكثر 400 ميلي‌گرم در4ـ3 مقدار منقسم (هر 8ـ6 ساعت مصرف‌مي‌شود. در صورت تحمل دارو، مقدارمصرف ممكن است هر 3ـ2 روز بميزان 25درصد (تا حداكثر 13mg/kg يا900mg/day، هر كدام كه

كمتر باشد)افزايش يابد.
كودكان بعنوان گشادكننده نايژه
براي درمان حمله حاد كودكان تا
سن 16 سالگي كه اخير؟ فرآورده‌هاي‌حاوي تئوفيلين مصرف نكرده‌اند،
مقدارحمله‌اي 6mg/kg ـ 5 مصرف مي‌شود. مقدارنگهدارنده براساس سن
كودكان بميزان0/07ـ3mg/kg هر 6ـ8 ساعت مصرف‌مي‌شود.
اشكال دارويي
+ Syrup: (Theophylline 50 mg
Guaifenesine 90 mg)/5ml

موارد مصرف اين فرآورده در پيشگيري ازدفع ازت يا درمان تعادل منفي آن (درمواردي كه تغذيه از راه خوراكي مقدورنباشد، در اختلال جذب معدي ـ روده‌اي‌پروتئين و در موارد نياز شديد به‌پروتئين و از راه ورید مركزي همراه با دكستروزهيپرتونيك در بيماران مبتلا به فقر غذايي‌شديد يا در موارد نياز دراز مدت به تغذيه‌تزريقي به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اسيدهاي آمينه توليد
پروتئين مورد نياز براي تشكيل اجزاي‌ساختماني بدن را افزايش ميزان تجزيه‌پروتئين را كاهش و التيام زخم را نيزتسريع مي‌كنند.
موارد منع مصرف اين فرآورده در بيماران‌مبتلا به نارسايي شديد كليوي امراض‌شديد كبدي آنسفالوپاتي يا اغماي كبدي وزيادي آمونياك خون نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ كاربرد اين فرآورده درصورت وجود عيب كار كبد ممكن است‌سبب برهم خوردن تعادل اسيدهاي آمينه آلكالوز متابوليك ازتمي پيش كليوي زيادي آمونياك خون بيحسي و اغماءگردد.
2 ـ انفوزيون خيلي سريع مخلوط اسيدآمينه ـ كربوهيدرات ممكن است موجب‌بروز زيادي قندخون وجود گلوكز درادرار و سندرم هيپراسمولار گردد.
3 ـ در صورتي كه مقدار BUN از حدطبيعي بعد از مصرف غذا بيشتر شد، بايدانفوزيون را قطع نمود.
4 ـ در بيماران مبتلا به نارسايي قلب ازتحميل باراضافي برگردش خون بايدخودداري نمود.
عوارض جانبي فلبيت و ترومبوز ممكن‌است در محل تزريق يا در طول رگ پيش‌آيد. تهوع تب و برافروختگي پوست وبندرت سرگيجه عرق مفرط، بثورات‌پاپولار، اسيدوز و آلكالوزمتابوليك كمي‌فسفات و كلسيم خون پوكي استخوان وجود گلوكز در ادرار، ديورز اسموتيك ازدست رفتن آب بدن زيادي حجم خون كمي واجهشي قندخون كمي يا زيادي‌ويتامين‌ها و زيادي آمونياك خون و عدم‌تعادل الكتروليت بامصرف اين فرآورده‌گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان اين‌فرآورده با تتراسيكلين باعث كاهش اثرآمينواسيد مي‌شود. اين دارو را نبايد بطورهمزمان و همراه با خون انفوزيون نمود.
نكات قابل توصيه 1 ـ بمنظور تزريق دروريد محيطي محلول آمينواسيد را بايدبامحلول رقيق دكستروز (5 يا 10 درصد)مخلوط نمود و همراه

امولسيون چربي‌بكار برد.
مقدار مصرف به‌منظور حفظ پروتئين1/7 g/kg/day ـ1 همراه با الكتروليت‌ها ازراه ورید محيطي تزريق مي‌گردد. درصورت نياز به تزريق در ورید مركزي معمولا نيم ليتر از محلول آمينواسيد و نيم‌ليتر محلول تزريقي دكستروز 50 درصد باالكتروليت‌ها و ويتامين‌ها در مدت 8 ساعت‌تجويز مي‌شود. سرعت انفوزيون وريدي‌حدود 2 ml/min مي‌باشد.
اشكال دارويي
10%5%Infusion
g--Acetic acid 5.297
gAcetyltyrosine 0.43--
g6.58 gAlanine 15
gAminoacetic acid 3.95--
g4.60 gArginine 12
gAsparagine 1.86--
gAspartic acid 0.65--
0.36gCysteine--
gGlutamic acid 2.30--
g--Glycine 14
g2.60 gHistidine 3.0
5.0g2.55 gIsoleucine
g4.45 gLeucine 7.4
g3.50 gLysine 6.6
g1.90 gMethionine 4.3
gOrnithine 1.60--
g2.55 gPhenylalanine 5.1
g4.45 gProline 15
gSerine 1.20--
g2.05 gThreonine 4.4
g--Total nitrogen 16.4
g0.90 gTryptophane 2.0
gTyrosine 0.30--
g2.40 gValine 6.2
(1000ml1000mlWater(Q.S. to

ARGININE HCl

موارد مصرف آرژينين بصورت تزريق‌وريدي براي تحريك آزادسازي هورمون‌رشد از هيپوفيز و همچنين بعنوان كمك‌تشخيصي در مواردي نظير كم كاري‌هيپوفيز، عمل برداشتن هيپوفيز، كوتولگي‌بامنشاء هيپوفيزي و آكرومگالي مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: انفوزيون وريدي اين داروا‌غلب موجب افزايش بارز سطح پلاسمايي‌هورمون رشد در افرادي مي‌شود كه‌عملكرد هيپوفيز آنها طبيعي است
موارد منع مصرف اين دارو در بيماراني كه‌احتمال بروز واكنش‌هاي آلرژيك در آنان‌زياد است نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ آرژينين يك داروي‌تشخيصي است و نبايد براي مقاصددرماني بكار رود.
2 ـ احتمال بروز تحريك و برافروختگي‌موضعي تهوع يا استفراغ با انفوزيون‌سريع وريدي دارو وجود دارد.
3 ـ در بيماران مبتلا به‌اختلالات‌الكتروليتي مصرف دارو بايد بااحتياط‌صورت گيرد.
4 ـ تجويز مقادير ناكافي يا طولاني‌كردن‌دوره انفوزيون ممكن است باعث كاهش‌تحريك هيپوفيز و بي‌اعتبارشدن آزمون‌گردد.
عوارض جانبي تهوع سردرد، استفراغ برافروختگي بيحسي و تحريك موضعي‌وريدي و بندرت كاهش پلاكت‌هاي خون وواكنشهاي آلرژيك با مصرف اين داروگزارش شده است
نكات قابل توصيه 1 ـ هنگام انفوزيون اين‌دارو، يك داروي ضد هيستاميني مناسب‌بايد در دسترس باشد.
2 ـ آزمون بايد صبح و پس از خواب طبيعي‌شبانه انجام شود و در هنگام آزمون بيمارباید ناشتا باشد.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار 300 ميلي‌ليتر از محلول10 درصد تزريق وريدي مي‌شود.
كودكان مقدار 5 ml/kg از محلول 10درصد تزريق وريدي مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection

BETACAROTENE

موارد مصرف بتاكاروتن بمنظور كاهش‌شدت واكنش‌هاي حساسيت به نور دربيماران مبتلا به پروتوپورفيري‌اريتروپويتيك مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: بتاكاروتن يك كاروتنوئيد وپيش ساز ويتامين A است
عوارض جانبي شل شدن مدفوع و زردرنگ‌شدن پوست از عوارض جانبي دارو است
نكات قابل توصيه 1 ـ دارو ترجيح? بايدهمراه باغذا مصرف شود.
2 ـ معمولا 6ـ2 هفته درمان با بتاكاروتن‌لازم است تا حداكثر زماني كه بيمارمي‌تواند در معرض نور خورشيد قرارگيرد، مشخص گردد.
مقدار مصرف
در بزرگسالان 300mg/day ـ 30 و دركودكان 30ـ150mg/day در يك نوبت يا درمقادير منقسم براساس شدت بيماري‌مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Capsule: 30 mg

CALCIUMPANTOTHENATE

موارد مصرف كلسيم پانتوتنات براي‌پيشگيري و درمان كمبود اين ويتامين بكارمي‌رود.
مكانيسم اثر: اسيد پانتوتنيك پيش‌سازكوآنزيم A است و براي اعمال متابوليك‌مختلف مانند متابوليسم كربوهيدراتها،پروتئين‌ها و چربي‌ها ضروري است اين‌ويتامين در ساخت استروئيدها،پورفيرين‌ها، استيل كولين و ساير مواداستفاده مي‌شود.
فارماكوكينتيك ويتامين‌هاي گروه Bبسهولت از مجراي گوارش جذب مي‌شوند(حتي در سندرمهاي سؤجذب . اسيدپانتوتنيك عمدت? بصورت كوآنزيم دربافتهاي بدن توزيع مي‌شود. بيشترين غلظت‌در كبد، غدد فوق كليوي قلب و كليه‌ها يافت‌مي‌شود. اسيد پانتوتنيك متابوليزه‌نمي‌شود. اين دارو بميزان 70 درصدبه‌صورت تغيير نيافته از طريق ادرار و
30 درصد از طريق مدفوع دفع مي‌شود.
نكات قابل توصيه از آنجا كه كمبودويتامين‌هاي B به‌تنهايي شايع نيست معمولا تركيبي از اين ويتامينها مورداستفاده قرار مي‌گيرد.
مقدار مصرف بر اساس نياز بيمار تا100 mg/day مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 100 mg

CALCIUM SUPPLEMENTS

موارد مصرف كلسيم تزريقي براي درمان‌كمي كلسيم خون در بيماريهائي كه نيازبه‌افزايش سريع غلظت يون كلسيم در سرم‌دارند، مانند تتاني ناشي از كمي كلسيم‌خون در نوزادان تتاني ناشي از كمبودهورمون پاراتيروئيد، تتاني ناشي از كمي‌كلسيم خون به‌علت نيش حشرات يا‌واكنش‌هاي حساسيتي نشانه‌هاي حاددردهاي كوليك ناشي از مسموميت باسرب كمبود ويتامين Dو آلكالوز، بمنظورتنظيم الكتروليت در احياي قلبي بويژه پس‌از عمل جراحي قلب باز، بمنظور تقويت‌قدرت انقباضي ميوكارد پس از خاتمه‌فيبريلاسيون دهليزي و بطني يا زماني كه‌پاسخ كافي به اپي‌نفرين تزريقي وجودندارد، بمنظور كاهش يا برطرف نمودن‌اثرات مضعف قلبي ناشي از زيادي پتاسيم‌خون و همچنين بعنوان پادزهر در درمان‌مسموميت با منيزيم مصرف مي‌شود.فرآورده‌هاي خوراكي حاوي كلسيم‌بمنظور جبران كمي كلسيم در بيماريهايي‌مانند كم كاري مزمن پاراتيروئيد، نرمي‌استخوان راشي‌تيسم و كمي ثانويه كلسيم‌خون پس از مصرف داروهاي ضدتشنج‌مصرف مي‌شوند. اگر كمي مزمن كلسيم‌خون ناشي از كمبود ويتامين D باشد،املاح كلسيم خوراكي ممكن است همزمان‌با مشتقات ويتامين Dمصرف شوند. املاح‌خوراكي كلسيم بعنوان مكمل غذائي درافرادي كه مقادير كافي كلسيم دريافت‌نمي‌كنند و همچنين بعنوان داروي كمكي‌براي پيشگيري و درمان پوكي استخوان‌مصرف مي‌شوند.
مكانيسم اثر: كلسيم براي عملكرد صحيح‌دستگاه عصبي عضلاني و اسكلتي‌ضروري است كلسيم در عملكرد طبيعي‌قلب كليه تنفس انعقاد خون و نفوذپذيري‌مويرگها و غشاء سلولي نقش مهمي را ايفامي‌كند. كلسيم همچنين به‌تنظيم آزادسازي وذخيره ناقلهاي عصبي و هورمونها، برداشت‌و اتصال اسيدهاي آمينه جذب ويتامين B12و ترشح گاسترين كمك مي‌كند.
فارماكوكينتيك تقريب? 30 ـ 20 درصدكلسيم در روده كوچك جذب مي‌شود. كه‌اين امر به‌حضور متابوليتهاي ويتامين D، pHروده و فاكتورهاي رژيم غذائي مانندپيوند كلسيم به فيتاتها و فيبرها بستگي‌دارد. جذب كلسيم در صورت وجود كمبودكلسيم يا در بيماراني كه رژيم‌غذايي باكلسيم كم دريافت مي‌كنند، افزايش يافته ودر بيماران مبتلا به‌فقدان يا كمبود اسيدمعده كاهش مي‌يابد. پيوند كلسيم به‌پروتئين پلاسما تقريب? 45 درصد است 20درصد كلسيم از راه كليه و 80 درصد آن ازراه مدفوع دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف فرآورده‌هاي حاوي‌كلسيم در زيادي اوليه يا ثانويه

كلسيم‌خون افزايش كلسيم ادرار، سنگهاي‌كلسيمي در كليه ساركوئيدوز ومسموميت با ديژيتال نبايد مصرف شود.
هشدارها: فرآورده‌هاي حاوي كلسيم درموارد دهيدراسيون يا عدم تعادل سايرالكتروليتها، سابقه سنگهاي كليوي عيب‌مزمن كار كليه عيب كار قلب وفيبريلاسيون بطني در طول احياي قلب بااحتياط مصرف شوند.
عوارض جانبي اختلالات خفيف گوارشي‌بامصرف خوراكي و براديكاردي آريتمي‌و تحريك پس از تزريق وريدي از عوارض‌جانبي مهم املاح كلسيم مي‌باشند. كاهش‌فشارخون برافروختگي يا احساس گرما،ضربان نامنظم قلب تهوع يا استفراغ قرمزي پوست درد يا سوزش در محل‌تزريق تعريق گزگز و كاهش فشارخون باتزريق املاح كلسيم گزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان سايرفرآورده‌هاي حاوي كلسيم با اين داروهاممكن است سبب افزايش غلظت كلسيم سرم بويژه در بيماران مبتلا به‌عيب كار كليه شود.مصرف همزمان املاح تزريقي كلسيم باديگوگسين ممكن است خطر بروز آريتمي‌قلبي را افزايش دهد. املاح تزريقي كلسيم‌ممكن است اثرات سولفات منيزيم تزريقي راختثي نمايند. همچنين در صورت مخلوطنمودن ملح كلسيم با سولفات منيزيم امكان‌رسوب سولفات كلسيم وجود دارد. فراهمي‌زيستي فني توئين و كلسيم بعلت تشكيل‌تشكيل احتمالي يك كمپلكس غيرقابل جذب‌كاهش مي‌يابد. جذب تتراسيكلين‌هاي‌خوراكي بعلت تشكيل كمپلكس‌هاي غيرقابل‌جذب و افزايش pHداخل معده ممكن است‌كاهش يابد.
نكات قابل توصيه 1 ـ قرصها بايد 1/5ـ1ساعت پس از غذا مصرف شوند.
2 ـ در صورت امكان از مصرف اين داروهاطي 2ـ1 ساعت پس از مصرف سايرداروهاي خوراكي بايد خودداري شود.
3 ـ از مصرف همزمان ساير فرآورده‌هاي‌حاوي كلسيم فسفات منيزيم يا ويتامين Dبايد خودداري شود.
4 ـ از مصرف همزمان فرآورده‌هاي‌خوراكي اين داروها با موادغذايي حاوي‌فيبر و غلات بايد خودداري شود.
5 ـ بمنظور تامين نياز روزانه به كلسيم رژيم‌غذايي مناسب بر مصرف فرآورده‌هاي‌حاوي كلسيم ترجيح داده شود.
6 ـ در صورت نياز، مصرف ويتامين Dبميزان كافي و قرارگرفتن در معرض نورخورشيد بمنظور افزايش جذب كلسيم‌توصيه مي‌شود.
7 ـ بمنظور جلوگيري از افزايش غلظت‌كلسيم در خون و ايست قلبي دارو بايد به‌آهستگي تزريق وريدي شود.
8 ـ بروز عوارض جانبي اغلب بعلت تزريق‌سريع وريدي است با ظهور اختلالات دردالكتروكارديوگرام و اظهار ناراحتي ازسوي بيمار، تزريق دارو بايد بطور موقت‌قطع شود و پس از طبيعي شدن امواج ورفع ناراحتي

بيمار، ادامه يابد.
مقدار مصرف
مقدار مصرف مجاز كلسيم در روزبه‌ترتيب زير مي‌باشد:
شيرخواران و كودكان باسن كمتر از 3سال 800ـ400 ميلي‌گرم كودكان بين10ـ4 سال 800 ميلي‌گرم نوجوانان وبزرگسالان 1200ـ800 ميلي‌گرم زنان‌باردار و شيرده 1200 ميلي‌گرم
خوراكي
براي پيشگيري از كمي كلسيم خون از راه‌خوراكي مقادير فوق مورد استفاده قرارمي‌گيرد. بعنوان درمان كمي كلسيم خون مقدار مصرف براساس شدت كمبودكلسيم در هر بيمار توسط پزشك بايدتعيين شود.
تزريقي
براي پيشگيري از كمي كلسيم خون مقدارمصرف براساس نياز بيمار تعيين وانفوزيون وريدي مي‌شود. در درمان كمي‌كلسيم خون و تامين الكتروليت حدود 1گرم گلوكونات كلسيم بطور آهسته وباسرعت حداكثر تا 5 ميلي‌ليتر در دقيقه‌تزريق وريدي مي‌شود و در صورت نياز،تا زماني كه تتاني كنترل شود، مصرف آن‌را مي‌توان تكرار نمود.
بعنوان پائين‌آورنده پتاسيم يا منيزيم‌خون مقدار 2ـ1 گرم بطور آهسته و باسرعت حداكثر تا 5 ميلي‌ليتر در دقيقه‌تزريق وريدي مي‌شود. در طول درمان مقدار مصرف دارو بايد براساس پيگيري‌منظم وضعيت بيمار توسطالكتروكارديوگرام تنظيم شود.
اشكال دارويي
+Effervescent Tablet: 1500 mg Ca2
Injection: 10%
Tablet: Calcium 500 mg + Vit D 200 IU

DEXTROSE

موارد مصرف محلولهاي 5 و 10 درصددكستروز از طريق انفوزيون وريدي محيطيبراي تامين كالري در مواردي كه درمانجانشيني مايع و كالري لازم است مصرفمي‌شوند. محلولهاي 20 درصد دكستروز درمواردي كه تامين كالري كافي در حداقلحجم آب ضروري باشد، مصرف مي‌شود.محلولهاي 50 درصد دكستروز در درمانكمي قند خون ناشي از مصرف مقدار زيادانسولين مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: محلولهاي تزريقي دكستروزبعنوان منبع كالري و مايعات مصرفمي‌شوند (هر گرم گلوكز مونوهيدرات 3/4كالري انرژي آزاد مي‌كند). دكستروزتزريقي ممكن است ديورز ايجاد كند. اين‌ماده براحتي متابوليزه مي‌شود و ممكن‌است از دست رفتن پروتئين و نيتروژن راكاهش داده و تشكيل گليكوژن را تسريع‌نمايد.
فارماكوكينتيك گلوگز تزريقي براحتيمتابوليزه مي‌شود و در اثر اكسيداسيون‌به‌آب و دي‌اكسيدكربن تبديل مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ محلولهاي دكستروز درصورت وجود ديابت بدون علايم باليني ياآشكار يا عدم تحمل كربوهيدراتها وهمچنين در نوزادان مادران مبتلا به ديابت بايد با احتياط مصرف شوند.
2 ـ محلولهاي هيپرتونيك دكستروز ممكن‌است در صورت مصرف از راه انفوزيون‌وريدي محيطي موجب بروز ترومبوزشوند. بنابراين اين محلولها بايد از طريق‌كاتتر به‌آهستگي در وريدهاي مركزي‌تزريق شوند.
عوارض جانبي واكنش‌هاي تب‌زا، عفونت‌در محل تزريق نكروز بافتي ترومبوزوريدي يا فلبيت اغتشاش شعور يا عدم‌هوشياري و تحريك وريد با مصرف اين‌دارو گزارش شده است
نكات قابل توصيه 1 ـ وضعيت بيمار از نظرتعادل مايع و غلظت الكتروليتها و تعادل‌اسيد و باز بايد پيگيري شود.
2 ـ محلول دكستروز را بايد طوري تزريق‌نمود كه دارو به بافتهاي اطراف رگ نشت‌نكند.
3 ـ محلولهاي غليظ دكستروز را نبايدبصورت عضلاني يا زيرجلدي تزريق نمود.
مقدار مصرف
بزرگسالان بمقدار 25ـ10 گرم از محلول20 درصد در هر نوبت تزريق مي‌شود.حداكثر سرعتي كه مي‌توان دكستروز راانفوزيون نمود، بدون آنكه قند در ادراردیده شود، 0/5 g/kg/hr است
كودكان در كودكان بمنظور كنترل علائم‌حاد كمي قند خون 500 mg/kg

ـ250 ازمحلول 20 درصد تزريق مي‌شود.
اشكال دارويي
Infusion Soultion: 10%, 20%, 50%
Infusion Soultion: 3.33% in NaCl 0.3%Infusion Soultion: 5% in NaCl 0.45%Infusion Soultion: 5% in NaCl 0.9%

موارد مصرف اين تركيب براي افزايش‌مقدار كالري دريافت شده و تامين مايعات‌بدن مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين فرآورده منبع تامين‌كربوهيدرات ـ كالري است و سطح گلوگزخون را بهبود مي‌بخشد. هر ميلي‌ليتر ازالكل 5/6 كالري و هر گرم دكستروز 3/4كالري انرژي توليد مي‌نمايد.
فارماكوكينتيك اتيل الكل باسرعت 20 ml/hr ـ10 متابوليزه مي‌شود. اگرسرعت انفوزيون بيش از سرعت‌متابوليسم باشد، اثر تسكين بخش الكل‌ظاهر مي‌شود. الكل عمدت? در كبد به استات‌يا استالدئيد متابوليزه مي‌شود.
موارد منع مصرف اين تركيب در افراد مبتلابه صرع عفونت مجاري ادرار، الكليسم واغماي ديابتي نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين تركيب در موارد عيب كاركبد، شوك بعد از جراحي جمجمه خونريزي‌بعد از زايمان يا احتمال بروز آن و عيب بارزكار كليه بايد با احتياط مصرف شود.
2 ـ تزريق وريدي اين محلول ممكن است‌منجر به‌افزايش مايعات بدن و در نتيجه‌كاهش غلظت الكتروليتهاي سرم زيادي آب‌بدن حالتهاي احتقاني يا خيز ريوي شود.
3 ـ در صورت بروز مسموميت ناشي ازالكل يا حالت تسكين بايد سرعت انفوزيون‌را كاهش داد يا انفوزيون را بطور موقت‌قطع كرد.
عوارض جانبي تب عفونت در محل تزريق ترومبوز يا فلبيت وريدي نشت محلول به‌بافتهاي اطراف رگ و افزايش حجم خون بامصرف اين محلول گزارش شده است باتزريق سريع به علت مسموميت ناشي ازالكل سرگيجه برافروختگي عدم درك‌زمان مكان و ارتباطهاي فردي يا تسكين‌نيز ممكن است بروز نمايد.
تداخل‌هاي دارويي در صورت مصرف‌همزمان اين فرآورده با باربيتوراتها،بنزوديازپين‌ها، متوكلوپراميد وفنوتيازين‌ها ضعف CNSناشي از اين‌داروها تشديد خواهد شد. اثرات‌فارماكولوژيك انسولين در صورت‌مصرف همزمان با اين فرآورده ممكن‌است افزايش يابد و منجر به‌بروز كمي‌قندخون گردد. سايمتيدين ممكن است‌غلظت پلاسمايي اتانل را افزايش دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ وضعيت بيمار از نظرتعادل مايع و غلظت الكتروليتها و تعادل‌اسيد و باز بايد پيگيري شود.
2 ـ محلول بايد به‌آهستگي تزريق گردد وبيمار بايد از نظر بروز بيقراري

ياخواب‌آلودگي تحت نظر قرار گيرد.
3 ـ هنگام تزريق بايد دقت نمود تا داروبه‌بافتهاي اطراف رگ نشت نكند.
مقدار مصرف
بزرگسالان ميزان 2ـ1 ليتر در 24 ساعت‌تزريق مي‌شود. معمولا بزرگسالان قادر به‌متابوليزه كردن 10 ميلي‌ليتر الكل درساعت مي‌باشند.
كودكان بسته به وزن كودك و پاسخ‌باليني تا 40 ml/kg يا 1000ـ350 ميلي‌ليتردر 24 ساعت تزريق مي‌شود.
اشكال دارويي
(Infusion Soultion: Dextrose 5% andEthanol 5% (1000 ml

FLUORIDE

موارد مصرف فلوئور بعنوان مكمل‌رژيم‌غذايي براي پيشگيري از فساد دندان‌كودكان در نواحي كه ميزان فلوئور آب‌آشاميدني كافي نيست مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: يون فلوئور باعث پايداري‌كريستال‌هاي آپاتيت استخوانها و دندان‌مي‌شود. فلورايد ممكن است مانع رشد ونمو باكتري‌هاي ايجادكننده پلاك دندان‌شود. رسوب فلورايد روي سطح مينايدندان سبب افزايش مقاومت آن در مقابل‌اسيد و گسترش فساد دندان مي‌شود.
فارماكوكينتيك فلورايدها بسهولت و تقريب?بطور كامل از مجراي گوارش جذب‌مي‌شوند. محل ذخيره اين يون دراستخوانها مي‌باشد. اين دارو از طريق كليه‌دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف 1 ـ اين دارو در مناطقي‌كه آب آشاميدني حاوي ميزان كافي‌فلورايد است نبايد مصرف شود.
2 ـ اين دارو در بيماران مبتلا به‌دردمفاصل و قرحه گوارشي و بي‌كفايتي شديدكليه نبايد مصرف شود.
هشدارها: مصرف بيش از حد يون فلوئورطي دوره نمو دندان در كودكان ممكن‌است سبب بروز فلوئورز دندان شود.
عوارض جانبي سفيدشدن دندانها و بندرت‌ايجاد رنگ قهوه‌اي متمايل به زرد رويدندانها گزارش شده است
نكات قابل توصيه در صورت لك‌شدن‌دندانها، مراجعه به‌پزشك يا دندانپزشك‌ضروري است
مقدار مصرف در كودكان براي پيشگيري‌از فساددندان و همچنين بعنوان مكمل‌غذايي در مناطقي كه ميزان فلورايد در آب‌آشاميدني كمتر از ppm 0/7 است برمبناي‌ميزان فلورايد آب آشاميدني و سن كودك‌مقدار 1 mg/day ـ 0/25 مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 1mg, 20mg
Mouthwash: 0.2%

FOLIC ACID

موارد مصرف اسيد فوليك بمنظورپيشگيري و درمان حالات مرضي ناشي ازكمبود اين ويتامين مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اسيد فوليك پس از تبديل‌به‌اسيد تتراهيدروفوليك براي توليدگويچه‌هاي قرمز، سنتز پورين وتيميديلات‌ها، متابوليسم اسيدهاي آمينه ازقبيل گليسين و متيونين و هيستيدين‌ضروري است
فارماكوكينتيك اسيد فوليك حتي در مواردسوء جذب تقريب? بطور كامل از مجراي‌گوارش جذب مي‌شود. متابوليسم اين داروكبدي است زمان لازم براي رسيدن به‌اوج‌غلظت سرمي 60ـ30 دقيقه است دفع اسيدفوليك كليوي است
موارد منع مصرف 1 ـ اين دارو دربيماريهاي بدخيم مگر در مواردي كه‌كم‌خوني مگالوبلاستيك به‌علت كمبود فولات‌عارضه مهمي باشد، نبايد مصرف شود.
2 ـ اين دارو در درمان كم‌خوني پرنيسيوزآديسوني و ساير حالات مرضي ناشي ازكمبود ويتامين B12به‌تنهايي نبايد مصرف‌شود. زيرا ممكن است سبب تحليل رفتن‌تحت حاد طناب نخاعي شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ فقط زماني از راه‌تزريقي مصرف شود كه مصرف خوراكي‌آن بدليل مشكلاتي مانند تهوع استفراغ شرايط پيش از عمل يا بعد از عمل ياسندرمهاي سوء جذب يا پس از برداشت‌قسمتي از معده امكان‌پذير نباشد.
مقدار مصرف
خوراكي
به‌عنوان مكمل غذايي در بزرگسالان وكودكان 0/1 mg/day (تا 1 درباردارى ، مصرف مي‌شود كه اين مقدار رامي‌توان براساس نياز بيمار تا 1ـ0/5ميلي‌گرم افزايش داد. در درمان كمبود اين‌ويتامين ابتدا بعنوان مقدار شروع1mg/dayـ 0/25 تا زمان حصول پاسخ‌هماتولوژيك مصرف مي‌شود. مقدارنگهدارنده در بزرگسالان 0/8)0/4 mg/day ميلي‌گرم درباردارى و شيردهي ، درنوزادان 0/1 mg/day، در كودكان تا سن 4سال تا 0/3 mg/day و در كودكان باسن‌بيش از 4 سال 0/4 mg/day است
تزريقي
بعنوان مكمل غذايي در درمان كمبودويتامين 1 mg/dayـ 0/25 تا حصول پاسخ‌هماتولوژيك بصورت وريدي عضلاني يازيرجلدي عميق تزريق مي‌شود.
اشكال دارويي

Tablet: 1 mg
Injection: 50 mg/10ml

HEMATINIC

موارد مصرف هماتينيك براي درمان وكنترل كم خونيهاي ناشي از كمبود آهن كم‌خوني مگالوبلاستيك كم‌خوني دوران‌بارداري و كم‌خونيهاي ناشي از سؤتغذيه‌مصرف مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ بعضي از بيماران كه به‌كم‌خوني پرنيسيوز مبتلا هستند، ممكن‌است به مصرف ويتامين B12بصورت‌خوراكي پاسخ ندهند.
2 ـ در صورت بروز علائم عدم تحمل دارو،مصرف آن بايد بطور موقت يا دائم قطع‌شود.
3 ـ اسيد فوليك بامقادير بيش از0/1mg/day ممكن است علائم كم‌خوني‌پرنيسيوز را بپوشاند.
نكات قابل توصيه اين دارو بايد همراه باغذايا بعد از آن مصرف شود.
مقدار مصرف روزانه يك كپسول براي‌درمان و كنترل كم‌خوني بدون عواقب مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Capsule: Vit B12 15 mcg + FerrousFumarate 350 mg + Vit C 150 mg +Folic Acid 1 mg

FERROUS SULFATE

موارد مصرف اين دارو در كم‌خوني ناشي‌از فقر آهن مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: آهن يك عنصر اساسي و لازم‌براي ساخت هموگلوبين است آهن بمقدارمناسب براي خونسازي و در نتيجه تامين‌ظرفيت انتقال اكسيژن خون ضروري است اين عنصر در ساخت ميوگلوبين نيز عملي‌مشابه به‌عهده داشته و همچنين به‌عنوان‌كوفاكتور چندين آنزيم اساسي ماننداسيتوكروم نقش دارد. آهن براي متابوليسم‌كاتكول‌آمين و عملكرد صحيح نوتروفيلهانيز ضروري است آهن موجود در غذا يامكملهاي غذايي پس از مصرف خوراكي بشكل آهن دو ظرفيتي از سلولهاي مخاطي‌عبور كرده و به ترانسفرين پيوند مي‌يابد. دراين حالت آهن براي ساخت گلبولهاي قرمز،به مغز استخوان منتقل مي‌شود.
فارماكوكينتيك جذب آهن در صورت تخليه‌ذخاير آن يا افزايش ساخت گلبولهاي قرمزافزايش مي‌يابد. آهن از دوازدهه و ابتداي‌ژژنوم جذب مي‌شود. جذب آهن با شدت فقرآهن متناسب مي‌باشد. جذب آهن دو ظرفيتي‌با معده خالي بيشتر است نيمه‌عمر سولفات‌آهن 6 ساعت مي‌باشد. آهن عمدت? درسلولهاي كبدي و سيستم رتيكولوآندوتليال‌ذخيره مي‌شود. هيچ نوع مكانيسم‌فيزيولوژيك براي دفع آهن وجود ندارد.
موارد منع مصرف سولفات آهن درهموسيدروز، هموكروماتوز و سايركم‌خوني‌ها (مگر اينكه همراه فقر آهن‌باشد)، نبايد مصرف شود.
عوارض جانبي تحريك مجراي گوارش‌بامصرف اين دارو گزارش شده است تهوع و درد اپي‌گاستريك وابسته به مقدارمصرف است مصرف آهن از راه خوراكي‌در بيماران مبتلا به بيماري التهابي روده ممكن است سبب تشديد اسهال شود.مصرف آهن از راه خوراكي ممكن است‌سبب بروز يبوست به ويژه درسالخوردگان شود.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان آهن باتتراسيكلين‌هاي خوراكي ممكن است سبب‌كاهش جذب و اثرات درماني تتراسيكلين‌هاشود.
نكات قابل توصيه 1 ـ دارو بايد با معده‌خالي يك ساعت قبل يا دو ساعت پس ازغذا مصرف شود، اما به‌منظور كاهش‌احتمال بروز دل آشوبه اين دارو رامي‌توان همراه با غذا مصرف نمود.
2 ـ براي جلوگيري از لكه‌دار شدن دندانها وپوشاندن طعم دارو، محلول خوراكي دارو رابايد همراه با آب يا آبميوه و با استفاده از ني‌مصرف نمود. هنگام مصرف قطره خوراكي قطرات دارو بايد بر روي زبان ريخته شوند.
مقدار مصرف
بزرگسالان بمنظور پيشگيري از كم‌خوني‌فقر آهن 300 mg/day و در

درمان‌كم‌خوني فقر آهن 300 ميلي‌گرم دوبار درروز مصرف مي‌شود و سپس برحسب‌نياز و تحمل بيمار، بتدريج تا 300 ميلي‌گرم4 بار در روز افزايش مي‌يابد.
كودكان مقدار 5 mg/kg/day بمنظورپيشگيري از كم‌خوني فقر آهن و مقدار10 mg/kg، سه بار در روز در درمان‌كم‌خوني مصرف مي‌شود.
به‌عنوان مكمل‌غذايي مقدار مصرف توصيه شده عنصرآهن در روز بين 15ـ6 ميلي‌گرم و براي‌زمان بارداري 30 ميلي‌گرم است
اشكال دارويي
Tablet: Eq. to 50 mg Iron
Syrup: 200 mg (41 mg Iron)/5ml
Oral Drops: 125 mg (25 mg Iron)/ml

MULTIVITAMIN

موارد مصرف فرآورده‌هاي مولتي ويتامين‌جهت تامين ويتامين‌ها در بيماراني كه ازتغذيه كافي برخوردار نبوده يا رژيم غذايي‌آنها فاقد موادغذايي ضروري و كافي است‌و همچنين در بيماراني كه نياز به اين موادبطور موقت در آنها افزايش يافته است مانند زنان باردار و در دوران شيردهي مصرف مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ در بيماران دياليزي مصرف‌مقادير بيشتري از ويتامين‌ها و املاح‌معدني ممكن است نياز باشد.
2 ـ بعضي از ويتامينها به‌خصوص‌ويتامين‌هاي A و D و بسياري ازموادمعدني در مقادير زياد سمي هستند.بنابراين مقدار مصرف فرآورده‌هاي‌مولتي ويتامين بايد براساس رژيم‌غذايي ونياز بيمار تنظيم شود.
3 ـ مقدار مصرف ويتامين A، به منظوراجتناب از هيپرويتامينوز، بايد محدود شود.
مقدار مصرف روزي يك قرص يا كپسول
5 ميلي‌ليتر از شربت يا 0/6 ميلي‌ليتر از قطره‌يا طبق دستور پزشك مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Oral DropsSyrupEffervescentCoated Tablet
ml)(/5ml)Tabletor Capsule/)
IU2500 IU3000 IU5000 IUVit A 1500
mg1 mg2 mg1.5 mgVit B1 0.5
IU400 IU--400 IUVit D 400
mg1.2 mg2.5 mg1.7 mgVit B2 0.6
IU15 IU2.5 mg15 IUVit E 5
mg1 mg4 mg2 mgVit B6 0.4
mcgFolic Acid 400------
mcg4.5 mcg2 mcg6 mcgVit B12 1.5
mg13.5 mg20 mg20 mgNicotinamide 8
mg60 mg100 mg60 mgVit C 35
mg--Calcium 8----
Pantothenate
mcg--Biotin 30----

MULTIVITAMIN PLUS IRON

موارد مصرف فرآورده‌هاي مولتي ويتامين‌جهت تامين ويتامين‌ها در بيماراني كه ازتغذيه كافي برخوردار نبوده يا رژيم غذايي‌آنها فاقد موادغذايي ضروري و كافي است‌و همچنين در بيماراني كه نياز به اين موادبطور موقت در آنها افزايش يافته است مانند زنان باردار و در دوران شيردهي مصرف مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ در بيماران دياليزي مصرف‌مقادير بيشتري از ويتامين‌ها و املاح‌معدني ممكن است نياز باشد.
2 ـ بعضي از ويتامينها بخصوص‌ويتامين‌هاي A و D و بسياري از موادمعدني‌در مقادير زياد سمي هستند. بنابراين مقدارمصرف فرآورده‌هاي مولتي‌ويتامين بايد براساس رژيم غذايي و نياز بيمار تنظيم شود.
3 ـ مقدار مصرف ويتامين A، بمنظوراجتناب از هيپرويتامينوز، بايد محدود شود.
مقدار مصرف بر حسب نياز و طبق دستورپزشك مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
SyrupOral Drops
(ml) (/ml/)
IU5000 IUVit A 2500
mg0.5 mgVit B1 1.05
IU400 IUVit D 400
mg0.6 mgVit B2 1.2
IU5 IUVit E 15
mg0.4 mgVit B6 1
mg35 mgVit C 60
(mg10 mgIron (as sulfate 10
mg8 mgNicotinamide 13.5
mcg--Vit B12 4.5

MULTIVITAMIN PLUS MINERAL

موارد مصرف فرآورده‌هاي مولتي ويتامين‌جهت تامين ويتامين‌ها در بيماراني كه
از تغذيه كافي برخوردار نبوده يارژيم‌غذايي آنها فاقد موادغذايي ضروري‌و كافي است و همچنين در بيماراني
كه نياز به‌اين مواد به‌طور موقت در
آنها افزايش يافته است (مانند زنان
باردار و در دوران شيردهي مصرف‌مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ در بيماران ديباليزي مصرف‌مقادير بيشتري از ويتامين‌ها و املاح‌معدني ممكن است نياز باشد.
2 ـ بعضي از ويتامينها به‌خصوص‌ويتامين‌هاي A و D و بسياري از
مواد معدني در مقادير زياد سمي
هستند. بنابراين مقدار مصرف‌فرآورده‌هاي مولتي ويتامين بايد
براساس رژيم غذايي و نياز بيمار تنظيم‌شود.
3 ـ مقدار مصرف ويتامين A، به‌منظوراجتناب از هيپرويتامينوز، بايد محدودشود.
مقدار مصرف روزي يك كپسول يا طبق‌دستور پزشك مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Capsule or Tablet: Vit A 5000 IU + Vit D400 IU + Vit E 30 IU + Vit B1 1.5 mg +Vit B2 1.7+ mg Nicotinamide 20 mg +Vit B6 2mg + Vit B12 6mcg + Vit C 60mg + Folic Acid 0.4 mg + Calcium 125mg + Iodine 150 mcg + Iron 18 mg +Magnesium 100 mg

MULTIVITAMIN THERAPEUTIC

موارد مصرف فرآورده‌هاي مولتي
ويتامين تراپوتيك ممكن است در
بيماران مبتلا به كمبود ويتامينها
مفيد باشند. اين فرآورده‌ها در حالات‌مرضي كه نياز به‌مواد غذايي و
ويتامينها افزايش مي‌يابد، مانند
اعتياد به الكل پركاري تيروئيد،
آسيب يا بيماري شديد يا در مواردي
كه جذب مصرف و دفع ويتامينهاغيرطبيعي است مانند سندرم سؤجذب
مصرف مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ در بيماران دياليزي
مصرف مقادير بيشتري از ويتامين‌ها
و املاح‌معدني ممكن است نياز
باشد.
2 ـ بعضي از ويتامينها بخصوص‌ويتامين‌هاي A و D و بسياري ازموادمعدني
در مقادير زياد سمي
هستند. بنابراين مقدار مصرف‌فرآورده‌هاي مولتي ويتامين بايد
براساس رژيم غذايي و نياز بيمار تنظيم‌شود.
3 ـ مقدار مصرف ويتامين A، به‌منظوراجتناب از هيپرويتامينوز، بايد
محدودشود.
4 ـ فرآورده‌هاي مولتي‌ويتامين تراپوتيك‌نبايد به‌عنوان مكمل غذايي مصرف
شوند.در صورت مصرف اين فرآورده‌ها،مراقبت دقيق از بيمار ضروري
است
مقدار مصرف روزي يك قرص يا يك كپسول يا طبق دستور پزشك
مصرف‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Capsule: Vit A 25000 IU + Vit B1 20mg +Vit B2 5mg + Nicotinamide 50mg + Vit B610mg + Vit B12 5mcg + Vit C 150mg +Biotin 0.25mg + Vit D 1000 IU + Vit E 10mg+ Folic Acid 1mg + Dexpanthenol 10mg +Ca 100mg + Mg 5mg + Mn 0.5mg + Mo0.1mg + Fe 10mg + Zn 0.5mg +Phosphorous 77.5mg + Cu 1mg

NIACINAMIDE

موارد مصرف نياسين‌آميد براي پيشگيري‌و درمان كمبود ويتامين B3 مصرف‌مي‌شود.
فارماكوكينتيك به‌استثناي سندرم سوءجذب در ساير موارد ويتامين‌هاي گروه B،از جمله نياسين‌آميد، بخوبي از مجراي‌گوارش جذب مي‌شوند. متابوليسم اين داروكبدي است و نيمه عمر آن در حدود 45 دقيقه‌مي‌باشد. دفع نياسين آميد كليوي است ومقادير بيش از حد مورد نياز روزانه بدون‌تغيير از طريق ادرار دفع مي‌شود.
عوارض جانبي بامصرف مقادير زياد اين‌دارو، سرگيجه يا از حال رفتن خشكي‌پوست يا چشمها، افزايش قندخون تهوع يااستفراغ قرحه گوارشي خارش پوست درد مفاصل و افزايش اوره خون گزارش‌شده است
نكات قابل توصيه از آنجا كه كمبودويتامين‌هاي گروه B به‌تنهايي شايع نيست به‌طور معمول تركيبي از اين ويتامين‌هاتجويز مي‌شود.
مقدار مصرف به‌عنوان مكمل ويتامين درپيشگيري از كمبود ويتامين مقدار مصرف‌توصيه شده در روز بصورت زير است
شيرخواران و كودكان از بدو تولد تاسن 3سال 9ـ 5 ميلي‌گرم سن 6ـ4 سال 12ميلي‌گرم سن 10ـ7 سال 13 ميلي‌گرم پسران و مردان بالغ 20ـ 15 ميلي‌گرم دختران و زنان بالغ 15ـ13 ميلي‌گرم زنان‌باردار 17 ميلي‌گرم در دوران شيردهي20 ميلي‌گرم در درمان كمبود ويتامين مقدار مصرف براساس شدت كمبود تعيين‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 500 mg

NICOTINIC ACID

موارد مصرف اسيد نيكوتينيك (نياسين براي پيشگيري و درمان كمبود ويتامين B3و همچنين در درمان زيادي چربي خون‌مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك به‌استثناي سندرم سوءجذب در ساير موارد ويتامين‌هاي گروه B،از جمله نياسين به‌خوبي از مجراي‌گوارش جذب مي‌شوند. متابوليسم اين‌دارو كبدي است و نيمه عمر آن حدود 45دقيقه مي‌باشد. اثر دارو در كاهش غلظت‌كلسترول پس از چند روز و در كاهش‌غلظت تري‌گليسريد پس از چند ساعت‌شروع مي‌شود. دفع نياسين كليوي است ومقادير بيش از نياز روزانه بدون تغيير ازطريق ادرار دفع مي‌شود.
هشدارها: اين دارو در موارد خونريزي‌شرياني ديابت بيماري كبدي نقرس وقرحه گوارشي بايد با احتياط مصرف شود.
عوارض جانبي برافروختگي سرگيجه سردرد، تپش قلب خارش تهوع استفراغو بندرت نقص كار كبد و بثورات جلدي‌بامصرف اين دارو گزارش شده است
نكات قابل توصيه 1 ـ از آنجا كه كمبودويتامين‌هاي گروه B به‌تنهايي شايع نيست به‌طور معمول تركيبي از اين ويتامين‌هاتجويز مي‌شود.
2 ـ به‌عنوان پائين آورنده چربي‌خون بمنظور بررسي پيشرفت درمان مراجعه‌منظم به پزشك ضروري است
مقدار مصرف به‌عنوان مكمل ويتامين درپيشگيري از كمبود ويتامين مقدار مصرف‌روزانه به‌صورت زير مي‌باشد:
شيرخواران و كودكان از بدو تولد تاسن 3 سال 9ـ 5 ميلي‌گرم سن 6ـ4 سال 12ميلي‌گرم سن 10ـ7 سال 13 ميلي‌گرم پسران و مردان بالغ 20ـ 15 ميلي‌گرم دختران و زنان بالغ 15ـ13 ميلي‌گرم زنان‌باردار 17 ميلي‌گرم و در دوران شيردهي20 ميلي‌گرم
در درمان كمبود ويتامين مقدار مصرف‌براساس شدت كمبود تعيين مي‌شود.به‌عنوان پائين آورنده چربي خون دربزرگسالان ابتدا 1 گرم 3 بار در روزمصرف مي‌شود كه برحسب نياز هر 4ـ2هفته 500 mg/day بمقدار مصرف اضافه‌مي‌شود. بعنوان نگهدارنده 2ـ1 گرم 3 باردر روز مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 25 mg, 100 mg

ORS

موارد مصرف اين فرآورده براي جبران‌املاح از دست رفته در اسهال‌هاي متوسطو براي پيشگيري از تشديد دهيدرتاسيون‌مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك بخوبي از دستگاه گوارش‌جذب مي‌شود. وجود گلوكز جذب املاح راافزايش مي‌دهد.
عوارض جانبي در صورت مصرف بيش ازاندازه ممكن است در نوزادان كمتر ازيكسال منجربه تشنج گردد. پف‌كردن پلكهاو تشنگي بيش‌ازحد نيز از عوارض جانبي‌دارو هستند.
نكات قابل توصيه 1 ـ ضمن تامين املاح وآب در كودكان مصرف غذاهاي ديگرضروري است
2 ـ محتوي پاكت ORS را در يك‌ليتر آب‌جوشيده سرد شده حل كرده و استفاده‌گردد.
3 ـ براي جلوگيري از استفراغ در نوزادان دارو به آهستگي به آنها خورانده شود.
4 ـ محلول ORS بايد بلافاصله قبل ازمصرف تهيه شود.
مقدار مصرف در شيرخواران حداكثر يك‌ليتر در 24 ساعت و در كودكان بزرگترحداكثر يك ليتر در مدت 24ـ8 ساعت بسته‌به سن بيمار تجويز مي‌شود.
اشكال دارويي
Powder: NaCl 3.5 g + KCl 1.5 g +Trisodium Citrate 2.9 g + Dextrose 20 g

PHOSPHATE

موارد مصرف فسفات براي جبران كمبودفسفر خون مصرف مي‌شود.
اسيدي شدن‌ادرار ناشي از اين دارو، اثر داروهايي كه‌براي بروز اثر ضدباكتري خود به‌محيطاسيدي نياز دارند (مانند متنامين راافزايش مي‌دهد.
اين دارو غلظت كلسيم‌ادرار را كم مي‌كند و مانع رسوب كلسيم درمجاري ادرار مي‌شود.
مكانيسم اثر: در توبول ديستال كليوي هيدروژن ترشح شده در سلول توبول ازطريق تعويض با سديم نمك‌هاي فسفات‌دي‌بازيك را به مونوبازيك تبديل مي‌كند.بنابراين مقدار زيادي از اسيد ترشح‌مي‌شود، بدون آنكه pH ادرار را بمقداري‌پائين آورد كه انتقال هيدروژن را بوسيله‌شيب زياد غلظت بين سلول توبول و مايع‌لومن توبول مهار كند. اين دارو با اسيدي‌كردن ادرار، حلاليت كلسيم را افزايش‌مي‌دهد.
فارماكوكينتيك فسفات از مجراي گوارش‌جذب مي‌شود. اما مقادير زياد كلسيم ياآلومينيوم ممكن است باعث ايجاد فسفات‌نامحلول و در نتيجه كاهش جذب آن شود.فسفات به‌مقدار 90 درصد از كليه و 10درصد از مدفوع دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در بيماران‌مبتلا به زيادي فسفات خون عيب شديدكار كليه و سنگهاي ادراري فسفات منيزيم- آمونيم نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط مصرف شود:
مواردي كه ممكن است با غلظت‌هاي زيادفسفات همراه باشند (مانند كم كاري‌پاراتيروئيد و بيماري مزمن كليه ورابدوميوليز)، حالاتي كه ممكن است باغلظت‌هاي كم كلسيم همراه باشند (مانندكم‌كاري پاراتيروئيد، نرمي استخوان التهاب حاد لوزالمعده بيماري مزمن كليه رابدوميوليز، راشي‌تيسم و حالاتي كه‌ممكن است با غلظت‌هاي زياد پتاسيم همراه‌باشند (مانند بي‌كفايتي شديد غده فوق كليه دهيدراسيون شديد، التهاب لوزالمعده تمرينات فيزيكي بي‌كفايتي كليه رابدوميوليز، آسيب وسيع بافت .
عوارض جانبي احتباس مايع زيادي‌پتاسيم خون زيادي سديم خون زيادي‌فسفات يا كلسيم خون با مصرف اين داروگزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌داروهاي حاوي كلسيم با فسفات‌ها ممكن‌است خطر رسوب كلسيم در بافت نرم راافزايش دهد. مصرف همزمان داروهاي‌ضدالتهاب غير استروئيدي كاپتوپريل سيكلوسپورين مدرهاي نگهدارنده‌پتاسيم انالاپريل هپارين و ساير داروهاي‌حاوي پتاسيم با فسفات پتاسيم ممكن است‌سبب افزايش پتاسيم خون شود.

مصرف‌همزمان اين دارو با ساير فرآورده‌هاي‌حاوي فسفات ممكن است خطر بروززيادي فسفات خون به ويژه در بيماران‌مبتلا به بيماري كليوي را افزايش
دهد.
مقدار مصرف
بزرگسالان بعنوان تامين‌كننده الكتروليت ميزان 10 mmol/day فسفر (310 mg/day)مصرف مي‌شود. در درمان زيادي كلسيم‌خون حداكثر تا 6 قرص (3 گرم فسفر)مصرف مي‌شود.
كودكان 2 mmol/day ـ 1/5 فسفر(62mg/day ـ 46/5) تا حداكثر 3 قرص‌تجويز مي‌شود.
اشكال دارويي
Effervescent. Tablet: NaH2 PO4 1936 mg
NaHCo3 350 mg + KHCO2 315 +
(mg phosphorus 500)

POTASSIUM CHLORIDE

موارد مصرف اين دارو در درمان كمي‌پتاسيم خون همراه يا بدون‌آلكالوزمتابوليك در مسموميت مزمن باديگوكسين و در بيماران مبتلا به فلج‌دوره‌اي همراه كمي پتاسيم خون مصرف‌مي‌شود. مكملهاي پتاسيم بمنظورپيشگيري از بروز كمي پتاسيم خون دربيماراني كه كاهش پتاسيم خون در آنان‌مخاطره‌آميز است و همچنين در بيماران‌مبتلا به سيروز كبدي همراه آسيت زيادي‌آلدوسترون همراه كار طبيعي كليه اسهال استفراغ طولاني و نفروپاتي تخليه‌كننده‌پتاسيم و در كودكان تحت درمان طولاني‌مدت با آدرنوكورتيكوئيدها مصرف‌مي‌شود.
فارماكوكينتيك دفع املاح پتاسيم از كليه 90 درصد) و مدفوع (10 درصد) مي‌باشد.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط مصرف شود:
اسهال طولاني يا شديد اختلال در عملكردمري طولاني‌بودن زمان تخليه معده انسداد روده يا قرحه‌گوارشي فلج دوره‌اي‌خانوادگي انسداد شديد يا كامل قلب وزيادي پتاسيم خون يا حالاتي كه منجر به‌زيادي پتاسيم خون مي‌شود.
2 ـ در بيماران سالخورده خطر بروززيادي پتاسيم خون به علت تغيير درتوانايي كليه اين بيماران در دفع پتاسيم‌وجود دارد.
3 ـ مصرف اين دارو براي تصحيح كمي‌پتاسيم خون بايد با احتياط صورت گيرد تااز زيادي پتاسيم خون همراه با آريتمي‌قلبي اجتناب شود.
4 ـ غلظت‌هاي پلاسمائي بيش از
mEq/L 5/5 بعلت احتمال بروز آريتمي‌خطرناك است
5 ـ پيگيري دقيق وضعيت بيمار، بررسي‌الكتروكارديوگرام و اندازه‌گيري غلظت‌پتاسيم ممكن است ضروري باشد.
6 ـ در صورت بروز اختلال در عملكرد كليه كم ادراري يا افزايش كراتينين سرم ،انفوزيون كلرورپتاسيم بايد فور? قطع شود.
عوارض جانبي اغتشاش شعور، ضربان‌نامنظم يا آهسته قلب بيحسي يا گزگز دردستها، پا يا لب اشكال در تنفس اضطراب خستگي يا ضعف ضعف يا احساس‌سنگيني در پاها با مصرف اين داروگزارش شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌داروهاي مهاركننده آنزيم مبدل‌آنژيوتانسين ضدالتهاب‌هاي‌غيراستروئيدي مسدودكننده‌هاي گيرنده‌بتا ـ آدرنرژيك مدرهاي نگهدارنده پتاسيم‌و هپارين با مكملهاي پتاسيم ممكن است‌سبب افزايش غلظت پتاسيم سرم و درنتيجه ايست قلبي شود.
مصرف همزمان‌داروهاي آنتي‌كولينرژيك با شكل خوراكي‌كلرورپتاسيم

ممکن است شدت ضایعات‌دستگاه گوارش ناشي از مصرف اين داورا افزايش دهد. مصرف همزمان‌کلرورپتاسيم با ديگوکسين در بيماران‌ديژيتاليزه يا در بيماران مبتلا به بلوك‌شديد يا کامل قلب توصيه نمي‌شود.
نکات قابل توصيه 1 ـ دارو بلافاصله پس ازغذا يا همراه با آن مصرف شود.
2 ـ دوره درمان بايد کامل شود، بويژه اگراز داروهاي مدر يا ديگوکسين استفاده‌مي‌شود.
3 ـ در صورت بروز علائم خونريزي‌گوارشي مراجعه فوري به پزشك‌ضروري است
مقدار مصرف
هر گرم کلرور پتاسيم معادل 13/41ميلي‌اکي والان پتاسيم است
خوراکي
بزرگسالان بمنظور پيشگيري يا درمان‌کمي پتاسيم خون 20 ميلي‌اکي‌والان‌پتاسيم (تقريب? معادل 1/5 گرم کلورپتاسيم در 180 ميلي‌ليتر آب سرد، 5 ـ 1 باردر روز يا 20ـ6/7 ميلي‌اکي‌والان پتاسيم معادل 1/5ـ 0/5 گرم کلرور پتاسيم ازقرص پيوسته رهش 3 بار در روز مصرف‌مي‌شود.
تزريقي
بزرگسالان بعنوان جانشين شونده‌الکتروليت يا درمان کمي پتاسيم خون مقدار مصرف و سرعت انفوزيون بايدبرحسب نياز بيمار تعيين گردد (حداکثر تا400mEq/day). پس از انفوزيون اوليه60ـ40 ميلي‌اکي‌والان پاسخ بيمار بايد باسنجش غلظت پتاسيم سرم والکتروکارديوگرام مشخص گردد وسرعت انفوزيون بعدي تعيين شود.
کودکان براي درمان کمي پتاسيم خون تا3 mEq/kg انفوزيون وريدي مي‌شود. درپيشگيري از کمي پتاسيم خون مقدارمصرف براساس نياز هر بيمار تعيين‌مي‌شود.
اشکال دارويي
For Infusion: 20mEq / 10ml, 100mEq /50ml
Sustained Release Tablet: 500 mg

RINGER

موارد مصرف اين فرآورده بعنوان محلول‌ايزوتونيك بصورت انفوزيون وريدي دردرمان جانشيني آب و نمك و در مواردي‌كه پتاسيم بين سلولي كاهش يافته است مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين دارو در بيماران
مبتلا به زيادي سديم خون ناشي از آسيب‌كليوي و قلبي يا 6ـ5 روز پس از عمل‌جراحي يا ضربه شديد، نبايد مصرف‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ توصيه مي‌شود كه‌انفوزيون وريدي اين دارو از طريق يك‌ورید سطحي صورت گيرد. استفاده ازعروق پا ممكن است شيوع عواقب‌ترومبوتيك را افزايش دهد.
2 ـ طي انفوزيون وريدي بيمار بايد بدون‌حركت بماند.
3 ـ رفع علائم كاهش آب بدن بهبود فشارخون بهبود غلظت خون و طبيعي‌شدن‌ميزان ادرار، نشان‌دهنده تصحيح كاهش‌آب بدن است
مقدار مصرف سرعت انفوزيون و ميزان‌آن بايد با توجه به نياز هر بيمار جداگانه‌تعيين شود.
اشكال دارويي
Infusion: (Na+ 147 mEq + Ca2+ 4.5mEq + K+ 4 mEq + Cl- 156 mEq)/L

RINGER LACTATE

موارد مصرف اين فرآورده بمنظور برقرارکردن مجدد تعادل آب و الکترولیت بدن بخصوص قبل و بعد از جراحي مصرف‌مي‌شود.
مکانیسم اثر: رينگر لاکتات يك محلول يوني‌است که حجم خون را افزايش مي‌دهد وتعادل آب و الکترولیت را برقرار مي‌سازد.یون لاکتات موجود در اين فرآورده که‌بسرعت به‌يون بي‌کربنات متابولیزه‌مي‌شود، در تنظيم تعادل اسيد و باز دخالت‌دارد.
موارد منع مصرف اين فرآورده در بيماران‌مبتلا به خيز، آلکالوزمتابوليك اسيدوزناشي از اسيد لاکتيك و افزايش پتاسيم وکلسيم خون نبايد مصرف شود.
مقدار مصرف مقدار مصرف اين فرآورده‌با توجه به شرايط بالیني بيمار و پاسخ‌آزمايشات تنظيم مي‌شود.
اشکال دارويي
Infusion: (Na+ 130 mEq + Ca2+ 3 mEq+ K+ 4 mEq + Cl- 109 mEq + Lactate28 mEq)/L

SACCHARIN SODIUM

موارد مصرف ساخارين بعنوان‌شيرين‌كننده مصرف مي‌شود و قدرت‌شيرين‌كنندگي آن در حدود 300 برابرسوكروز است
فارماكوكينتيك ساخارين بسهولت ازمجراي گوارش جذب مي‌شود و تقريب?بصورت دست نخورده طي 24ـ48 ساعت‌از طريق ادرار دفع مي‌شود.
عوارض جانبي بندرت واكنش‌هاي‌حساسيت مفرط و حساسيت به نوربامصرف ساخارين گزارش شده است
اشكال دارويي
Pellet: 13-16 mg

SODIUM BICARBONATE

موارد مصرف بي‌كربنات سديم براي كنترل‌اسيدوزمتابوليك به‌عنوان داروي كمكي‌در اسهال‌هاي شديد (كه مقدار زيادي‌بي‌كربنات از دست رفته است ، در درمان‌مسموميت با داروها از جمله باربي‌توراتهايا ساليسيلات‌ها و همچنين به‌عنوان‌قليائي‌كننده ادرار براي افزايش حلاليت‌سولفوناميدها و پيشگيري از تشكيل‌كريستال و آسيب احتمالي كليوي مصرف‌مي‌شود.
بي‌كربنات سديم براي كنترل‌زيادي پتاسيم خون در موارد اضطراري‌مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: بي‌كربنات سديم غلظت‌بي‌كربنات پلاسما را افزايش داده زيادي‌يون هيدروژن را بافره مي‌نمايد و pHخون‌را افزايش مي‌دهد و در نتيجه تظاهرات‌باليني اسيدوز را برطرف مي‌كند. به‌عنوان‌قلياي‌كننده ادرار، اين دارو دفع يونهاي‌بي‌كربنات آزاد را افزايش داده و بنابراينpH ادرار را بالا مي‌برد.
فارماكوكينتيك دفع اين دارو كليوي است دي‌اكسيدكربن ايجاد شده ناشي از داروتوسط ريه‌ها دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در آلكالوزمتابوليك يا تنفسي كاهش يون كلرور ناشي‌از استفراغ يا تخليه مداوم دستگاه گوارش وكمي كلسيم خون نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بايدبااحتياط مصرف شود:
بي‌ادراري يا كم‌ادراري حالات مرضي‌احتباس سديم همراه با خيز (مانند سيروزكبدي نارسايي احتقاني قلب عيب كار كليه‌و توكسمي آبستني و زيادي فشارخون
2 ـ از آنجا كه اسيدوز متابوليك باتخليه‌سديم همراه است بهتر است ابتدا باانفوزيون وريدي كلرورسديم ايزوتونيك كاهش سديم خون را جبران نمود، مشروطبراينكه كليه‌ها تحت تاثير قرار نگرفته واسيدوز نيز آنقدر شديد نباشد كه سبب‌بروز عيب كار كليه شود. در چنين‌شرايطي استفاده از محلول ايزوتونيك‌كلرورسديم به‌تنهايي مي‌تواند مؤثر باشدو سبب برقراري مجدد توانايي كليه براي‌ايجاد بي‌كربنات شود.
3 ـ در اسيدوز كليوي يا اسيدوز متابوليك‌شديد (به‌عنوان مثال در حالتي كه pHخون‌كمتر از 7/1 است ، محلول بي‌كربنات سديم‌همراه با كلرورسديم انفوزيون مي‌شود.
4 ـ درمان دراز مدت با بي‌كربنات سديم‌توصيه نمي‌شود، زيرا خطر بروز آلكالوزمتابوليك ياافزايش بيش از حد سديم‌وجود دارد.
5 ـ مصرف مقادير بيش از حد ممكن است‌موجب بروز كمي پتاسيم خون

شود و بيماررا در معرض خطر آريتمي قلبي قرار دهد.
6 ـ تزريق سريع دارو، ممكن است موجب‌بروز آلكالوز شديد و احتمالاتحريك‌پذيري زياد يا تتاني شود.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌بي‌كربنات سديم با متنامين به‌علت قليايي‌شدن ادرار ناشي از بي‌كربنات سديم ممكن‌است اثر بخشي متنامين را با مهار تبديل‌اين دارو به‌فرمالدئيد كاهش دهد.
نكات قابل توصيه 1 ـ از آب مقطر استريل‌براي تزريق محلول تزريقي كلرورسديم يامحلول تزريقي دكستروز 5% مي‌توان براي‌رقيق نمودن محلول بي‌كربنات سديم‌استفاده نمود.
2 ـ محلول بي‌كربنات سديم را مي‌توان ازراه وريدي يا پس از رقيق‌كردن تا حدايزوتونيك (1/5 درصد) از راه زيرجلدي تزريق نمود. غلظت مناسب براي تزريق‌وريدي برحسب نياز و وضعيت باليني‌بيمار، از 1/5 درصد تا 7/5 درصد مي‌باشد.
مقدار مصرف به‌عنوان قليايي‌كننده‌سيستميك در بزرگسالان و كودكان1 mEq/kg تزريق وريدي مي‌شود كه درصورت نياز هر 10 دقيقه 0/5 mEg/kgتزريق مي‌شود. در مواردي كه درمان‌اضطراري اسيدوز متابوليك ضروري‌نباشد، 5 mEq/kg ـ2 طي 8ـ4 ساعت‌انفوزيون وريدي مي‌شود. به‌عنوان‌قليايي‌كننده ادرار، 5 mEq/kg ـ2 طي 8ـ4ساعت تزريق وريدي مي‌شود.
اشكال دارويي
For Infusion: 7.5%

SODIUM CHLORIDE

موارد مصرف محلول ايزوتونيك (0/9درصد كلرورسديم يا محلول نمكي نرمال به‌عنوان جانشين شونده در حالاتي كه با ازدست رفتن كلرور سديم يا آب بدن همراه‌است مصرف مي‌شود. محلول هيپرتونيك‌پنج درصد كلرورسديم در كمي سديم وكلرور خون به‌علت از دست رفتن‌الكتروليت‌ها، رقيق‌شدن مايعات بدن به‌علت‌مصرف بيش از حد آب و همچنين در درمان‌فوري تخليه شديد نمك بدن به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: كلرور سديم نمك اصلي درنگهداري فشار اسموتيك مؤثر پلاسما است
موارد منع مصرف در صورت افزايش طبيعي بودن يا حتي كم شدن جزئي غلظت‌سرمي سديم يا كلرور، محلول پنج درصداين دارو نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در موارد زير، مصرف اين‌دارو بايد بااحتياط صورت گيرد: نارسايي احتقاني قلب بي‌كفايتي شديد كليه‌و خيز همراه با احتباس سديم
2 ـ انفوزيون مقادير بيش از يك ليتر ازمحلول ايزوتونيك ممكن است غلظت سرمي‌سديم و كلرور را بيش از حد طبيعي افزايش‌دهد و منجر به‌بروز زيادي سديم خون شود.همچنين مي‌تواند باعث از دست‌رفتن يونهاي‌بي‌كربنات و در نتيجه بروز اسيدوز گردد.
3 ـ تجويز محلول ايزوتونيك هنگام جراحي‌يا بلافاصله پس از آن ممكن است باعث‌احتباس مقادير بيش از حد سديم شود.
4 ـ تزريق محلولهاي وريدي مي‌تواند سبب‌افزايش بار مايع يا مواد موجود در محلول‌و در نتيجه رقيق‌شدن الكتروليت‌هاي سرم افزايش بيش از حد آب بدن حالات مرضي‌همراه با احتقان ياخيز ريوي شود.
عوارض جانبي تب عفونت در محل تزريق ترومبوز وريدي يا التهاب ورید در محل‌تزريق زيادي سديم يا كلرور خون نشت‌محلول تزريقي به‌بافتهاي اطراف رگ وزيادي حجم خون باتزريق اين داروگزارش شده است
نكات قابل توصيه 1 ـ ارزيابي باليني وانجام آزمونهاي آزمايشگاهي به‌طور منظم‌براي پيگيري تغييرات در تعادل مايع بدن غلظت الكتروليت‌ها و تعادل اسيد ـ بازضروري است
2 ـ محلول انفوزيون پنج درصد بايدبه‌آرامي و بااحتياط تزريق شود تا از بروزخيز ريوي جلوگيري شود.
مقدار مصرف مقدار معمول براي‌بزرگسالان از محلول 0/9 درصد براي‌جبران كمبود الكتروليت‌ها مقدار 1lit/day يابرحسب نياز بيمار، مي‌باشد. براي استفاده‌از محلول پنج درصد، ابتدا مقدار سديم ازدست رفته را بايد محاسبه و پس از آن‌نصف مقدار محاسبه شده را طي 8

ساعت‌تجويز نمود. سرعت تجويز نبايد از100ml/hr تجاوز كند. درمان تا زماني كه‌غلظت سديم سرم به 130 mEq/lit برسد ياعلائم عصبي بهبود يابد، ادامه داده مي‌شود.

اشكال دارويي

For Infusion: 0.45%, 0.9%, 5%

VITAMIN A

موارد مصرف ويتامين A فقط براي‌پيشگيري يا درمان حالات مرضي كمبوداين ويتامين مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: ويتامين A براي عملكردطبيعي شبكيه ضروري است اين ويتامين‌به‌شكل رتينال در شبكيه با اپسين تركيب‌مي‌شود و ردوپسين ايجاد مي‌نمايد كه‌براي تطبيق بينايي در تاريكي موردنيازاست ويتامين A براي رشد استخوان كاربيضه و تخمدان تكامل جنين تنظيم رشد وتمايز بافت پوششي نيز ضروري است
فارماكوكينتيك ويتامين A به‌سهولت ازمجراي‌گوارش سالم جذب مي‌شود. ويتامين‌اضافي و جذب نشده از طريق مدفوع دفع‌مي‌گردد. ويتامين Aبه‌مقدار زياد در كبد وبه‌مقدار ناچيز در كليه و بافت ريه ذخيره‌مي‌شود. اين ويتامين در كبد متابوليزه شده‌و از طريق مدفوع و كليه دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو درهيپرويتامينوز A نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در نارسايي مزمن كليه بايدبااحتياط مصرف شود.
2 ـ اين دارو در كودكان به‌دليل حساسيت‌بيشتر آنها و احتمال بروز مسموميت‌بامصرف مقادير زياد يا طولاني مدت دارو وهمچنين در بزرگسالان به‌دليل احتمال بروزتجمع دارو در بدن بااحتياط مصرف شود.
عوارض جانبي بامصرف بيش از حد اين‌دارو، زبرشدن پوست خشك‌شدن مو،بزرگ شدن كبد و افزايش سرعت‌سديمانتاسيون گلبولهاي قرمز (ESR) وافزايش غلظت كلسيم و آلكالين فسفاتازسرم گزارش شده است مقادير زياد دارويا مصرف طولاني آن ممكن است سبب‌بروز خونريزي لثه خشكي يا زخم دهان ياترك خوردگي و خشكي لبها شود.
نكات قابل توصيه به دليل خطر بروزمسموميت دارو را نبايد بيش از مقدارمصرف توصيه شده مصرف نمود.
مقدار مصرف
خوراكي
به‌منظور پيشگيري از كمبود ويتامين Aمقدار مصرف توصيه شده در روز براي‌ويتامين A، براساس سن و شرايط بيماربه‌صورت زير است
شيرخواران و كودكان از بدو تولد تا سن3 سال 1330ـ1250 واحد رتينول سن 6ـ4سال 1665 واحد، سن 10ـ7 سال 2330واحد، پسران و مردان بالغ 3330 واحد،دختران و زنان بالغ 2665 واحد، زنان‌باردار 2665 واحد، در دوران شيردهي4330ـ4000 واحد. براي درمان كمبودويتامين A، مقدار مصرف توسط پزشك‌براساس شدت كمبود تعيين مي‌شود.
تزريقي

از راه عضلاني در بزرگسالان
50/000 u/day ـ 100/000 u/day واحد 50/000 u/day وسپس به‌مدت 3 روز به‌مدت 2 هفته‌تزريق مي‌شود.
در کودکان تا سن يکسال 5000ـ10/000u/day به‌مدت 10 روز
(7500ـu/day 15000 به‌مدت 10 روز براي‌حالات کمبود شديد ويتامين و در کودکان8ـ1 سال 5000ـu/day 15/000 به‌مدت 10روز (u/day 17500ـ35000 به‌مدت 10 روزبراي حالات کمبود شديد ويتامين تزريق‌مي‌شود. در کودکان بزرگتر از 8 سال مقدارمصرف مانند بزرگسالان است
اشکال دارويي
Tablet: 25000 U, 50000 U
Oral Drops: 50000 U/ml
Injection: 50000 U/ml
Ophthalmic Ointment: 250 u/g

(VITAMIN A + D (Oral

موارد مصرف اين فرآورده به‌عنوان مكمل‌ويتاميني در رژيم غذايي شيرخواران‌باسن كمتر از چهارسال مصرف مي‌شود.
مقدار مصرف مقدار 1 ml/day يا طبق‌دستور پزشك مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Oral Drop: (Vit. A 1500 IU/ml + Vit.D400 IU)/ml

VITAMIN B COMPLEX

موارد مصرف اين فرآورده براي پيشگيريو درمان كمبود ويتامين‌هاي گروه Bمصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اين فرآورده حاويويتامينهاي محلول در آب است كه تقريب? هريك به‌عنوان كوآنزيم اساسي درمتابوليسم پروتئين كربوهيدرات يااسيدچرب عمل مي‌نمايند.
هشدارها: 1 ـ تزريق مكرر فرآورده‌هايحاوي ويتامين B1 بندرت ممكن است منجربه‌بروز شوك آنافيلاكتيك شود.
2 ـ مقدار مصرف اين دارو به مقداروينامين‌هاي گروه B موجود در رژيم غذايي وضعيت بيمار و اينكه فرآورده جهت درمان‌يا پيشگيري بكار مي‌رود، بستگي دارد.
عوارض جانبي در بعضي موارد، حساسيت‌غيرطبيعي به‌فشار يا لمس و سفتي‌عضلاني در محل تزريق (پس از تزريق‌عضلاني ، برافروختگي عمومي بثورات‌جلدي و خارش با مصرف اين فرآورده‌گزارش شده است
نكات قابل توصيه 1 ـ رعايت رژيم غذايي‌مناسب بمنظور پيشگيري از بروز مجددبيماري پس از كاهش مقدار مصرف يا قطع‌درمان ضروري است
مقدار مصرف
خوراكي
بزرگسالان بمنظور پيشگيري 3ـ1 قرص يا15ـ 5 ميلي‌ليتر شربت در روز و براي درمان3ـ2 قرص در روز مصرف مي‌شود.
كودكان به‌عنوان پيشگيري 10ـ 5 ميلي‌ليتراز شربت و براي درمان 3ـ1 قرص در روزو در شيرخواران 5 ميلي‌ليتر شربت درروز مصرف مي‌شود.
تزريقي
بزرگسالان 2 ميلي‌ليتر از محلول تزريق
عضلاني يا وريدي (ترجيح? عضلاني مي‌شود.
اشكال دارويي
InjectionSyrupTablet
mg/2ml)(mg/5ml)or Capsules)
1055VitB1
422VitB2
422VitB6
402020Nicotinamide
Dexpanthenol--63

(VITAMIN B1 (THIAMINE HCl

موارد مصرف تيامين براي پيشگيري ودرمان كمبود اين ويتامين مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: تيامين باآدنوزين تري‌فسفات (ATP تركيب شده و تيامين پيروفسفات راكه يك آنزيم ضروري براي متابوليسم‌كربوهيدراتها است ايجاد مي‌كند.
فارماكوكينتيك به‌استثناي سندرم سؤجذب در ساير موارد، ويتامين‌هاي گروه Bبه‌راحتي از مجراي گوارش جذب‌مي‌شوند. متابوليسم اين ويتامين كبدي ودفع آن كليوي است (تقريب? به‌طور كامل‌به‌صورت متابوليت . مقادير بيش از حدموردنياز روزانه بدون تغيير از طريق‌ادرار دفع مي‌شود.
نكات قابل توصيه از آنجا كه كمبودويتامين‌هاي گروه B به‌تنهايي شايع نيست به‌طور معمول تركيبي از اين ويتامينهاتجويز مي‌شود.
مقدار مصرف به‌عنوان مكمل ويتامين
در پيشگيري از كمبود ويتامين مقدارمصرف توصيه شده در روز، به‌صورت‌زير است
شيرخواران و كودكان از بدو تولد تا سن3 سال 0/3 ميلي‌گرم سن 6ـ4 سال 0/9ميلي‌گرم سن 10ـ7 سال 1 ميلي‌گرم پسران و مردان بالغ 1/5ـ1/2 ميلي‌گرم دختران و زنان بالغ 1/1ـ1 ميلي‌گرم زنان‌باردار 1/5 ميلي‌گرم در دوران شيردهي1/6 ميلي‌گرم
در درمان كمبود ويتامين مقدار25mg/day ـ 10 و در موارد شديد كمبودتيامين 300mg/day ـ 200 مصرف‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Tablet: 100 mg, 300 mg

(VITAMIN B12 (CYANOCOBALAMIN

موارد مصرف ويتامين B12 در درمان‌كم‌خوني پرنيسيوز ناشي از فقدان يا مهارفاكتور داخلي مصرف مي‌شود. اين دارودر پيشگيري و كمبود ويتامين B12و براي‌پيشگيري از بروز كمبود آن پس ازبرداشت تمامي معده و قسمت زيادي ازايلئوم مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: ويتامين B12 به‌صورت‌كوآنزيم در اعمال متابوليك مختلفي مانندمتابوليسم كربوهيدراتها و چربيها و ساخت‌پروتئين دخالت مي‌كند و عمدت? به‌دليل تاثيردر متابوليسم متيونين اسيد فوليك ومالونيك براي رشد و تكثير سلولي خونسازي و ساخت نوكلئوپروتئين و ميلين‌ضروري است
فارماكوكينتيك پيوند اين ويتامين‌به‌پروتئين خاصي به‌نام ترانس كوبالامين‌زياد است 90 درصد دارو در كبد ذخيره‌مي‌شود. متابوليسم آن كبدي و نيمه عمرآن تقريب? 6 روز (400 روز در كبد) است زمان لازم براي رسيدن به‌اوج غلظت‌پلاسمايي از راه تزريق عضلاني 60 دقيقه‌است ويتامين B12 از طريق صفرا دفع‌مي‌شود. مقادير بيش از حد مورد نيازروزانه بدون تغيير از طريق ادرار دفع‌مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در بيماري لبر(Leber) نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ پيش از شروع درمان باويتامين B12، تشخيص كمبود آن بايد بابررسي‌هاي آزمايشگاهي تائيد شود.تجويز اين ويتامين ممكن است كمبود اسيدفوليك را پنهان سازد.
2 ـ ويتامين B12 را نبايد از راه وريدي‌تزريق كرد. هر چند كه مقادير كمي از آن درمحلولهاي تهيه شده براي كساني كه فقط ازراه تزريقي تغذيه مي‌كنند، وجود دارد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در كم‌خوني‌پرنيسيوز يا متعاقب برداشت تمامي معده‌و برداشت قسمت وسيعي از ايلئوم مصرف دارو براي تمام دوره زندگي بايدادامه يابد.
2 ـ از آنجا كه كمبود ويتامين‌هاي گروه Bبه‌تنهايي شايع نيست به‌طور معمول‌تركيبي از اين ويتامينها تجويز مي‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان براي درمان كمبود ويتامين‌مقدار مصرف 0/1mg/day به‌مدت است 7ـ6 روز مقدار مصرف نگهدارنده اين‌ويتامين در بزرگسالان 0/2ـ0/1 ميلي‌گرم‌هرماه يك بار است كه از راه عضلاني‌تزريق مي‌شود.
كودكان براي درمان كمبود ويتامين مقدارشروع 0/05 0/03ـmg/day است كه به‌مدت‌دو يا چند هفته تزريق عميق زير جلدي ياعضلاني مي‌گردد.
مقدار مصرف‌نگهدارنده اين ويتامين 0/1 ميلي‌گرم‌هرماه يك بار است كه

تزريق عميق‌زيرجلدي يا عضلاني مي‌شود.
اشكال دارويي
Injection: 100 mcg/ml

(VITAMIN B6 (PYRIDOXINE HCl

موارد مصرف پيريدوكسين در پيشگيري ودرمان كمبود اين ويتامين مصرف‌مي‌شود. مقادير زياد پيريدوكسين دردرمان بعضي از اختلالات متابوليك ازقبيل زيادي اكسالات ادرار مصرف‌مي‌شود. اين دارو همچنين ممكن است دركم‌خوني سيدروبلاستيك نيز مصرف‌مي‌شود. پيريدوكسين براي پايان دادن‌به‌حملات تشنجي و جلوگيري از نوروپاتي‌ناشي از مسموميت با ايزونيازيد مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: پيريدوكسين در گويچه‌هاي‌قرمز خون به‌فسفات پيريدوكسال تبديل‌مي‌شود كه به‌عنوان يك كوآنزيم در اعمال‌متابوليك گوناگون مؤثر برمصرف‌پروتئين كربوهيدرات و چربي عمل‌مي‌كند. پيريدوكسين در تبديل تريپتوفان‌به‌نياسين يا سروتونين تجزيه گليكوژن تبديل اكسالات به‌گليسين سنتزگاماآمينوبوتيريك اسيد در سيستم‌اعصاب مركزي نيز دخالت دارد.
فارماكوكينتيك ويتامين‌هاي گروه B،به‌راحتي از مجراي گوارش جذب‌مي‌شوند. پيريدوكسين عمدت? از ژژونوم‌جذب مي‌شود. فسفات پيريدوكسال به‌طوركامل به‌پروتئين‌هاي پلاسما پيوند مي‌يابد،در حاليكه پيريدوكسين به‌پروتئين‌هاي‌پلاسما پيوند نمي‌شود. پيريدوكسين‌به‌طور عمده در كبد ذخيره مي‌شود.متابوليسم اين ويتامين كبدي است و نيمه‌عمر آن 20ـ 15 روز است اين دارو تقريب?به‌طور كامل به‌صورت متابوليت از طريق‌كليه دفع مي‌شود.
عوارض جانبي بامصرف مقادير بيش از200 mg/day به‌مدت بيش از 30 روز، ايجادسندرم وابستگي به‌ويتامين B6گزارش‌شده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌ويتامين B6 با لوودوپا توصيه نمي‌شود،زيرا اثر ضدپاركينسون لوودوپا، حتي‌بامصرف خوراكي 5 ميلي‌گرم ويتامين B6معكوس مي‌شود.
نكات قابل توصيه از آنجا كه كمبودويتامين‌هاي گروه B به‌تنهايي شايع نيست به‌طور معمول تركيبي از اين ويتامينهاتجويز مي‌شود.
مقدار مصرف
خوراكي
به‌عنوان مكمل ويتامين در پيشگيري ازكمبود ويتامين مقدار مصرف توصيه شده‌در روز به‌صورت زير است
شيرخواران و كودكان از بدو تولد تا سن
3 سال 1ـ0/3 ميلي‌گرم سن 6ـ4 سال 1/1ميلي‌گرم سن 10ـ7 سال 1/4 ميلي‌گرم پسران و مردان بالغ 2ـ1/7 ميلي‌گرم دختران و زنان بالغ 15ـ13 ميلي‌گرم زنان‌باردار 2/2 ميلي‌گرم در دوران شيردهي2/1 ميلي‌گرم

در درمان کمبود ویتامین مقدار
مصرف براساس شدت کمبود تعیین‌مي‌شود.
تزریقي
براي پیشگیري و درمان کمبود ویتامینB6، به‌عنوان بخشي از تغذیه تام وریدي مقدار مصرف برحسب نیاز بیمار تعیین‌مي‌شود. در درمان سندرم وابستگي‌به‌پیرویدکسین در بزرگسالان ابتدا600 mg/day ـ30 و در شیرخوران ابتدا100ـ10 میلي‌گرم تزریق عضلاني یاوریدي مي‌شود.
در درمان کمبود این ویتامین ناشي
از مصرف داروها در بزرگسالان
مقدار 50ـ200mg/day به‌مدت 3 هفته‌مصرف مي‌شود که در صورت نیازبامقدار 25ـ100mg/day درمان ادامه‌مي‌یابد. در درمان مسمومیت ناشي ازایزونیازید در بزرگسالان ابتدا 4 گرم
از راه وریدي تزریق مي‌شود و سپس 1گرم پیریدوکسین هر 30 دقیقه تزریق‌مي‌گردد.
اشکال دارویي
Injection: 100 mg/2 ml, 300 mg/2ml
Tablet: 40 mg

(VITAMIN C (ASCORBIC ACID

موارد مصرف اين دارو براي پيشگيري ودرمان كمبود ويتامين C مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: اسيد آسكوربيك براي تشكيل‌كلاژن و ترميم بافتهاي بدن ضروري‌است اين ويتامين ممكن است در بعضي ازواكنش‌هاي اكسيداسيون و احياء دخالت‌نمايد. همچنين اين ويتامين در متابوليسم‌فنيل‌آلانين تيروزين اسيدفوليك نوراپي‌نفرين هيستامين آهن و بعضي ازسيستمهاي آنزيمي دارو، مصرف‌كربوهيدراتها، ساخت ليپيدها، پروتئين‌هاو كارني‌تين دخالت داشته و براي عملكردسيستم ايمني و جلوگيري از شكنندگي‌عروق خوني ضروري است
فارماكوكينتيك اسيد آسكوربيك به‌راحتي‌از مجراي گوارش (ژژونوم جذب‌مي‌شود. پيوند اين دارو به‌پروتئين كم‌است (25 درصد). متابوليسم اسيدآسكوربيك كبدي است ويتامين C توسطتمام سلولهاي بدن جذب مي‌شود. اين‌ويتامين از كليه عمدت? به‌صورت متابوليت‌و مقدار خيلي كم نيز به‌صورت تغيير نيافته‌دفع مي‌شود.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌دفروكسامين باويتامين C، ممكن است‌سبب افزايش مسموميت بافت با آهن گردد.
مقدار مصرف
خوراكي
مقدار مصرف توصيه شده در روز براي‌به‌صورت زير است
شيرخواران و كودكان از بدو تولد تا سن3 سال 40ـ30 ميلي‌گرم سن 10ـ4 سال 45ميلي‌گرم نوجوانان و بزرگسالان 60ـ50ميلي‌گرم زنان باردار 70 ميلي‌گرم دردوران شيردهي 95ـ90 ميلي‌گرم
تزريقي
بزرگسالان براي پيشگيري از كمبودويتامين C، به‌عنوان بخشي از تغذيه تام وريدي مقدار مصرف برحسب نيازبيمار تعيين و انفوزيون وريدي مي‌شود.در كمبود ويتامين C، از راه انفوزيون‌وريدي مقدار مصرف برحسب نياز بيمارتعيين مي‌شود. از راه عضلاني100 ـ 500mg/day به‌مدت حداقل 2 هفته‌مصرف مي‌شود.
كودكان در درمان كمبود ويتامين C، از راه‌انفوزيون وريدي مقدار مصرف براساس‌نياز هر بيمار تعيين مي‌شود. از راه‌عضلاني 300 100ـmg/day به‌مدت حداقل2 هفته مصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Effervescent Tablet: 1000 mg

Powder: 500 mg/sachet
Tablet: 100 mg, 250 mg
Injection: 500 mg/5 ml

VITAMIN D

CALCITRIOL
DIHYDROTACHYSTEROL
VITAMIN D3

ويتامين D به تركيباتي مانند دي‌هيدروتاكي سترول ارگوكلسيفرول ويتامين D2) و كوله كلسيفرول (ويتامينD3) و كلسيتريول كه داراي اثر پيشگيري‌كننده يا درمان كننده راشي تيسم و نرمي‌استخوان هستند، اطلاق مي‌شود.

ويتامين D براي جذب و مصرف كلسيم وفسفات و براي كلسيفيه شدن طبيعي‌استخوان ضروري است در صورت نياز،ويتامين D همراه با هورمون پاراتيروئيد وكلسي‌تونين غلظت كلسيم سرم را از طريق‌افزايش غلظت كلسيم و فسفات سرم تنظيم‌مي‌كند. ويتامين Dجذب كلسيم و فسفات رااز روده كوچك تحريك مي‌كند و باعث‌به‌حركت درآمدن كلسيم از استخوان‌مي‌شود. به‌نظر مي‌رسد كلسيتريول باپيوند به‌گيرنده‌هاي اختصاصي درسيتوپلاسم مخاط روده و متعاقب آن‌تركيب شدن با هسته اثر خود را اعمال‌مي‌كند. اين امر احتمالا منجر به‌تشكيل‌پروتئيني مي‌شود كه باكلسيم پيوند مي‌يابدو در نتيجه جذب كلسيم از روده افزايش‌مي‌يابد. همچنين همراه با هورمون‌پاراتيروئيد، كلسيتريول انتقال يون كلسيم‌از استخوان به‌مايع خارجي سلول را تنظيم‌مي‌نمايد. بنابراين هومئوستاز كلسيم درمايع خارج سلولي را تحت تأثير قرارمي‌دهد.

CALCITRIOL

موارد مصرف کلسيتريول براي پيشگيريو درمان راشي‌تيسم و درمان کمي کلسيم‌خون همراه با کم کاري پاراتيروئيدمصرف مي‌شود.
مکانيسم اثر: اين ويتامين به سهولت از ابتدايا انتهاي روده کوچك جذب مي‌شود.نيمه‌عمر پلاسمايي کلسيتريول از راه‌خوراکي 6ـ2 ساعت است زمان لازم براي‌رسيدن به اوج غلظت سرمي از راه‌خوراکي تقريب? 6ـ3 ساعت است طول اثرکلستيرول 5 ـ3 روز است اين ويتامين ازراه صفرا و کليه دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در زيادي‌کلسيم خون يا ويتامين D واستئوديستروفي کليوي همراه با زيادي‌فسفات خون نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در بيماران مبتلا به‌عيب کارکليه يا در صورت مصرف مقادير زيادويتامين تعيين غلظت کلسيم پلاسماضروري است
2 ـ در صورت وجود تصلب شرائين ياعيب کار قلب زيادي فسفات خون يا عيب‌کار کليه بايد با احتياط مصرف شود.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌داروهاي آنتي‌اسيد حاوي منيزيم باکلسيتريول ممکن است منجر به‌زيادي‌منيزيم خون به ويژه در بيماران مبتلا به‌نارسايي مزمن کليوي گردد. مصرف‌همزمان کلسيتريول با مقادير زيادفرآورده‌هاي حاوي کلسيم يا مدرهاي‌تيازيدي ممکن است خطر زيادي کلسيم‌خون را افزايش دهد. مصرف همزمان‌ساير مشتقات ويتامين D با اين دارو ممکن‌است باعث بروز مسموميت گردد.
عوارض جانبي بامصرف مقادير بيش ازحد اين ويتامين بي‌اشتهايي تهوع واستفراغ اسهال کاهش وزن تکرر ادرار،تعريق سردرد، تشنگي سرگيجه وافزايش غلظت کلسيم و فسفات در پلاسما وادرار گزارش شده است
نکات قابل توصيه 1 ـ خطر بروز مسموميت‌با مصرف طولاني مدت مقادير زياد اين‌ويتامين وجود دارد.
2 ـ از مصرف همزمان داروهاي ضداسيدحاوي منيزيم با اين دارو بايد خودداري‌شود.
3 ـ در صورت مصرف اين دارو به‌عنوان‌افزاينده کلسيم خون به منظور بررسي‌پيشرفت درمان مراجعه منظم به‌پزشك‌ضروري است
4 ـ از آنجائيکه کمبود ويتامين Dبه‌تنهايي‌شايع نيست معمولا ترکيبي از چندويتامين تجويز مي‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان ابتدا mcg/day 0/25 مصرف‌مي‌شود و سپس برحسب نياز بيمار هر4ـ2 هفته 0/25 ميکروگرم افزايش مي‌يابد.در کمي کلسيم خون

ناشي از ديااليز3 mcg/day ـ 0/5 و در كم كاري پاراتيروئيدmcg/day 0/27 ـ 0/25 مصرف مي‌شود.
كودكان ابتدا 0/25 mcg/day مصرف‌مي‌شود و سپس برحسب نياز بيمار هر4ـ2 هفته 0/25 ميكروگرم افزايش
مي‌يابد. در كمي كلسيم خون ناشي ازديااليز 2 mcg/day ـ 0/25 و در كم كاري‌تيروئيد 0/08mcg/kg/day ـ 0/04 مصرف‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Capsule: 0.25 mcg

DIHYDROTACHYSTEROL

موارد مصرف اين دارو براي درمان كمي‌كلسيم خون همراه با كم‌كاري پاراتيروئيدو درمان حالات مزمن و پنهان تتاني پس ازعمل جراحي و تتاني ايديوپاتيك مصرف‌مي‌شود.
فارماكوكينتيك ويتامين D به سهولت ازابتدا يا انتهاي روده كوچك جذب مي‌شود.اين ويتامين عمدت? در كبد و بافتهاي چربي‌ذخيره مي‌شود. دي‌هيدروتاكيسترول دركبد فعال مي‌شود. اثر اين ويتامين چندين‌ساعت پس از مصرف شروع مي‌شود.طول اثر اين ويتامين تا 9 هفته است اين‌ويتامين از راه صفرا و كليه دفع مي‌شود.
موارد منع مصرف اين دارو در زيادي‌كلسيم خون يا ويتامين D واستئوديستروفي كليوي همراه با زيادي‌فسفات خون نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط مصرف شود:
تصلب شرائين يا عيب كار قلب زيادي‌فسفات خون و عيب كار كليه
2 ـ در بيماران مبتلا به عيب كار كليه يا درصورت مصرف مقادير زياد ويتامين تعيين غلظت كلسيم پلاسما ضروري است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌داروهاي آنتي‌اسيد حاوي منيزيم باديهيدروتاكيسترول ممكن است منجر به‌زيادي منيزيم خون به ويژه در بيماران‌مبتلا به نارسايي مزمن كليوي گردد.مصرف همزمان دي‌هيدروتاكيسترول بامقادير زياد فرآورده‌هاي حاوي كلسيم يامدرهاي تيازيدي ممكن است خطر زيادي‌كلسيم خون را افزايش مي‌دهد. مصرف‌همزمان ساير مشتقات ويتامين D با اين‌دارو ممكن است باعث بروز مسموميت‌افزايش مي‌يابد.
عوارض جانبي با مصرف مقادير بيش ازحد اين ويتامين بي‌اشتهايي تهوع واستفراغ اسهال كاهش وزن بدن تكررادرار، تعريق سردرد، تشنگي سرگيجه وافزايش غلظت كلسيم و فسفات در پلاسما وادرار گزارش شده‌است
نكات قابل توصيه 1 ـ خطر بروز مسموميت‌با مصرف طولاني دراز مقادير زياد اين‌ويتامين وجود دارد.
2 ـ از مصرف همزمان داروهاي ضداسيدحاوي منيزيم با اين دارو بايد خودداري‌شود.
3 ـ در صورت مصرف اين دارو به‌عنوان‌افزاينده كلسيم خون به‌منظور بررسي‌پيشرفت درمان مراجعه منظم به پزشك‌ضروري است
4 ـ از آنجائيكه كمبود ويتامين D به تنهايي‌شايع نيست معمولا تركيبي از چندويتامين تجويز مي‌شود.

مقدار مصرف
بزرگسالان ابتداء 2mg/day-0/125مصرف مي‌شود. در درمان تتاني ناشي از كمبود حاد كلسيم خون
مقدار شروع mg/day 0/75-2/5 به مدت
3 روز و در تتاني نسبت؟ حاد،0/5mg/day-0/25 به مدت 3 روز مصرف‌مي‌شود. مقدار نگهدارنده برحسب نياز،0/25 ميلي‌گرم در هفته تا mg/day 1 است در كم‌كاري پاراتيروئيد، مقدار شروع2/5mg/day-0/75 به مدت چند روز ومقدار نگهدارنده mg/day 0/2-1 است
كودكان در كم‌كاري پاراتيروئيد
مقدار شروع mg/day 1-5 به مدت 4 روزاست سپس اين مقدار مصرف ادامه يافته‌يا كاهش مي‌يابد. مقدار نگهدارنده1/5mg/day-0/5 است
اشكال دارويي
Oral Solution: 0.25 mg/ml

(VITAMIN D3 (CHOLECALCIFEROL

موارد مصرف اين دارو براي پيشگيري ودرمان كمبود ويتامين D، راشي‌تيسم ودرمان كمي كلسيم خون همراه با كم‌كاري‌پاراتيروئيد مصرف مي‌شود.
فارماكوكينتيك اين ويتامين به‌سهولت ازابتدا يا انتهاي روده كوچك جذب مي‌شود.اين ويتامين عمدت? در كبد و بافتهاي چربي‌ذخيره مي‌شود. فعال شدن متابوليك كوله‌كلسيفرول طي دو مرحله در كبد و كليه‌صورت مي‌گيرد. دفع اين ويتامين از طريق‌صفرا و كليه صورت مي‌گيرد.
موارد منع مصرف اين دارو در زيادي‌كلسيم خون يا ويتامين D واستئوديستروفي كليوي همراه با زيادي‌فسفات خون نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ اين دارو در موارد زير بايد بااحتياط مصرف شود:
تصلب شرائين يا عيب كار قلب زيادي‌فسفات خون و عيب كار كليه
2 ـ در بيماران مبتلا به عيب كار كليه يا درصورت مصرف مقادير زياد ويتامين تعيين غلظت كلسيم پلاسما ضروري است
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌داروهاي آنتي‌اسيد حاوي منيزيم با كوله‌كلسيفرول ممكن است منجر به زيادي‌منيزيم خون به‌ويژه در بيماران مبتلا به‌نارسايي مزمن كليوي گردد. مصرف‌همزمان كوله كلسيفرول با مقادير زيادفرآورده‌هاي حاوي كلسيم يا مدرهاي‌تيازيدي ممكن است خطر زيادي كلسيم‌خون را افزايش مي‌دهد. مصرف همزمان‌ساير مشتقات ويتامين D با اين داروتوصيه نمي‌شود، زيرا امكان بروزمسموميت افزايش مي‌يابد.
عوارض جانبي با مصرف مقادير بيش ازحد اين ويتامين بي‌اشتهايي تهوع واستفراغ اسهال كاهش وزن بدن تكررادرار، تعريق سردرد، تشنگي سرگيجه وافزايش غلظت كلسيم و فسفات در پلاسما وادرار گزارش شده‌است
نكات قابل توصيه 1 ـ خطر بروز مسموميت‌با مصرف دراز مدت مقادير زياد اين‌ويتامين وجود دارد.
2 ـ از مصرف همزمان داروهاي ضداسيدحاوي منيزيم با اين دارو بايد خودداري‌شود.
3 ـ در صورت مصرف اين دارو به‌عنوان‌افزاينده كلسيم خون به‌منظور بررسي‌پيشرفت درمان مراجعه منظم به پزشك‌ضروري است
4 ـ از آنجائي كه كمبود ويتامين D به‌تنهايي شايع نيست معمولا تركيبي از چندويتامين تجويز مي‌شود.
مقدار مصرف براي پيشگيري از كمبودويتامين مقدار مصرف توصيه شده

درروز، به‌صورت زير است
شيرخواران و كودكان از بدو تولد
تا سن 3 سال 300-400 واحد، سن 4-6سال 400 واحد، سن 7-10 سال 400واحد، بزرگسالان 200-400 واحد،
زنان باردار و در دوران شيردهي 400واحد.
هر واحد از ويتامين D، معادل 0/025ميكروگرم كوله كلسيفرول است
در درمان راشي‌تيسم مقاوم به ويتامين D،در بزرگسالان 12000-150000u/day ودر كودكان 3000-10000u/day مصرف‌مي‌شود. در درمان كم‌كاري غده‌پاراتيروئيد در بزرگسالان 50000-150000u/day و در كودكان 50000-200000u/day مصرف مي‌شود.
از راه تزريقي به‌عنوان پيشگيري و درمان‌كمبود ويتامين مقدار مصرف برحسب‌نياز هر بيمار تعيين مي‌شود.
اشكال دارويي
Capsule:50,000 U
Injection: 300,000 U

VITAMIN E

موارد مصرف ويتامين E براي پيشگيري ودرمان كمبود اين ويتامين مصرف‌مي‌شود.
مكانيسم اثر: ويتامين E به‌عنوان يك عنصراساسي در تغذيه و به‌عنوان يك‌آنتي‌اكسيدان همراه با سلنيم موجود دررژيم غذايي اسيدهاي چرب غيراشباع‌موجود در غشاء و ساير ساختمانهاي‌سلولي را از حمله راديكال‌هاي آزادمحافظت نموده و گويچه‌هاي قرمز خون رادر مقابل هموليز حفظ مي‌كند. ويتامين Eبه‌عنوان يك كوفاكتور در بعضي ازسيستم‌هاي آنزيمي عمل مي‌كند.
فارماكوكينتيك 50-80 درصد ويتامين E
از مجراي گوارش (دوازدهه جذب‌مي‌شود. براي جذب كافي اين ويتامين وجود املاح صفراوي و چربي موجود دررژيم غذايي ضروري است اين ويتامين
در تمام بافت‌هاي بدن به‌ويژه بافتهاي‌چربي ذخيره مي‌شود. متابوليسم آن كبدي‌است و از طريق صفرا و كليه دفع
مي‌شود.
عوارض جانبي با مصرف مقادير بين400-800u/day به مدت طولاني تاري ديد،اسهال سرگيجه سردرد، تهوع يا كرامپ‌معده خستگي يا ضعف غيرمعمول گزارش‌شده‌است
نكات قابل توصيه از آنجا كه كمبودويتامين E به تنهايي شايع نيست معمولاتركيبي از چند ويتامين تجويز مي‌شود.
مقدار مصرف
خوراكي
به‌عنوان پيشگيري از كمبود ويتامين E،مقدار مصرف توصيه شده در روزبه‌صورت زير است
شيرخواران و كودكان از بدو تولد تا سن3 سال 5-10 واحد، سن 4-10 سال 12واحد، پسران و مردان بالغ 17 واحد،دختران و زنان بالغ 13 واحد، زنان باردار17 واحد، در دوران شيردهي 18-20واحد. براي درمان كمبود اين ويتامين مقدار مصرف برحسب شدت كمبود تعيين‌مي‌شود.
در شيرخواران نارس كه فرمول‌هاي‌غذايي حاوي مقادير زياد اسيدهاي چرب‌غيراشباع دريافت مي‌كنند، 15-25 u/dayتجويز مي‌گردد.
تزريقي
براي درمان در بزرگسالان كمبودويتامين 60-75 u/day و در كودكان1 u/kg/day تزريق مي‌شود.

اشكال دارويي
Tablet: 100 IU
Oral Drops: 50 IU/ml
Injection: 100 IU

(VITAMIN K (PHYTONADIONE

موارد مصرف اين ويتامين براي پيشگيريو درمان اختلالات انعقادي شامل اختلالاتدر ساخت فاكتورهاي IX ،VII ،IIو Xناشي از كمبود ويتامين K يا اختلال درفعاليت متابوليك آن مصرف مي‌گردد.فيتونا‌ديون به‌منظور جلوگيري از بيماري‌خونريزي دهنده در نوزادان به هنگام تولدمصرف مي‌شود.

مكانيسم اثر: اين ويتامين تشكيل‌پروترومبين فعال در كبد (فاكتور II)،پروكانورتين (فاكتور VII)، جزءترومبوپلاستين پلاسما يا فاكتوركريسمس (فاكتور IX) و فاكتور استوارت فاكتور X) را كه براي انعقاد طبيعي خون‌لازم هستند، تسريع مي‌كند.

فارماكوكينتيك ويتامين K به‌سهولت ازمجراي گوارش (دوازدهه جذب مي‌شود.فيتونا‌ديون براي جذب به املاح صفراوي‌نياز دارد. متابوليسم اين ويتامين كبدي‌است زمان شروع اثر فيتونا‌ديون از راه‌خوراكي 6-12 ساعت و از راه تزريقي 1-2ساعت است غلظت طبيعي فيتونا‌ديون طي12-14 ساعت پس از مصرف به‌دست‌مي‌آيد. ويتامين K از راه صفرا و كليه دفع‌مي‌شود.

هشدارها: 1 ـ ويتامين K در بيماران مبتلا به‌عيب كار كبد بايد با احتياط مصرف شود.

2 ـ به دليل خطر بروز واكنش‌هاي شديدشبه حساسيت مفرط در تزريق وريدي‌ويتامين K، تجويز اين دارو از راه وريدي‌توصيه نمي‌شود.

تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌ويتامين K با داروهاي ضد انعقاد خوراكي‌ممكن است اثرات اين داروها را به‌علت‌افزايش ساخت كبدي فاكتورهاي پيش‌انعقادي كاهش دهد.

نكات قابل توصيه 1 ـ به‌منظور بررسي‌پيشرفت درمان مراجعه منظم به پزشك وانجام آزمون زمان پروترومبين ضروري‌است

2 ـ از مصرف ساير داروها بدون دستورپزشك بايد خودداري شود، زيرا ممكن‌است اثرات ويتامين K را تغيير دهند.

مقدار مصرف

خوراكي

بزرگسالان در كمي پروترومبين خون‌ناشي از مصرف داروهاي ضد انعقاد،مقدار 2/5-10 ميلي‌گرم (حداكثر 25ميلي‌گرم مصرف مي‌شود كه در صورت‌نياز مي‌توان پس از 12-48 ساعت اين‌مقدار را تكرار نمود.

كودكان به‌عنوان ويتامين و در كمي‌پروترومبين خون ناشي از دارو مقدار5-10 ميلي‌گرم مصرف مي‌شود.

تزريقي
بزرگسالان در كمي پروترومبين خون‌ناشي از داروهاي ضد انعقادي (به غير ازهپارين ، مقدار 2/5-10 ميلي‌گرم (حداكثر25 ميلي‌گرم تزريق عضلاني يا زير جلدي‌مي‌شود كه در صورت نياز، مي‌توان پس از6-8 ساعت اين مقدار را تكرار نمود. دركمي پروترومبين خون ناشي از سندرم‌سؤ جذب يا ناشي از داروها، مقدار 2-5ميلي‌گرم تزريق عضلاني يا زيرجلدي‌مي‌شود.
براي جلوگيري از كمي پروترومبين خون‌در بيماراني كه به مدت طولاني فقط از راه‌تزريقي تغذيه مي‌شوند، مقدار 5-10ميلي‌گرم يكبار در هفته تزريق عضلاني‌مي‌شود.
كودكان به‌عنوان ويتامين مقدار 1ميلي‌گرم در ماه تزريق عضلاني يازيرجلدي مي‌شود. براي جلوگيري از كمي‌پروترومبين خون ناشي از تغذيه تام‌وريدي به مدت طولاني 2-5 ميلي‌گرم‌يكبار در هفته تزريق عضلاني مي‌گردد.
در درمان كمي پروترومبين خون 1-2ميلي‌گرم در شيرخواران و 5-10 ميلي‌گرم‌در كودكان و براي جلوگيري از بيماري‌خونريزي دهنده نوزادان مقدار 0/5-1ميلي‌گرم بلافاصله پس از زايمان تزريق‌عضلاني يا زيرجلدي مي‌شود. در صورت‌نياز اين مقدار پس از 6-8 ساعت تكرارمي‌شود.
اشكال دارويي
Injection: 1 mg/0.5ml, 10 mg/ml
Tablet: 10 mg

ZINC SULFATE

موارد مصرف سولفات روي به‌عنوان‌مكمل در پيشگيري و درمان كمبود روي‌مصرف مي‌شود. نياز به اين ماده معدني‌در حالاتي از قبيل سوختگي‌ها، سيروزكبدي ديابت بي‌اشتهايي گاستركتومي اختلالات ژنتيكي نوزادان نارس عفونت‌هاي مزمن بيماريهاي روده بيماري لوزالمعده بيماري كليوي اختلالات پوستي استرس و ضربه ممكن‌است افزايش يابد.
مكانيسم اثر: روي براي حفظ ساختمان‌اسيدهاي نوكلئيك پروتئين‌ها و غشاهاي‌سلولي ضروري است به‌علاوه رشدطبيعي و تقسيم سلولي ترميم بافتي بلوغ‌جنسي و دستگاه توليد مثل عادت به‌تاريكي و ديد در شب التيام زخمها، دفاع‌ايمني بدن ادراك چشايي و احتمالا بويايياز اعمال فيزيولوژيك وابسته به روي‌مي‌باشند.
فارماكوكينتيك جذب نمك‌هاي روي ازمجراي گوارش ناچيز مي‌باشد. تقريب?20-30 درصد از روي موجود در رژيم‌غذايي از طريق دوازدهه و ايلئوم جذب‌مي‌شود. اين عنصر اساس? در گلبولهاي‌قرمز و سفيد و همچنين در عضلات استخوان‌ها، پوست كليه‌ها، كبد،لوزالمعده شبكيه و پروستات ذخيره‌مي‌شود. راه اصلي دفع روي (تقريب? 90درصد) از طريق مدفوع است و ميزان كمي‌نيز از راه ادرار و عرق دفع مي‌شود.
هشدارها: 1 ـ در صورتي كه بيمار دچاركمبود مس باشد، مصرف روي ممكن است‌كمبود مس را تشديد كرده يا سطح سرمي‌آن را كاهش دهد.
عوارض جانبي مصرف مقادير زياد داروندرت? ممكن است باعث بروز مشكلات‌گوارشي به‌ويژه اشكال در هضم و درداپي‌گاستريك تهوع و مشكلات‌هماتولوژيك شود.
تداخل‌هاي دارويي مقادير زياد روي ممكن‌است جذب مس از طريق روده را مختل‌نمايد. نمكهاي روي ممكن است جذب‌تتراسيكلين‌ها را از طريق ايجاد شلاتهاي‌غيرمحلول كاهش دهند. از اينرو فاصله‌زماني حداقل 2 ساعت بين تجويزمكمل‌هاي روي و تتراسيكلين‌ها ضروري‌مي‌باشد.
نكات قابل توصيه 1 ـ دارو حداقل يك ساعت قبل يا دو ساعت پس از غذا (مگر درصورت تحريك گوارشي مصرف شود.
2 ـ در صورت لزوم مي‌توان محتويات‌كپسول را روي غذاي سرد ريخته ومصرف كرد.
3 ـ از مصرف غذاهاي حاوي كلسيم فسفرو فيتات با اين دارو بايد خودداري گردد.
4 ـ در صورت ايجاد تهوع اسهال بثورات‌پوستي استفراغ شديد، از دست رفتن آب‌بدن و بيقراري مقدار مصرف دارو بايدكاهش يافته يا تا كنترل

علايم فوق مصرف‌نشود.
مقدار مصرف به‌عنوان مكمل غذايي روزانه25-50 ميلي‌گرم روي (110-220ميلي‌گرم سولفات روي مصرف مي‌شود.در درمان كمبود روي ابتدا تا 75 mg/dayروي (درمان كوتاه مدت تجويز مي‌شود وسپس‌برحسب پاسخ بيمار مقدار مصرف‌دارو كاهش مي‌يابد.
اشكال دارويي
Capsule: 220 mg

ALTHADIN

موارد مصرف آلتادين در التهاب وتحريكات مخاط گلو بكار مي‌رود. همچنين‌به عنوان خلط‌آور در سرفه‌هاي ناشي ازافزايش ترشحات مجاري تنفسي فوقاني‌استفاده مي‌گردد.
مكانيسم اثر: آلتادين با داشتن موسيلاژ وساير مواد مؤثر داراي خاصيت نرم‌كننده وكاهش دهنده تحريكات و التهابات خفيف‌در مخاط دهان و گلو مي‌باشد. احتمالا اين‌اثر با ايجاد يك غشا و مانع فيزيكي براي‌جلوگيري از گسترش تحريكات ظاهرمي‌شود.
اجزاء فرآورده قرص آلتادين حاوي
220 ميلي‌گرم پودر گل ختمي
(Althaea officinalis، 15 ميلي‌گرم عصاره‌تام ريشه شيرين‌بيان (Glycyrrhiza glabra)و 2 ميلي‌گرم اسانس نعناع (Mentha piperita)مي‌باشد.
مواد مؤثره موسيلاژ، پكتين آسپاراژين لسيتين منتول فلاونوييدها وگليسيريزين
هشدارها: ايمني مصرف آلتادين در دوران‌بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است
نكات قابل توصيه آلتادين در التهاب‌هاي‌ناشي از عفونت مخاط گلو به تنهايي مؤثرنمي‌باشد. بنابراين توصيه مي‌گردد طبق‌نظر پزشك همراه با آنتي بيوتيك مناسب‌مصرف شود.
مقدار مصرف طبق دستور پزشك يا هر2-3 ساعت يك قرص مكيده شود.
اشكال دارويي
Losong: 700 mg

موارد مصرف آلتيب در درمان اضطراب بي‌خوابي و سردردهاي با منشاء عصبي‌بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اين فرآورده به عنوان داروي‌مضعف سيستم عصبي مركزي (CNS)عمل مي‌كند، ولي جايگاه و مكانيسم دقيق‌اثر آن به‌طور كامل شناخته نشده است مطالعات بيوشيميايي نشان داده است كه‌والرينيك اسيد سنبل‌الطيب احتمالا باعث‌وقفه در سيستم آنزيمي مسئول‌كاتابوليسم‌گابا(GABA) مي‌شود. طبق‌بررسي‌هاي انجام شده عصاره‌هيدروالكلي بادرنجبويه داراي اثرآرامبخش روي سيستم اعصاب مركزي (CNS)مي‌باشد. بابونه واسطوخودوس‌موجود در اين فراورده احتمالا داراي‌اثرات سداتيو است
اجزاء فرآورده پودر آلتيب از مجموعه‌گياهان زير تشكيل شده است
1 ـ ريزوم و ريشه سنبل‌الطيب32%
Valeriana officinalis
2ـ برگ‌بادرنجبويه17%
Melissa officinalis
3 ـ سرشاخه‌هاي گلدار گاوزبان17%
Borago officinalis
4 ـ گلهاي بابونه17%
Matricaria chamomilla
5 ـ برگ اسطوخودوس17%
Lavandula stoechas
مواد مؤثره كامازولن والرينيك اسيد،والپوتريات‌ها، لينالیل استات سيترال وسيترونلال
هشدارها: 1 ـ مصرف مقادير زياد اين‌فرآورده ممكن است ايجاد خواب‌آلودگي‌نمايد. بنابراين هنگام رانندگي يا كار باابزاري كه به هوشياري كامل نياز دارنداحتياط شود.
2 ـ ايمني مصرف اين فرآورده در دوران‌بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است
عوارض جانبي به دليل وجود بابونه در اين‌فرآورده امكان بروز واكنشهاي آلرژيك درماتيت آنافيلاكسي در افراد حساس به‌اين گياه وجود دارد.
تداخل‌هاي دارويي مصرف اين فرآورده‌مي‌تواند موجب تشديد اثر ساير داروهاي‌آرام‌بخش گردد.
مقدار مصرف روزي 2 بار، صبح و شب هر بار 1-2 قاشق مرباخوري از

پودرآلتیب را در يك ليوان آب‌جوش به مدت 15دقيقه دم كرده و پس از صاف كردن‌مصرف شود.
اشكال دارويي
Powder: 40 g

ANETHUM

موارد مصرف آنتوم در زيادي چربي خون كلسترول و تري گليسيريد)، پيشگيري ودرمان آرتريواسكلروز و كوليكهاي‌صفراوي بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: كورستين و لاكتوكوپيكرين‌موجود در اين فرآورده احتمالا باعث مهارآنزيمهاي ليپوژناز مي‌شوند. تركيبات‌موجود در آنتوم موجب افزايش ترشحات‌صفرا مي‌شود. عصاره شاهتره احتمالامانع تشكيل سنگهاي صفراوي مي‌گردد.
اجزاء فرآورده آنتوم از عصاره گياهان زيرتهيه شده است
1 ـ دانه و برگ شويد 68%
Anethum graveolens
2 ـ ريشه كاسني 5%
Cichorium intybus
3 ـ سر شاخه‌هاي گلدار شاهتره5%
Fumaria parviflora
4 ـ ليمو عماني 4%
Cirtus sp
مواد مؤثره روغنهاي فرار نظير كارون ليمونن گليكوزيد تلخ لاكتوكوپيكرين آلكالوئيد، پروتوپين و هيسپيريدين
هشدارها: 1 ـ در بيماران مبتلا به ديابت بايدتحت نظر پزشك مصرف گردد.
2 ـ ايمني مصرف اين فرآورده در زنان‌باردار و شيرده به اثبات نرسيده است
مقدار مصرف روزي 3 بار، هر بار
2-3 قرص با آب يا آب ميوه مصرف‌مي‌شود.
روزي 2-3 بار، هر بار يك قاشق‌مرباخوري از گرانول را در يك ليوان‌آب‌جوش ريخته و پس از 10 دقيقه مصرف‌شود.
اشكال دارويي
Granule: 100 g
Tablet: 650 mg

ANTI-DIABETIC

موارد مصرف آنتي‌ديابتيك در درمان‌زيادي قندخون به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: مطالعات انجام شده نشان‌داده است كه داكسي نوجري مايسين‌موجود در برگ توت سياه در واكنشهاي‌آنزيمي به‌جاي قند مورد مصرف آنزيمهاقرار گرفته و آنها را غيرفعال مي‌كند.همچنين با ايجاد وقفه در عمل آنزيم‌گليكوزيداز مي‌تواند از شكسته‌شدن‌زنجيره قندها جلوگيري نمايد.
اثرات پايين آورنده قندخون دانه
شنبليله ممكن است به‌علت نيكوتينيك
اسيد، كومارين و تريگونلين موجود در آن‌باشد.
اجزاء فرآورده آنتي‌ديابتيك از مخلوطگياهان زير تشكيل شده است
1. برگ توت سياه20%
Morus nigra
2. دانه شنبليه60%
Trigonella foenum-graecum
3. برگ زيتون10%
Olea europea
4. ريشه شيرين بيان5%
Glycyrrhiza glabra
5. پونه5%
Mentha pulegium
مواد موثره تري گونلين كومارين نيكوتينيك اسيد، داكسي نوجري مايسين واولئوروپئين
هشدارها: 1 ـ مصرف همزمان اين فرآورده‌با داروهاي پايين آورنده قند و چربي‌خون داروهاي ضدانعقاد، داروهاي‌هورموني و وقفه دهنده‌هاي مونوآمين‌اكسيداز (MAOI)بايد بااحتياط صورت‌گيرد.
2 ـ ايمني مصرف اين فرآورده در دوران‌بارداري و شيردهي به‌اثبات نرسيده
است
نكات قابل توصيه از آنجا كه شنبليله‌موجود در آنتي‌ديابتيك (به‌دليل داشتن‌فيبرهاي موسيلاژي ممكن است باعث‌جلوگيري از جذب ساير داروها گردد. لذاتوصيه مي‌شود اين فرآورده با فاصله‌زماني مناسب از ساير داروها مصرف‌گردد.
مقدار مصرف روزي 2 بار، هر بار 2 قاشق‌غذاخوري از فرآورده را در يك

ليوان آب‌جوش دم كرده و پس از صاف كردن‌مصرف شود.
اشكال دارويي
Powder: 100 g

ANTIMIGRAINE

موارد مصرف قطره آنتي ميگرن به‌عنوان‌پيشگيري‌كننده و برطرف كننده حملات‌ميگرني و سردردهاي با منشاء عصبي‌بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: آنتي ميگرن به‌دليل داشتن‌سنبل‌الطيب و بادرنجبويه داراي اثرات‌مضعف سيستم اعصاب مركزي (CNS)مي‌باشد. ساليسين موجود در پوست بيداثر ضد دردي مشابه ساليسيلات‌ها ايجادمي‌نمايد.
اجزاء فرآورده قطره آنتي ميگرن از عصاره‌هيدروالكلي گياهان زير تهيه مي‌شود:
1. دانه رازيانه30%
Foeniculum vulgare
2. ريشه سنبل‌الطيب30%
Valeriana officinalis
3. پوست ساقه بيد20%
Salix alba
4. برگ بادرنجبويه20%
Melissa officinalis
مواد موثره والرينيك اسيد، والپوتريات‌ها،ساليسين روغنهاي فرار نظير آنتول فنكون سيترال و سيترونلال
هشدارها: 1 ـ مصرف مقادير زياد اين‌فرآورده ممكن است ايجاد خواب آلودگي‌نمايد، بنابراين هنگام رانندگي يا كار باابزاري كه به‌هوشياري كامل نياز دارد،احتياط شود.
2 ـ در افراد حساس به‌اسيد استيل‌ساليسيليك مبتلا به‌آسم زخمهاي حادگوارشي هموفيلي نقرس كمي‌پروترومبين خون با احتياط مصرف شود.
3 ـ ايمني مصرف اين فرآورده در دوران‌بارداري و شيردهي به‌اثبات نرسيده است
تداخل‌هاي دارويي از مصرف همزمان اين‌فرآورده با ساليسيلات‌ها بايد خودداري‌شود. مصرف اين فرآورده موجب تشديداثر ساير داروهاي آرامبخش مي‌گردد.
مقدار مصرف به‌محض شروع اولين آثارحمله ميگرني 40 ـ 30 قطره در يك فنجان‌آب سرد ريخته و ميل شود. در صورت‌لزوم مي‌توان بعد از يك ساعت مصرف‌دارو را تكرار نمود. جهت پيشگيري ازحمله ميگرني و سردرد مي‌توان صبح وشب مطابق دستور فوق مصرف نمود.
اشكال دارويي
Drop: 30 ml

موارد مصرف قطره بابونه براي درمان‌التهاب بافت مخاطي دهان و سايرقسمتهاي دستگاه گوارش به‌كار مي‌رود.علاوه بر اين داراي اثرات ضداسپاسم وضدنفخ مي‌باشد.
مكانيسم اثر: فعاليت ضدالتهابي عصاره‌بابونه بيشتر به‌واسطه تركيبات ماتريسين پيشتاز كامازولن ، بيزابولول واكسيدهاي آن مي‌باشد. عصاره بابونه‌احتمالا موجب وقفه سيكلواكسيژناز وليپواكسيژناز شده در نتيجه توليدپروستاگلاندينها و لوكوترين‌ها را متوقف‌مي‌نمايد. آپي‌ژنين موجود در عصاره‌بابونه موجب مهار آزادسازي هيستامين‌نيز مي‌گردد. اثرات آنتي اسپاسموديك‌بابونه به آپي‌ژنين نسبت داده مي‌شود.
اجزاء فرآورده قطره بابونه از عصاره‌هيدروالكلي گياه بابونه (Matricaria chamomilla)تهيه شده است كه هر 100ميلي‌ليتر آن حاوي 10 ميلي‌گرم كامازولن‌و حداقل 2 ميلي‌گرم آپي‌ژنين مي‌باشد.
مواد موثره روغنهاي فرار نظير كامازولن آلفا ـ بيزابولول و فلاونوييد آپي‌ژنين
منع مصرف اين فرآورده در بيماران مبتلابه‌آسم نبايد مصرف شود.
هشدارها: ايمني مصرف اين فرآورده دردوران بارداري و شيردهي به‌اثبات‌نرسيده است
عوارض جانبي در افراد حساس احتمال‌بروز واكنشهاي آلرژيك (در ماتيت‌تماسي آنافيلاكسي وجود دارد.
نكات قابل توصيه 1 ـ در كاربرد داروبه‌عنوان ضدالتهاب و سوزش مخاط معده‌و روده بايد مقدار مصرف توصيه شده نيم ساعت قبل از غذا ميل شود.
2 ـ در كاربرد قطره بابونه به‌عنوان‌ضداسپاسم و ضدنفخ بايد دارو يك ساعت بعد از غذا ميل گردد.
مقدار مصرف
بزرگسالان روزي 3 بار، هربار 30 قطره‌مصرف شود.
كودكان روزي 3 بار، هربار 20 ـ 10 قطره‌در يك فنجان آب ولرم مصرف شود.
به‌عنوان دهان شويه روزي 3 بار هربار1 قاشق مرباخوري از قطره همراه با نصف‌ليوان آب ولرم مخلوط و غرغره شود.
اشكال دارويي
Drop: 15 ml

BRAN

موارد مصرف برن در اختلالات دستگاه‌گوارش نظير يبوست بيماريهاي‌ديورتيكولار روده بزرگ و سندرم روده‌تحريك‌پذير بكار مي‌رود.
ملين‌هاي‌حجيم‌كننده مدفوع براي پيشگيري ازيبوست در بيماراني كه در حين اجابت‌مزاج نبايد تحت فشار باشند مانند بيماراني‌كه زخم برش فرج (episiotomy)دارند،هموروئيد ترومبوزه دردناك شقاق ياآبسه پرينه‌اي فتق ديافراگم و تنگي‌آنوركتال مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: برن احتمالا از طريق جذب ونگهداري آب باعث افزايش حجم و رطوبت‌مدفوع شده موجب تحريك روده بزرگ وافزايش حركات پريستالتيك و در نتيجه‌كوتاه شدن زمان عبور مواد از روده وافزايش دفعات دفع مي‌گردد.
اجزاء فرآورده پودر برن از پوسته خارجي‌گندم تهيه شده است
مواد موثره پلي‌ساكاريدها (سلولز،همي‌سلولز و پكتين ، پروتئين چربي واملاح
منع مصرف اين فرآورده مانند سايرداروهاي ملين در آپانديسيت و يانشانه‌هاي آن خونريزي ركتوم باعلت‌نامشخص نارسايي احتقاني قلب انسدادروده و در صورت وجود اشكال در بلع‌نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ ملين‌ها در كودكان تا سن 6سال به‌جز بادستور پزشك نبايد مصرف‌شوند. از آنجا كه اين كودكان قادربه‌توضيح علائم بيماري خود نيستندتشخيص دقيق بيماري بر مصرف اين‌داروها ارجحيت دارد.
2 ـ پودر برن بايد با مقادير زياد مايعات‌مصرف شود. زيرا در صورت عدم‌مصرف كافي مايعات احتمال بروز انسدادمري و تراكم مدفوع در روده وجود دارد.
عوارض جانبي در شروع درمان ممكن‌است سنگيني و نفخ موقتي در بيماران‌ايجاد گردد كه با ادامه درمان برطرف‌مي‌شود. مصرف مقادير زياد از پودر برن باعث انسداد روده و مري (معمولا به‌دليل‌مصرف كم مايعات مي‌گردد. همچنين‌واكنشهاي آلرژيك بامصرف دارو گزارش‌شده است
تداخل‌هاي دارويي پودر برن باعث كاهش‌جذب برخي از مواد معدني (نظير كلسيم منيزيم مس و روي ، ويتامين B12،گليكوزيدهاي قلبي و مشتقات كومارينيمي‌گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف حداقل 8 ـ 6ليوان آب در روز براي كمك به‌نرم شدن‌مدفوع و جلوگيري از كاهش آب بدن بيمارضروري است
2 ـ مصرف طولاني مدت اين داروها كه‌به‌صورت عادت درآمده باشد ممكن است‌باعث وابسته‌شدن كار روده‌ها به‌اين‌داروها شود.

3 ـ داروهاي ملين نبايد بيشتر از يك هفته مگر با دستور پزشك يا در مواردغيرضروري (مانند عدم اجابت مزاج طي‌يك يا دو روز) مصرف گردد.
4 ـ از مصرف داروهاي ملين تا دو ساعت‌بعد از مصرف ساير داروها خودداري‌نماييد.
مقدار مصرف روزانه 3 ـ 2 بار، يك يا
دو قاشق غذاخوري همراه با يك ليوان
آب ميوه شير و يا ساير نوشيدنيها،
30 ـ 15 دقيقه قبل از غذا مصرف
شود.
اشكال دارويي
Powder: 250 g

.BRONCHO T.D

موارد مصرف شربت برونكوتيدي‌به‌عنوان ضد سرفه و خلط آور به كارمي‌رود.
مكانيسم اثر: اثرات ضد سرفه و خلط آورآويشن شيرازي احتمالا مربوط به‌روغن‌هاي فرار (تيمول و كارواكرول آن‌مي‌باشد.
اجزاء فرآورده هر 100 ميلي ليتر شربت‌حاوي 25 گرم عصاره هيدروالكلي 20%آويشن شيرازي Zataria moltiflorامي‌باشد.
مواد مؤثره روغنهاي فرار نظير تيمول وكارواكرول
منع مصرف به دليل وجود ساكاروز نبايددر افراد ديابتيك مصرف شود.
هشدارها: ايمني مصرف اين فرآورده دردوران بارداري و شيردهي به اثبات‌نرسيده است
عوارض جانبي تيمول موجود در اين‌فرآورده ممكن است باعث تحريك غشاءمخاطي گردد.
مقدار مصرف
بزرگسالان يك قاشق غذاخوري 3 تا 4 باردر روز
كودكان يك قاشق مرباخوري 3 تا 4 باردر روز
اشكال دارويي
Syrup: 120 ml

CALENDULA

موارد مصرف پماد كالاندولا دردرماتيت‌هاي آلرژيك پيشگيري و تسكين‌التهاب و تحريك پوست بدن شيرخواران‌بر اثر تماس با ادرار، آزردگي‌هاي جلدي‌ناشي از خراش‌ها و بريدگيهاي سطحي خشكي و ترك‌هاي پوست گزيدگي‌حشرات پيشگيري و درمان آفتاب‌سوختگي مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: فلاونوييدهاي موجود در گل‌هميشه بهار از آزادشدن هيستامين و توليدپروستاگلاندين‌ها جلوگيري مي‌نمايند.ساپونين‌هاي گل هميشه بهار از آزاد شدن‌هيستامين برادي كينين و بعضي ازآنزيم‌هاي پروتئوليتيك جلوگيري كرده وبا كاهش نفوذپذيري مويرگها مانع ترشح‌پلاسما به‌داخل بافتها گرديده و مهاجرت‌گويچه‌هاي سفيد را به‌ناحيه ملتهب كاهش‌مي‌دهند. كارتنوييدهاي گل هميشه بهار وبخصوص بتاكاروتن پيش‌ساز ويتامين Aبوده و به‌اثرات ضدالتهاب و التيام بخش‌فلاونوييدها و ساپونوزيدهاي آن كمك‌مي‌كنند. كاروتنوييدها همچنين همراه باتانن موجود در گياه ممكن است درپيشگيري و بهبود حالت سرخي ادم و
درد ناشي از آفتاب سوختگي كه در اثراشعه ماوراء بنفش ايجاد مي‌شود مؤثرباشند.
اجزاء فرآورده پماد كالاندولا
از عصاره تام گلهاي هميشه بهار (Calendula officinalis)به‌ميزان 1/5%(معادل 100 ميلي‌گرم كاروتنويید) تهيه‌شده است
مواد مؤثره فلاونوييدهايي نظيركورستين ايزوكورستين استرولها،كاروتنوييدها و ساپونين
مقدار مصرف روزي چندبار پس ازتميزكردن پوست به‌مقدار كافي از پمادروي موضع ماليده شود.
اشكال دارويي
Ointment: 15g

موارد مصرف اين فرآورده‌ها جهت‌برطرف نمودن سوءهاضمه نفخ و دردناشي از آن مصرف مي‌گردند.
مكانيسم اثر: روغنهاي فرار موجود در اين‌فرآورده‌ها با داشتن اثرات آنتي‌اسپاسموديك و كاهش تونوس اسفنگترتحتاني مري موجب تسهيل خروج گازها ازمعده مي‌گردد. تركيبات فلاونوييدي وبيزابولول بابونه داراي اثرات‌آنتي‌اسپاسموديك مي‌باشند. به‌علاوه‌منتول موجود در نعناع احتمالا از طريق اثرآنتاگونيستي كلسيم موجب شل شدن‌عضلات صاف جداره كولون مي‌شود.
اجزاء فرآورده‌ها: ـ Caramin از مخلوطگياهان زير تشكيل شده است
1. دانه انيسون20%
Pimpinella anisum
2. دانه رازيانه20%
Foeniculum vulgare
3. دانه زيره سياه20%
Carum carvi
4. گل بابونه20%
Matricaria chamomilla
5. برگ نعناع20%
Mentha piperita
Caraway Mixture
از مخلوط گياهان زير تشكيل شده است
1.عرق‌زيره‌سياه32/32%
Carum carvi
2.عرق‌رازيانه33/32%
Foeniculum vulgare
3. عرق نعناع8/43%
Mentha arvensis
4. عرق پونه8/33%
Mentha longifolia
Carmint
از عصاره هيدروالكلي گياهان زير تشكيل‌شده است
1. برگ نعناع50%
Mentha spicata

2. برگ بادرنجبویه25%
Melissa officinalis
3. دانه گشنیز25%
Coriandrum sativum
Dineh Carminatif
از مخلوط گیاهان زیر تشکیل شده است
1. دانه زیره سیاه15%
Carum carvi
2. دانه زیره‌سبز10%
Cuminum cyminum
3. دانه انیسون15%
Pimpinella anisum
4. برگ نعناع20%
Mentha piperita
5. برگ بادرنجبویه5%
Melissa officinalis
6. دانه رازیانه20%
Foeniculum vulgare
7. دانه گشنیز15%
Coriandrum sativum
Dillsun
از اسانس شوید به میزان 2% تهیه گردیده‌است
Gripewater
از اسانس طبیعي گیاهان زیر تشکیل شده‌است
1.اسانس‌شوید0/015%
Anethum graveolens
2.اسانس‌دانه‌رازیانه0/015%
Foeniculum vulgare
3.اسانس‌برگ‌نعناع0/015%
Mentha piperita
Supermint
از اسانس نعناع به‌میزان 2% تهیه گردیده‌است
مواد موثره
Caramin:روغنهاي فرار مانند كارون آنتول فنكون منتول كامازولن وفلاونويید آپي‌ژنين
Caraway Mixture:روغنهاي فرار مانندكارون آنتول فنكون منتول و منتون

Carmint: روغنهاي فرار نظير سيترال لينالول كارون و منتول
Dineh Carminatif: روغنهاي فرار نظيرآنتول فنكون سيترال لينالول كارون كومينالدئيد و منتول
Dillsun: روغنهاي فرار نظير منتول
Gripe water: روغنهاي فرار مانندكارون آنتول فنكون منتول و منتون
Supermint: روغنهاي فرار نظير منتول
هشدارها: ايمني مصرف اين فرآورده‌ها دردوران بارداري و شيردهي به‌اثبات‌نرسيده است
عوارض جانبي در افراد حساس امكان‌بروز واكنشهاي آلرژيك (در ماتيت‌تماسي وجود دارد.
مقدار مصرف
Caramin: روزي دو بار، هر بار 2 ـ 1قاشق مرباخوري از پودر كارامين را دريك ليوان آب جوش دم كرده نيم ساعت‌بعد از غذا مصرف مي‌شود.
Caraway Mixture: كودكان تا 6 ماه يك قاشق مرباخوري كودكان 6 ماهه تا 2ساله دو قاشق مرباخوري و در كودكان‌بالاتر از 2 سال سه قاشق مرباخوري‌مصرف مي‌شود. در صورت لزوم اين‌مقادير را تا 6 بار در روز مي‌توان تكرارنمود.
Carmint: بزرگسالان 30 قطره و كودكان‌زير 12 سال 15 قطره با نصف استكان آب‌اضافه شده و بعد از هر غذا مصرف‌مي‌شود.
Dineh Carminatif: بزرگسالان 2 ـ 1قاشق مرباخوري از پودر كارميناتيف
را با نصف ليوان آب جوش دم كرده پس‌از غذا مصرف مي‌شود. پودر كارميناتيف‌را مي‌توان مستقيم؟ به‌غذا يا ماست نيزافزود.
كودكان زير 12 سال نصف مقداربزرگسالان مصرف مي‌شود.
Dillsun 10: ـ 7 قطره در يك استكان آب‌حل شده مصرف مي‌شود. در صورت‌لزوم پنج بار در روز مي‌توان تكرار كرد.
Gripe water: نوزادان يك قاشق‌چايخوري كوكان يك قاشق مرباخوري وبزرگسالان يك قاشق سوپخوري مصرف‌مي‌گردد. در صورت لزوم چهار تا شش‌بار در روز مي‌توان تكرار كرد.
Supermint 10: ـ 7 قطره در يك استكان‌آب حل شده مصرف مي‌شود. در صورت‌لزوم پنج بار در روز مي‌توان تكرار كرد.
اشكال دارويي
Caramin: powder 40 g
Caraway mixture: Solution 120 ml
Carmint: Drop 30 ml
Dineh Carminatif: Powder 55 g

Dillsun: Drop 15 ml
Gripe water: Solution 120 ml
Supermint: Drop 15 ml

CRATAEGUS

موارد مصرف كراتاگوس باداشتن اثرات‌كارديوتونيك گشادكننده عروق كرونر وپايين‌آورنده فشارخون در درمان‌نارساييهاي خفيف قلبي و زيادي فشارخون بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اثرات قلبي ـ عروقي اين‌فراورده به‌تركيبات فلاونوييدي موجود دركراتاگوس بخصوص پروسيانيدين‌هانسبت داده شده است كراتاگوس باعث‌افزايش جريان خون كرونر، افزايش‌جريان خون محيطي (در سر، عضلات‌اسكلتي و كليه ، كاهش جريان خون‌محيطي (در پوست و دستگاه گوارش ،كاهش مقاومت محيطي و كاهش فشارخون‌مي‌گردد.
تركيبات فلاونوييدي وپروآنتوسيانيدين اين گياه احتمالا داراي‌اثرات كرونوتروپ منفي و اينوتروپ مثبت‌مي‌باشند.
اجزاء فرآورده قطره كراتاگوس
از عصاره هيدروالكلي گياه سرخ وليك (Crataegus microphylla) تهيه شده است‌كه هر 100 ميلي‌ليتر آن حاوي 0/2 گرم‌ماده مؤثره فلاونوييد مي‌باشد.
مواد موثره فلاونوييدها، پروسيانيدين‌هاو پروآنتوسيانيدين‌ها.
هشدارها: 1 ـ بيماران تحت درمان باداروهاي قلبي ـ عروقي به‌اثرات‌فارماكولوژيك كراتاگوس حساس‌ترمي‌باشند. بنابراين مصرف اين فرآورده‌در افراد فوق بايد بااحتياط صورت
گيرد.
2 ـ ايمني مصرف اين فرآورده در دوران‌بارداري و شيردهي به‌اثبات نرسيده است
عوارض جانبي بامصرف فرآورده‌هاي‌حاوي كراتاگوس عوارضي نظير تهوع خستگي تعريق و بثورات جلدي (روي‌دست گزارش شده است مصرف مقاديرزياد اين فراورده ممكن است ايجادمسموميت (براديكاردي دپرسيون‌تنفسي نمايد.
مقدار مصرف مقدار مصرف اوليه 70 ـ 60قطره 3 بار در روز به‌مدت 4 ـ 3
روز است مقدار مصرف نگهدارنده روزي3 بار هربار 25 قطره است توصيه
مي‌شود قطره با كمي آب رقيق و مصرف‌گردد.
اشكال دارويي
Drop: 30 ml

DIURETIC

موارد مصرف ديورتيك در تخفيف‌نشانه‌هاي خيز در نارسايي احتقاني قلب وكم‌كاري كليه عفونتهاي دستگاه ادراري وكمك به‌دفع سنگهاي مجاري ادرار وافزايش فشارخون بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: احتمالا يونها و قندهاي‌موجود در اين فرآورده مشابه مدرهاي‌اسموتيك سبب تسهيل دفع آب و مهارجذب مجدد آب و املاح مي‌گردد. روغنهاي‌فرار موجود در پونه به‌علت داشتن اثرات‌آنتي‌اسپاسموديك موجب شل شدن‌عضلات صاف مجاري ادرار و تسهيل‌خروج سنگ مي‌گردد.
اجزاء فرآورده پودر مخلوط گياهي‌ديورتيك از مجموعه گياهان زير تشكيل‌شده است
1. دم آلبالو57/4%
Prunus cerasus
2. كاكل ذرت8/8%
Zea mays
3. ميوه خارخاسك25%
Tribulus terrestris
4. برگ پونه8/8%
Mentha longifolia
مواد موثره پتاسيم كلسيم گلوكز، لولز،مانيتول روغنهاي فرار و فلاونوييدها.
هشدارها: 1 ـ مصرف مقادير زياد اين‌فراورده ممكن است منجر به‌اختلال آب والكتروليتها گردد.
2 ـ ايمني مصرف اين فراورده در دوران‌بارداري و شيردهي به‌اثبات نرسيده است
عوارض جانبي در افراد حساس به‌كاكل‌ذرت احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك درماتيت تماسي و كهير) وجود دارد.
مقدار مصرف روزي 2 بار، هربار يك‌قاشق غذاخوري از مخلوط گياهي را در يك‌ليوان آب جوش به‌مدت 10 دقيقه دم نموده‌و پس از صاف كردن مصرف شود.
اشكال دارويي
Powder: 100 g

ENOXOLONE

موارد مصرف انوکسولون در درمان‌التهابات پوستي نظير قرمزي پوست‌نوزادان ناشي از ادرار سوختگي قرمزي‌پوست در اثر آفتاب سوختگي اگزماهاي‌ملايم در سطح صورت پلکها و اطراف‌دهان و خارش ناشي از نيش حشرات خارش‌هاي انگلي يا خارش دستگاه تناسلي‌در زنان به‌کار مي‌رود.
مکانيسم اثر: گليسيريتينيك اسيد تمايل‌نسبي به‌اتصال با گيرنده‌هاي‌گلوکوکورتيکوئيدي و مينرا لوکورتيکوييدي را دارد و احتمالا با تأثير بر اين‌گيرنده‌ها، روي فعاليت استروييدهاي‌آندوژن تأثير مي‌گذارد و در کبد و کليه ازتبديل کورتيزول به‌کورتيزون جلوگيري‌مي‌کند.
اجزاء فرآورده پماد انوکسولون حاوي 2%اسيد گليسيرتينيك مي‌باشد.
مواد موثره اسيد گليسيرتينيك انوکسولون .
منع مصرف اين فرآورده در بريدگيها،سوختگيها، زخمهاي عفوني و عفونتهاي‌پوستي باکتريايي قارچي و ويروسي نبايدمصرف شود.
هشدارها: 1 ـ به علت امکان حساسيت درموقع تماس با اين دارو به مدت طولاني روي سطح وسيعي از پوست استفاده‌نشود.
2 ـ در مورد پوست نوزادان روي مخاط وپوستي که هنوز لايه خارجي آن تشکيل‌نشده استفاده شود.
3 ـ از استعمال پماد در چشم خودداري‌شود.
عوارض جانبي در صورت مصرف داروبه‌مدت طولاني در سطح وسيع و آسيب‌ديده پوست احتمال بروز علائم‌مينرالوکورتيکوئيدي وجود دارد.
مقدار مصرف پس از تميزکردن پوست روزي 4 ـ 2 بار، لايه نازکي از پماد روي‌موضع ماليده شود.
اشکال دارويي
Ointment: 15g

EUCALYPTUS INHALERS

موارد مصرف اين فراورده‌ها براي برطرف‌نمودن نشانه‌هاي سرماخوردگي سرفه واحتقان بيني به‌كار مي‌روند.
مكانيسم اثر: اسانسهاي موجود در
اين فراورده‌ها داراي اثرات ضدالتهاب خلطآور و آنتي‌باكتريال مي‌باشند.
به‌نظر مي‌رسد اثرات ضدباكتريايي‌اوكاليپتول روي باكتريهاي گرم مثبت‌بيشتر بوده و باسيلوس ساب تيليس وميكروكوكوس گلوتاميوس به‌آن‌حساس‌تر مي‌باشند. كورستين وهايپروزيد موجود در اكاليپتوس ممكن‌است اثرات ضد ويروس آنفلوانزاتيپ Aداشته باشند.
اجزاء فرآورده
Dineh Eucalyptus Inhaler:
1. اسانس اكاليپتوس0/1%
Eucalyptus sp
2. اسانس آويشن0/1%
Thymus serpillum
3. اسانس رازيانه0/1%
Foeniculum vulgare
4. اسانس نعناع0/4%
Mentha piperita
5. تنتور اكاليپتوس‌تا 100%
Eucalyptus sp
Dineh Inhaler:
1. دانه رازيانه20%
Foeniculum vulgare
2. برگ مورد30%
Myrtus communis
3. برگ اكاليپتوس30%
Eucalyptus globulus
4. برگ آويشن15%
Thymus serpillum
5. گل بابونه5%
Matricaria chamomilla
Gol Daru Liquid Eucalyptus Inhaler:
1. تنتور اكاليپتوس20 گرم

Eucalyptus globulus
2. تنتور بنژوئن20 گرم
Styrax benzoin tincture
3. پودر منتول1 گرم
Menthol
Iran Daruk Liquid Eucalyptus Inhaler:
1. تنتور اکالیپتوس49%
Eucalyptus globulus
2. تنتور مورد25%
Myrtus communis
3. تنتور پوتار25%
Cymbopogon sp
4. منتول1%
Menthol
Iran Daruk Powder Eucalyptus Inhaler:
1. برگ اکالیپتوس55%
Eucalyptus globulus
2. برگ مورد10/7%
Myrtus communis
3. برگ پوتار8/3%
Cymbopogon sp
4. برگ آویشن باریك13%
Ziziphora regia
5. برگ آویشن صغیر13%
Thymus kotshyanus
مواد موثره روغنهاي فرار نظير سينئول اكاليپتول ، منتول تيمول كورستين
منع مصرف اين فرآورده‌ها در بيماران‌مبتلا به تب بالا، سرفه‌هاي مداوم وخون‌ريزي دستگاه تنفس نبايد مصرف‌شوند.
عوارض جانبي تيمول موجود در برخي ازاين فرآورده‌ها ممكن است باعث تحريك‌غشا مخاطي گردد.
نكات قابل توصيه 1 ـ اين داروها بايدبه‌صورت بخور مصرف شود و از خوردن‌آن اكيد؟ خودداري گردد.
2 ـ در طي بخوردادن چشمها بايد بسته‌باشند.
3 ـ سرفه‌هاي مداوم ممكن است نشانگريك بيماري جدي باشد. در صورت تداوم‌نشانه‌هاي بيماري بايد به‌پزشك مراجعه‌شود.
مقدار مصرف روزانه چندبار، هربار يك‌قاشق سوپخوري از محلول را در

يك ظرف مناسب آب داغ (در حال جوشيدن‌نباشد) ريخته و به‌مدت 10 ـ 5 دقيقه درحاليكه چشمها بسته است بخور داده‌شود.

اشكال دارويي

Dineh Eucalyptus Inhaler: Solution 60 ml

Dineh Inhaler: Powder 50g

Iran Daruk Liquid Eucalyptus Inhaler:Solution 60 ml

Iran Daruk Powder Eucalyptus Inhaler:Powder 70 g

موارد مصرف اين فرآورده‌ها در زيادي‌فشار خون زيادي چربي خون تصلب‌شرائين و پيشگيري از ترومبوز به‌كارمي‌روند.
مكانيسم اثر: سير احتمالا با اثر
مستقيم روي عضلات صاف ديواره عروق‌باعث وازوديلاتاسيون عروق محيطي‌مي‌گردد. همچنين ممكن است از طريق‌فعال كردن نيتريك اكساید سنتتاز
باعث افزايش توليد نيتريك اكساید
و در نتيجه پايين‌آمدن فشارخون
گردد.
اثر سير در كاهش كلسترول وتري‌گليسيريد احتمالا از طريق مهارآنزيم‌هاي كليدي سنتز كلسترول واسيدهاي چرب مانند هيدروكسي متيل‌گلوتاريل كوآنزيم A (HMG - COA) واستيل كوآكربوكسيلاز ظاهر مي‌شود.سير همچنين باعث تنظيم فسفوليپيدهاي‌پلاسما و ديواره سلولي شده و موجب‌كاهش ميزان VLDL, LDL و افزايش ميزانHDL مي‌گردد. سير با افزايش فعاليت‌فيبرينوليتيكي افزايش زمان انعقاد و وقفه‌تجمع پلاكتي از ايجاد لخته جلوگيري‌مي‌نمايد.
اجزاء فرآورده‌ها:
Alicom حاوي 100 ميلي‌گرم پودر سير(Allium sativum) مي‌باشد.
Allium - S حاوي 500 ميلي‌گرم پودر سير(Allium sativum) مي‌باشد. و ميزان‌آليسين آن در هر قرص معادل 1/2 ميليگرم‌است
Garlet حاوي 400 ميلي‌گرم پودر سير(Allium sativum) مي‌باشد و ميزان آليئين‌و آليسين آن در هر قرص معادل 1ميلي‌گرم است
Garlic هر 10 قطره آن حاوي 0/25 گرم‌عصاره سير (Allium sativum) مي‌باشد.
Garlicap حاوي 330 ميليگرم پودر سير(Allium sativum) مي‌باشد.
مواد موثره تيو آلليل‌ها و مشتقات آنهانظير آليئين آليسين آجوئين دي‌آلليل‌دي‌سولفايد و دي‌آلليل تري سولفايد.
منع مصرف اين فرآورده‌ها در افرادحساس به سير و افراد مبتلا به زخمهاي‌حاد دستگاه گوارش نبايد مصرف شوند.
هشدارها: 1 ـ مصرف زياد سير ممكن است‌باعث خونريزي پس از جراحي گردد.
2 ـ سير ممكن است موجب انقباضات‌رحمي گردد. اين موضوع در صورت‌مصرف سير در زنان باردار بايد موردتوجه قرار گيرد.

عوارض جانبي مصرف اين فرآورده‌ها بامعده خالي و يا مقادير زياد، ممكن است‌اختلالات گوارشي نظير سوزش معده تهوع استفراغ و اسهال ايجاد نمايد.همچنين در افراد حساس واكنش‌هاي‌آلرژيك مانند درماتيت تماسي و حملات‌آسم با مصرف سير گزراش شده است

تداخل‌هاي دارويي در بيماراني كه تحت‌درمان با آسپرين و يا ساير داروهاي ضدانعقاد و داروهاي پايين آورنده قند خون‌مي‌باشند بايد با احتياط مصرف شود.

مقدار مصرف

Alicom روزي 3 بار، هر بار 2 ـ 1 قرص بعد از غذا مصرف مي‌شود.

Allium - S 3 ـ 1 قرص در روز، بعد از غذامصرف مي‌شود.

Garlet روزي 3 بار، هر بار 2 ـ 1 قرص بعد از غذا مصرف مي‌شود.

Garlic روزي 3 ـ 1 بار، هربار 10 قطره‌به‌همراه غذا يا آب ميوه مصرف مي‌شود.

Garlicap روزي 3 بار هر بار 2 ـ 1 كپسول‌با يك ليوان آب بعد از غذا مصرف مي‌شود.

اشكال دارويي

Alicom: Coated Tablet 260 mg

Allium - S: Tablet 700 mg

Garlet: Tablet 570 mg

Garlic: Drop 15 ml

Garlicap: Capsul 330 mg

HYPIRAN

موارد مصرف هايپيران در درمان‌افسردگي بي‌خوابي اضطراب سردردهاي عصبي سر دردهاي دوران‌قاعدگي و ميگرن به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: گياه هايپريكوم به‌دليل داشتن‌هايپريسين و فلاونوييدها داراي اثرات‌آرام‌بخش مسكن و ضداضطراب‌مي‌باشد. هايپريسين از طريق مهار آنزيم‌منوآمين اكسيداز موجب بروز اثرضدافسردگي مي‌گردد. عصاره گياه‌هايپريكوم مي‌تواند ميزان اكسيژن سلولي‌را افزايش دهد.
اجزاء فرآورده هايپيران از عصاره‌هيدروالكلي گياه علف چاي (Hypericum Perforatum) تهيه شده است‌كه هر ميلي‌ليتر آن حاوي 0/25 ميلي‌گرم‌هايپريسين مي‌باشد.
مواد موثره هايپريسين پزودوهايپريسين‌و فلاونوييدهاي هايپيرين كورستين ايزوكورستين و روتين
هشدارها: ايمني مصرف اين فرآورده دردوران بارداري و شيردهي به‌اثبات‌نرسيده است
عوارض جانبي با مصرف اين فرآورده‌احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك وحساسيت به‌نور وجود دارد.
تداخل‌هاي دارويي مصرف مقادير بيش ازمقدار مصرف درماني ممكن است با سايرداروهاي مهاركننده منوآمين اكسيدازتداخل نمايد.
نكات قابل توصيه 1 ـ رنگ دارو پس ازافزودن آب به‌علت تغيير حلاليت تغييرمي‌كند.
2 ـ پس از مصرف دارو از قرار گرفتن بيش‌از حد در معرض نور و يا آفتاب شديدخودداري گردد.
3 ـ بهتر است دارو قبل از غذا مصرف
شود.
4 ـ مصرف دارو در روزهاي اول ممكن‌است باعث ايجاد ناراحتيهاي گوارشي و ياتشديد سردرد گردد كه حداكثر پس از دوتا چهار هفته از بين مي‌رود.
مقدار مصرف بزرگسالان روزي 3 ـ 2 بار،هر بار 30 ـ 20 قطره و در كودكان بالاتر ازسه سال روزي 2 بار، هر بار 15 ـ 10 قطره‌در نصف ليوان آب و يا آب ميوه مصرف‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Drop: 30 ml

KAMIL

موارد مصرف کرم کامیل در درمان‌التهابات پوستي آزردگيهاي جلدي ناشي‌از خراشها و بريدگيهاي سطحي خشكي وتركهاي پوست به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: فعاليت ضدالتهابي عصاره‌بابونه بيشتر به‌واسطه تركيبات ماتريسين پيشتاز كامازولن ، بيزابولول واكسيدهاي آن بوده كه عمده‌ترين تركيبات‌موجود در عصاره را تشكيل مي‌دهند. اين‌فعاليت به‌عمل آنتي‌اكسيدان آنها نسبت‌داده شده است عصاره بابونه احتمالاموجب وقفه سيكلواكسيژناز وليپواكسيژناز شده در نتيجه توليدپروستاگلاندينها و لوكوترين‌ها را متوقف‌مي‌نمايد. آپي‌ژنين موجود در عصاره‌بابونه احتمالا موجب مهار آزادسازي‌هيستامين نيز مي‌گردد.
اجزاء فرآورده كرم كاميل حاوي 5%
عصاره آبي و 0/5% اسانس بابونه (Matricaria chamomilla) مي‌باشد.
مواد موثره روغنهاي فرار نظير
كامازولن آلفا ـ بيزابولول و فلاونوئيد
آپي ژنين
موارد منع مصرف اين فرآورده در افرادحساس به بابونه منع مصرف دارد.
عوارض جانبي در افراد حساس احتمال‌بروز واكنشهاي آلرژيك (در ماتيت‌تماسي وجود دارد.
نكات قابل توصيه از تماس دارو با چشم وساير مخاط خودداري شود.
مقدار مصرف روزي 4 ـ 2 بار در موضع‌ماليده شود.
اشكال دارويي
Cream: 30 g

LAXARICIN

موارد مصرف لاگزاريسين به‌عنوان مسهل‌جهت آماده‌سازي كولون و ركتوم براي‌انجام مطالعات راديوگرافي و آمادگي قبل‌از اعمال جراحي به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: روغن كرچك در روده كوچك‌توسط آنزيم‌هاي ليپاز پانكراس هيدروليزشده و به‌گليسرول و ريسينولئيك اسيدتبديل مي‌شود. ريسينولئيك اسيد مانندساير سورفكتانتهاي آنيونيك بااثر مستقيم‌روي عضلات صاف روده كوچك باعث‌افزايش حركات پريستالتيك روده و كاهش‌جذب آب و الكتروليتها مي‌شود. اين اثراحتمالا ناشي از تحريك شبكه عصبي‌داخل ديواره‌اي مي‌باشد.
اجزاء فرآورده لاگزاريسين حاوي روغن‌كرچك مي‌باشد كه با اسانسهاي مختلف اسانس پرتقال و وانيلين معطر شده است
مواد موثره تري گليسيريد ريسينولئيك‌اسيد و ايزوريسينولئيك اسيد.
منع مصرف 1 ـ اين فرآورده مانند سايرملين‌ها، در دردهاي شكمي با علت‌نامشخص انسداد روده آپانديسيت و يانشانه‌هاي آن تهوع استفراغ و حساسيت‌به‌روغن كرچك نبايد مصرف شود.
2 ـ روغن كرچك طي بارداري به‌علت ايجادپرخوني در ناحيه لگن كه ممكن است باعث‌شروع واكنش‌هاي تحريكي رحم شود منع‌مصرف دارد.
هشدارها: 1 ـ لاگزاريسين در دوران‌قاعدگي بايد بااحتياط مصرف شود.
2 ـ ملين‌ها در خردسالان (تا سن 6 سالگي به‌جز بادستور پزشك نبايد مصرف شوند.
عوارض جانبي كرامپ اسهال آروغ زدن تهوع تحريك پوست اطراف ناحيه مقعد وبثورات جلدي از عوارض جانبي داروهستند.
نكات قابل توصيه مصرف حداقل 8 ـ 6ليوان آب در روز براي كمك به‌نرم شدن‌مدفوع و جلوگيري از كاهش آب بدن بيمارضروري است
مقدار مصرف ابتدا محتوي شيشه را با آب‌جوش پركرده خوب تكان داده وامولسيون شيري رنگ حاصل مصرف‌مي‌شود. بزرگسالان 60 ـ 15 ميلي‌ليتر و دركودكان بالاتر از دو سال 15 ـ 5 ميلي‌ليترمصرف مي‌شود.
اشكال دارويي
Oil For Emulsion: 60 ml

LICOPHAR

موارد مصرف قرص مكيدني ليكوفار به‌عنوان ضد التهاب فارنژ، خلط آور و ضدسرفه به كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: گليسيريزين و گليسيريتينيك‌اسيد موجود در عصاره شيرين بيان احتمالا با تاثير برگيرنده‌هاي‌گلوكوكورتيكوييدي روي فعاليت‌استرويیدهاي آندوژن تاثير مي‌گذارند ودر كبد و كليه از تبديل كورتيزول به‌كورتيزون جلوگيري مي‌كنند. همچنين‌تركيبات موجود در عصاره شيرين بيان‌احتمالا موجب وقفه ليپواكسيژناز،سيكلواكسيژناز و كاهش فعاليت اسيدآراشيدونيك مي‌گردند. اسانسهاي موجوددر فرآورده داراي اثرات ضد سرفه ضددرد و آنتي سپتيك مي‌باشند.
اجزاء فرآورده قرص مكيدني ليكوفار حاوي
1. عصاره خشك شيرين بيان51/2 ميلي‌گرم
Glycyrrhiza glabra
2. اسانس اكاليپتوس1/07 ميلي‌گرم
Eucalyptus sp
3. فلفل قرمز0/14 ميلي‌گرم
Capsicum sp
4. منتول6/3 ميلي‌گرم
Menthol
مواد مؤثره گليسيريزين گليسيريتينيك‌اسيد، روغنهاي فرار (نظير منتول اكاليپتول و كاپسي سين
منع مصرف به دليل وجود ساكاروز نبايددر افراد ديابتيك مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ مصرف مقادير زياد اين‌فرآورده در بيماران قلبي ـ عروقي (به دليل‌اثرات مينرالوكورتيكوييدي شيرين بيان توصيه نمي‌گردد.
2 ـ ايمني مصرف اين فرآورده در دوران‌بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است
عوارض جانبي مصرف طولاني مدت ومقادير زياد اين فرآورده ممكن است سبب‌بروز اثرات مينرالوكورتيكوييدي (احتباس‌آب و سديم و افزايش دفع پتاسيم گردد. به‌دليل وجود منتول و كاپسي سين در اين‌فرآورده احتمال بروز واكنش‌هاي آلرژيك‌و تحريك مخاط در افراد حساس وجوددارد.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌فرآورده‌هاي حاوي شيرين بيان باكورتيكوستروئيدها و داروهاي هورموني با اثرات استروژني و آنتي استروژني بايد با احتياط صورت گيرد.
نكات قابل توصيه ليكوفار در التهاب‌هاي‌ناشي از عفونت مخاط گلو به

تنهايي موثرنمي‌باشد. بنابراين توصيه مي‌گردد طبق‌نظر پزشك همراه با آنتي بيوتيك مناسب‌مصرف شود.
مقدار مصرف روزي 3 بار، هر باز 2 ـ 1قرص مكيده مي‌شود.
اشكال دارويي
Lozenge: 700 mg

LIQUID MENTHOL

موارد مصرف منتول مايع به‌عنوان‌ضداحتقان بيني و جهت برطرف نمودن‌دردهاي موضعي به‌خصوص در ناحيه‌سر، صورت و گردن بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: منتول در غلظتهاي كم به‌طورانتخابي انتهاي اعصاب حسي مربوطبه‌سرما را تحريك كرده و بنابر اين باعث‌احساس سرما مي‌شود.
اين دارو داراي اثر ضد درد موضعي‌مي‌باشد. منتول در غلظتهاي زياد علاوه براين اثر نه تنها باعث تحريك حس گرما ودرد مي‌شود، بلكه ممكن است سبب تحريك‌موضعي نيز شود. مصرف دارو بر روي‌پوست باعث گشادشدن عروق و ايجاداحساس سرما مي‌شود و به‌دنبال آن اثرضد درد ظاهر مي‌گردد.
اجزاء فرآورده منتول مايع از اسانس گياه‌نعناع (Mentha spicata) به‌ميزان 5% تهيه‌شده است
مواد موثره روغنهاي فرار نظير منتول وكارون
هشدارها: مصرف اين فرآورده در بيني‌نوزادان خطرناك است و ممكن است باعث‌كلاپس شود.
عوارض جانبي احتمال بروز واكنشهاي‌آلرژيك در افراد حساس وجود دارد.
نكات قابل توصيه از استنشاق بيش از حداين فرآورده اجتناب گردد.
مقدار مصرف به‌عنوان ضداحتقان بيني3ـ2 قطره در پشت لب و به‌عنوان ضد دردموضعي 10 ـ 5 قطره در موضع ماليده‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Drop: 15 ml

موارد مصرف اين فرآورده‌ها در زخم معده‌و اثني عشر، گاستريت و درد معده به‌كارمي‌روند.
مكانيسم اثر: تركيبات فلاونوييدي گياه‌شيرين بيان احتمالا با تاثير بر مخاط معده سد مخاطي را نسبت به تأثير اسيد معده‌تقويت مي‌نمايد. به‌نظر مي‌رسد اين اثرمشابه كربنوكسولون بوده و با تداخل درسنتز پروستانوئيد معده موجب افزايش‌توليد مخاط و جريان خون مخاطي مي‌گردد.
گليسيريزين و گليسيريتيك اسيد تمايل‌نسبي به اتصال به‌گيرنده‌هاي‌گلوكوكورتيكوئيدي و مينرالوكورـتيكوئيدي را دارند و احتمالا با تأثير بر اين‌گيرنده‌ها، روي فعاليت استروئيدهاي‌آندوژن تأثير مي‌گذارند (در فرآورده‌هاي‌د ـ گليسريزينه شده اين احتمال كمترمي‌باشد).
همچنين اين تركيبات با مهار آنزيمي
در كبد و كليه از تبديل كورتيزول به‌كورتيزون جلوگيري مي‌كنند.
تركيبات‌موجود در عصاره شيرين بيان احتمالاموجب وقفه ليپواكسيژناز،سيكلواكسيژناز و كاهش فعاليت اسيدآراشيدونيك مي‌گردند.
گل بابونه و بومادران موجود درشيرينوش با خاصيت ضدالتهابي در بهبودزخم معده و اثني‌عشر موثر مي‌باشند.
روغنهاي فرار و تركيبات موجود دررگليس معطر با داشتن اثرات‌آنتي‌اسپاسموديك بر روي عضلات صاف‌موجب كاهش انقباضات روده و تسهيل‌خروج گازها از معده مي‌شوند.
گل هميشه بهار و ختمي موجود دررگليسيدين با داشتن موسيلاژ، فلاونوييدو ساير مواد موثره داراي اثرات نرم كننده كاهش دهنده تحريكات ضد التهاب خفيف‌و التيام بخش مي‌باشند.
اجزاء فرآورده‌ها:
Shirinoosh: از مخلوط گياهان زيرتشكيل شده است
1. ريشه شيرين بيان50%
Glycyrrhiza glabra
2. گل بابونه33%
Matricaria chamomilla
3. سر شاخه‌هاي گلدار بومادران17%
Achillea millefolium
Reglis Moattar: از مخلوط گياهان زيرتشكيل شده است
1. عصاره خشك شيرين بيان83/3%
Glycyrrhiza glabra

2. پودر ريشه شيرين بيان15/2%
Glycyrrhiza glabra
3. زيره سبز0/34%
Cuminum cyminum
4. رازيانه0/69%
Foeniculum vulgare
5. گل ختمي0/34%
Althaea officinalis
D - Reglis: حاوي 380 ميلي‌گرم عصاره‌شيرين بيان (Glycyrrhiza glabra)مي‌باشدكه مقدار گليسريزين آن تا حد كمتر از 3%كاهش داده شده است
Reglisidin: حاوي 400 ميلي‌گرم عصاره‌شيرين بيان (Glycyrrhiza glabra)(كه مقدارگليسيريزين آن تا حد كمتر از 3% كاهش داده‌شده است ، 50 ميلي‌گرم عصاره گل هميشه‌بهار (Calendula officinalis) و 50 ميلي‌گرم‌پودر ريشه ختمي (Althaea officinalis)مي‌باشد.
مواد موثره
Shirinoosh: فلاونويید گليكوزيدهايي‌نظير ليكوئي رتين ايزوليكوئي رتين ورامنوليكوئي رتين و مشتقات كومارين هرنيارين ، گليسيريزين گليسيريتنيك‌اسيد، آلكالوييد آكيلئين و روغنهاي فرارنظير كامازولن
Reglis Moattar: گليسيريزين وگليسيريتنيك اسيد، فلاونوييدگليكوزيدهايي نظير ليكوئي رتين ايزوليكوئي رتين و رامنوليكوئي رتين ومشتقات كومارين (هرنيارين ، روغنهاي‌فرار (آنتول كومينيك آلدئيد).
D - Reglis: فلاونويید گليكوزيدهايي نظيرليكوئي رتين ايزوليكوئي رتين ورامنوليكوئي رتين و مشتقات كومارين هرنيارين .
Reglisidin: فلاونويید گليكوزيدهايي نظيرليكوئي رتين ايزوليكوئي رتين ورامنوليكوئي رتين و مشتقات كومارين هرنيارين فلاونويید، فيتوستررول وموسيلاژ.
منع مصرف فرآورده‌هاي د ـ گليسريزه‌نشده در بيماران قلبي ـ عروقي (به‌دليل‌اثرات مينرالوكورتيكوئيدي نبايد مصرف‌شود.
هشدارها: 1 ـ اين فرآورده‌ها در بيماران‌كليوي بايد با احتياط مصرف شود.
2 ـ عصاره تام شيرين بيان داراي اثرات‌استروژنيك و استروئيدي بوده و باعث‌افزايش فشارخون در زمان بارداري وتحريك فعاليت رحم در حيوانات‌آزمايشگاهي مي‌گردد، بنابراين مصرف‌اين فرآورده‌ها دارو در دوران بارداري وشيردهي توصيه نمي‌گردد.
عوارض جانبي مصرف مقادير زياد وطولاني مدت (بيش از 6 هفته و بيش از 60گرم در روز) فرآورده‌هاي حاوي شيرين‌بيان سبب بروز علايم زيادي

آلدوسترون‌مي‌شود.
عصاره توتال شيرين بيان به علت داشتن‌اثرات مينرالوكورتيكوئيدي سبب احتباس‌برگشت‌پذير آب و سديم شده دفع پتاسيم‌را افزايش مي‌دهد.
عصاره د ـ گليسيريزه‌شيرين بيان معمولا اين اثرات را نداشته‌ولي توصيه مي‌گردد اين فرآورده‌ها درافرادي كه مشكلات قلبي عروقي و يا فشارخون بالا دارند با احتياط مصرف شود.
تداخل‌هاي دارويي مصرف همزمان‌فرآورده‌هاي حاوي شيرين بيان باكورتيكوستروئيدها و داروهاي هورموني با اثرات استروژني و آنتي‌استروژني بايدبا احتياط صورت گيرد.
مقدار مصرف
Shirinoosh: روزي 3 بار، هر بار 2 ـ 1قاشق مرباخوري از پودر را در يك ليوان‌آب جوش ريخته و به‌مدت 15 دقيقه دم‌كرده و پس از صاف نمودن نيم‌ساعت قبل‌از غذا مصرف شود.
Reglis Moattar: روزي 3 بار، قبل از غذاهربار يك قاشق چايخوري از فرآورده دريك فنجان آب جوش ريخته و پس ازسردشدن مصرف شود.
D - reglis: در زخم معده 2 قرص 3 بار درروز مصرف شود. در زخم اثني عشر اين‌مقدار را مي‌توان در صورت لزوم تا 2قرص 6 بار در روز افزايش داد.
Reglisidin: 2 ـ 1 قرص 3 بار در روز قبل‌از هر وعده غذايي مصرف مي‌شود. اين‌مقدار را مي‌توان با نظر پزشك تا 12 قرص‌در روز افزايش داد.
اشكال دارويي
A: Liquorice Products
Shirinoosh: Powder 40 g
Reglis moattar: Powder 70 g
B: D - Glycyrrhizinated Products
D - Reglis: Tablet 650 mg
Reglisidin: Tablet 600 mg

موارد مصرف اين فرآورده‌ها در حساسيت‌و خارش گلو، سرفه و نفخ معده به‌كارمي‌روند.
مكانيسم اثر: روغنهاي فرار موجود درقرص ماسومينت ومنتازين با داشتن اثرات‌آنتي‌اسپاسموديك و كاهش تونوس‌اسفنگتر تحتاني مري موجب تسهيل خروج‌گازها از معده مي‌شود. منتول موجود دراسانس نعناع در غلظتهاي كم به‌طور انتخابي‌انتهاي اعصاب حسي مربوط به‌سرما راتحريك كرده بنابراين باعث احساس سرمامي‌شود. به‌علاوه داراي اثرات ضد دردموضعي نيز مي‌باشد. اثر ضد درد موضعي‌منتول علت احتمالي مصرف آن به‌عنوان‌داروي ضدسرفه مي‌باشد. همچنين تركيبات‌موجود در شيرين بيان داراي اثرات‌نرم‌كننده و خلط‌آور مي‌باشند.
اجزاء فرآورده‌ها:
Masumint: حاوي 0/5% اسانس نعناع (Mentha piperita) و 5% عصاره شيرين‌بيان (Glycyrrhiza glabra)مي‌باشد.
Menthazin: حاوي 0/25% اسانس نعناع (Mentha piperita)، 0/25% اسانس رازيانه (Foeniculum vulgare) و 5% عصاره‌شيرين بيان (Glycyrrhiza glabra)مي‌باشد.
مواد موثره
Masumint: روغنهاي فرار (نظير منتول ،گليسيريزين فلاونوييد گليكوزيدهاي‌ليكويي رتين و ايزوليكويي رتين
Menthazin: روغنهاي فرار نظير منتول آنتول و فنكون گليسيريزين فلاونوييدگليكوزيدهاي ليكويي رتين وايزوليكويي رتين
منع مصرف به‌دليل داشتن ساكاروز، درافراد مبتلا به ديابت نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ مصرف مقادير زياد اين‌فرآورده‌ها در بيماران قلبي ـ عروقي به‌دليل اثرات مينرالوكورتيكوييدي توصيه نمي‌گردد.
2 ـ ايمني مصرف اين فرآورده‌ها در دوران‌بارداري و شيردهي به‌اثبات نرسيده است
عوارض جانبي به‌دليل وجود اسانس نعناع‌در اين فرآورده‌ها، احتمال بروزواكنشهاي آلرژيك در افراد حساس وجوددارد. مصرف طولاني مدت اين فرآورده‌هاممكن است سبب بروز اثرات‌مينرالوكورتيكوييدي (احتباس آب وسديم افزايش دفع پتاسيم گردد.
مقدار مصرف هر 3 ـ 2 ساعت يك قرص‌جويده يا مكيده مي‌شود.

اشكال دارويي
Tablet: 500 mg

MELLISAN

موارد مصرف ژل مليسان به عنوان ضدويروس در درمان تبخال بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: گياه فرنجمشك داراي اثرمتوقف كننده فعاليت ويروسها (Virustatic)مي‌باشد.
اجزاء فرآورده ژل مليسان حاوي 1% عصاره‌خشك فرنجمشك (Melissa officinalis)مي‌باشد.
مواد موثره روغن‌هاي فرار (نظيرسيترونلال سيترال و ژرانيال ، پلي فنلها(نظير اسيد رزمارينيك و اسيد كافئيك .
عوارض جانبي با مصرف اين فرآورده‌احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك وجوددارد.
نكات قابل توصيه از تماس دارو با داخل‌چشم خودداري شود.
مقدار مصرف روزي 4 ـ 3 بار به موضع‌ماليده شود.
اشكال دارويي
Topical gel: 5 g

MENTHA

موارد مصرف قرص منتا در اسپاسم‌هاي‌دستگاه گوارش نفخ معده و به‌عنوان‌خوشبوكننده دهان به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: منتا باداشتن اثرات آنتي‌اسپاسموديك و كاهش تونوس اسفنگترتحتاني مري موجب تسهيل خروج گازها ازمعده مي‌گردد. به‌علاوه منتول موجوددراين فرآورده احتمالا از طريق اثرآنتاگونيستي كلسيم موجب شل شدن‌عضلات صاف جداره كولون مي‌شود.
اجزاء فرآورده هر قرص منتا حاوي 2/5ميلي‌گرم اسانس و 35 ميلي‌گرم پودر برگ‌نعناع (Mentha piperita) است
مواد موثره روغنهاي فرار نظير منتول ومنتون
منع مصرف به‌دليل داشتن ساكاروز درافراد مبتلا به‌ديابت نبايد مصرف شود.
عوارض جانبي در افراد حساس امكان‌بروز واكنشهاي آلرژيك وجود دارد.
مقدار مصرف در صورت لزوم يك قرص‌جويده شود.
اشكال دارويي
Tablet: 700 mg

MINTAGEL

موارد مصرف مينتاژل در درمان كچلي‌انگشتان پا و كشاله ران بكار مي‌رود. اين‌فرآورده همچنين براي از بين بردن خارش‌و سوزش محل گزيدگي حشرات وسوختگيهاي سطحي مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: روغنهاي فرار موجود در اين‌فرآورده داراي اثرات ضدقارچي وضدباكتريايي مي‌باشند. منتول درغلظتهاي كم به‌طور انتخابي انتهاي اعصاب‌حسي مربوط به‌سرما را تحريك كرده‌همچنين باعث گشادشدن عروق و ايجاداحساس سرما شده و به‌دنبال آن اثرضددردي ظاهر مي‌گردد.
اجزاء فرآورده مينتاژل حاوي 1/5% اسانس‌نعناع (Mentha piperita) مي‌باشد.
مواد موثره روغنهاي فرار نظير منتول ومنتون
عوارض جانبي در افراد حساس به‌دليل‌وجود منتول احتمال بروز واكنشهاي‌آلرژيك وجود دارد.
مقدار مصرف پس از تميزكردن موضع روزي 3 ـ 2 بار بر روي موضع ماليده‌مي‌شود.
اشكال دارويي
Gel: 15 g

MYRTOPLEX

موارد مصرف ميرتوپلكس داراي خاصيت‌ضد ويروس هرپس سيمپلكس نوع 1 و 2مي‌باشد و در درمان تبخالهاي پوست‌نواحي مختلف بدن و اطراف واژن بكارمي‌رود.
اجزاء فرآورده پماد ميرتوپلكس حاوي‌اسانس گياه مورد (Myrtus communis)به‌ميزان 10% است
مواد موثره تانن پلي‌فنلها، روغنهاي فرارو فلاونوييدها.
هشدارها: 1 ـ با مصرف اين فرآورده بيش‌از مدت توصيه شده احتمال بروزواكنشهاي آلرژيك وجود دارد.
2 ـ ايمني مصرف اين فراورده در دوران‌بارداري و شيردهي به‌اثبات نرسيده است
نكات قابل توصيه از تماس دارو با داخل‌چشم و دهان خودداري شود.
مقدار مصرف روزي 5 ـ 3 بار، هربارپوشش نازكي از پماد بر روي ضايعه‌ماليده شود.
اشكال دارويي
Ointment: 5 g

موارد مصرف اولئاكرات در درمان زيادي‌فشارخون بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اثرات قلبي ـ عروقي اين‌فرآورده به‌تركيبات فلاونوييدي موجوددر كراتاگوس آن بخصوص‌پروسيانيدين‌ها نسبت داده شده است اولئاكرات احتمالا باعث افزايش جريان‌خون كرونر، افزايش جريان خون محيطي در سر، عضلات اسكلتي و كليه ، كاهش‌جريان خون محيطي (در پوست و دستگاه‌گوارش ، كاهش مقاومت محيطي و كاهش‌فشارخون مي‌گردد.
اجزاء فرآورده اولئاكرات از مخلوط گياهان‌زير تشكيل شده است
1. برگ زيتون32/5%
Olea europea
2. ميوه سرخ وليك32/5%
Crataegus microphilla
3. ميوه قره‌قات20%
Vaccinium arctostaphyllos
4. ميوه عناب10%
Zizyphus vulgaris
5. برگ پونه5%
Mentha pulegium
مواد موثره فلاونوييدها، پروسيانيدين‌هاو اولئوروپئين
هشدارها: 1 ـ بيماران تحت درمان باداروهاي قلبي ـ عروقي به‌اثرات‌فارماكولوژيك كراتاگوس حساس‌ترمي‌باشند. بنابراين مصرف اين فرآورده‌در افراد فوق بايد با احتياط صورت گيرد.
2 ـ ايمني مصرف اين فرآورده در دوران‌بارداري و شيردهي به‌اثبات نرسيده است
عوارض جانبي بامصرف فرآورده‌هاي‌حاوي كراتاگوس عوارضي نظير تهوع خستگي تعريق و بثورات جلدي (روي‌دست گزارش شده است مصرف مقاديرزياد اين فرآورده ممكن است ايجادمسموميت (براديكاردي دپرسيون‌تنفسي نمايد.
مقدار مصرف روزي 3 ـ 2 بار، هر بار يك‌قاشق غذاخوري از اولئاكرات را در يك‌ليوان آب جوش به‌مدت 15 دقيقه دم كرده‌پس از صاف نمودن مصرف شود.
اشكال دارويي
Powder: 100 g

PASIPAY

موارد مصرف قطره پاسي پي به‌عنوان‌آرامبخش و خواب آور در تنش‌هاي‌عصبي و بي خوابي بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: مالتول و اتيل مالتول گل‌ساعتي احتمالا داراي اثر آرامبخشي روي‌سيستم اعصاب مركزي (CNS) مي‌باشند.
اجزاء فرآورده پاسي پي از عصاره‌هيدروالكلي گياه گل ساعتي Passifloraincarnata به ميزان 20% تهيه شده است
مواد موثره مالتول و اتيل مالتول آلكالوييدهاي هارمان و هارمالين فلاونوييدهاي ويتكسين و ساپوناراين
هشدارها: 1 ـ اين دارو با ايجاد خواب‌آلودگي ممكن است بر انجام اعمالي كه نيازبه مهارت و دقت دارند (مثل رانندگي تاثيرگذارد.
2 ـ در مطالعات حيواني هارمان و هارمالين‌موجود در گياه گل ساعتي اثر تحريك‌فعاليت رحم نشان داده‌اند. بر اين اساس‌بايستي از مصرف مقادير زياد اين دارو دردوران بارداري و شيردهي اجتناب شود.
تداخل‌هاي دارويي مصرف مقادير زياداين فرآورده ممكن است باعث ايجاد خواب‌آلودگي و افزايش اثر داروهاي مهاركننده‌منوآمين اكسيداز (MAOI) شود.
مقدار مصرف در كودكان 6 ـ 2 سال
6 قطره سه بار در روز و 10 قطره هنگام‌خواب
بزرگسالان و كودكان بالاي 6 سال 10قطره 3 بار در روز و 30 ـ 25 قطره شب‌هنگام خواب
در افراد بالاي 65 سال بهتر است مصرف‌دارو را از مقادير كم آغاز كرده و مقدار آن‌را به تدريج افزايش داد.
اشكال دارويي
Drop: 30 ml

PERSICA

موارد مصرف قطره پرسيكا در پيشگيري‌از افزايش جرم روي دندانها، پوسيدگي‌دندان و خونريزي و امراض لثه و به‌عنوان‌ضدعفوني‌كننده دهان و مسكن درد دندان‌و لثه مصرف مي‌شود.
مكانيسم اثر: استفاده مداوم از گياه مسواك‌به‌دليل ميزان بالاي كلرايد موجب كاهش‌تشكيل پلاك دندان جلوگيري از رنگي‌شدن دندانها و التهاب لثه مي‌گردد. بعلاوه‌ميزان بالاي كلسيم موجود در اين گياه‌موجب استحكام دندان شده و تركيبات‌ايزوتيوسيانات آن مانع رشد باكتريهاي‌دهان مي‌شود.
عصاره اتانولي بومادران به‌دليل داشتن‌تركيبات سزكويي ترپن لاكتون داراي‌اثرات ضدباكتريايي مي‌باشد. عصاره آبي‌بومادران داراي اثرات ضدالتهابي است وبه دليل داشتن آكيلئين موجب كاهش زمان‌انعقاد خون شده و در خونريزي لثه موثرمي‌باشد.
نعناع به‌دليل داشتن منتول موجب ايجاد اثرضددردي و ضدعفوني‌كننده اين فرآورده‌مي‌گردد.
اجزاء فرآورده قطره پرسيكا از عصاره‌هيدروالكلي گياهان زير تهيه شده است
1. گياه مسواك30%
Salvadora persica
2. بومادران25%
Achillea millefolium
3. نعناع45%
Mentha spicata
مواد موثره كلسيم فلورايد، كلرايد،تركيبات ايزوتيوسيانات تانن روغنهاي‌فرار (نظير منتول آزولن و آلكالوييدآكيلئين
هشدارها: ايمني مصرف اين فرآورده دردوران بارداري و شيردهي به‌اثبات‌نرسيده است
نكات قابل توصيه 1 ـ از رقيق كردن بيش ازحد قطره خودداري گردد.
2 ـ پس از مصرف دارو از شستن دهان خوردن و آشاميدن حداقل به‌مدت 20 ـ 10دقيقه خودداري گردد.
3 ـ براي حصول حداكثر نتيجه حداقل يك‌نوبت مصرف اين دهانشويه بعد ازمسواك شب و يا قبل از خواب صورت‌گيرد.
مقدار مصرف جهت جلوگيري از پوسيدگي‌دندان و بيماريهاي دهان روزي دو نوبت‌هر بار 15 ـ 10 قطره را در 15 ميلي‌ليتر آب‌ريخته و به‌مدت 20 ثانيه در دهان گردش‌داده و دور ريخته شود.

در درمان ناراحتي‌هاي دهان و دندان وجلوگيري از خونريزي لثه روزي 5 ـ 3 نوبت‌هربار 15 ـ 10 قطره را در 15 ميلي‌ليتر آب‌ريخته و به‌مدت 20 ثانيه در دهان گردش‌داده و سپس دور ريخته شود.
جهت جلوگيري از خونريزي و عفونت بعداز كشيدن دندان و جراحي‌ها به‌مدت 4 ـ 2روز، هر روز 5 ـ 4 نوبت هر بار 40 ـ 30قطره را در 15 ميلي‌ليتر آب ريخته و به‌مدت20 ثانيه در دهان گردش داده و سپس دورريخته شود.
اشكال دارويي
Drop: 30 ml

PROSTATAN

موارد مصرف قطره پروستاتان در مواردالتهاب حاد و مزمن پروستات سوزش وتكرر ادرار بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: سيتوسترول موجود در اين‌فرآورده با مهار آنزيم 5 ـ آلفا ـ ردوكتازباعث كاهش غلظت دي‌هيدروتستوسترون (DHT) مي‌گردد و در نتيجه‌رشد غده پروستات را متوقف مي‌نمايد.
ايزولكتين موجود در گزنه با رقابت دراتصال به‌گيرنده‌هاي تستوسترون دربافت پروستات موجب وقفه هيپرپلازي‌پروستات مي‌گردد. همچنين تركيبات‌موجود در اين فرآورده داراي اثرات‌ضدالتهاب محرك سيستم ايمني و كاهش‌دهنده تونيسيته عضلات صاف پروستات‌مي‌باشد و موجب تسهيل جريان ادرار وبهبود حال بيمار مي‌گردد.
اجزاء فرآورده قطره پروستاتان از عصاره‌هيدروالكلي گياهان زير تهيه شده است
1. ريشه گزنه20%
Urtica dioica
2. اندام هوايي گزنه10%
Urtica dioica
3. تخم كدوي بدون پوست20%
Cucurbita pepo
4. گل بابونه20%
Matricaria chamomilla
5. ميوه خارخاسك20%
Tribulus terrestis
6. ميوه انيسون10%
Pimpinella anisum
مواد موثره استروييدها (سيتوسترول ،اسكوپولتين فنيل پروپان ايزولكتين پلي‌ساكاريدها و فلانوييدها، روغنهاي فرارو اسيدهاي چرب (اسيد لينولئيك .
منع مصرف اين فرآورده نبايد در كودكان‌مصرف شود.
عوارض جانبي بامصرف اين فرآورده‌احتمال بروز اختلالات گوارشي (تحريك‌معده و واكنشهاي آلرژيك وجود دارد.
مقدار مصرف روزي 3 بار هر بار 40 ـ 30قطره در يك فنجان آب سرد بعد از غذامصرف شود. قطره پروستاتان را مي‌توان‌براي مدت 12 ـ 6 ماه مصرف نمود.

اشكال دارويي
Drop: 30 ml

موارد مصرف پسيليوم در درمان‌يبوستهاي مزمن براي پيشگيري ازيبوست در بيماراني كه در حين اجابت‌مزاج نبايد تحت فشار باشند مانند بيماران‌با زخم برش فرج (episiotomy) ، هموروئيدترومبوزه دردناك شقاق يا آبسه پرينه‌اي فتق ديافراگم تنگي آنوركتال و در رفع‌يبوست ناشي از كولون تحريك‌پذير(spastic colon) مصرف مي‌شود.

مكانيسم اثر: اثر درماني پسيليوم

به‌واسطه تورم موسيلاژ موجود درپوسته دانه آن ظاهر مي‌گردد. موسيلاژاحتمالا از طريق جذب آب باعث افزايش‌حجم و رطوبت مدفوع شده و اين افزايش‌حجم موجب تحريك روده بزرگ و افزايش‌حركات پريستالتيك و كوتاه‌شدن زمان‌عبور مواد از روده و افزايش دفعات دفع‌مي‌گردد.

اجزاء فرآورده‌ها:

Musylium: حاوي پوسته دانه اسفرزه (Plantago psyllium) به ميزان 3/4 گرم درهر ساشه مي‌باشد.

Psyllium Mosiloid: حاوي پوسته دانه‌اسفرزه (Plantago psyllium) به ميزان 3/4گرم در هر ساشه مي‌باشد.

Psyllium: حاوي دانه اسفرزه (Plantago psyllium) به ميزان 60%مي‌باشد.

مواد موثره موسيلاژ.

منع مصرف اين فرآورده‌ها در آپانديسيت‌و يا نشانه‌هاي آن خونريزي رکتوم با علت‌نامشخص نارسايي احتقاني قلب و انسدادروده ديابت و در صورت وجود اشكال دربلع نبايد مصرف شوند.

هشدارها: ملين‌ها در خردسالان (تا سن 6سال به‌جز با دستور پزشك نبايد مصرف‌شوند. از آنجا كه اين كودكان قادربه‌توضيح علائم بيماري خود نيستندتشخيص دقيق بيماري برمصرف اين‌داروها ارجحيت دارد به‌اين طريق مي‌توان‌از عواقب بيماري (مانند آپانديسيت يابروز عوارض جانبي شديدتر، جلوگيري‌كرد.

عوارض جانبي مصرف مقادير زيادپسيليوم باعث انسداد روده و مري (معمولابه‌دليل مصرف كم مايعات مي‌گردد.همچنين واكنشهاي آلرژيك با مصرف‌دارو گزارش شده است در شروع درمان‌ممكن است موقت? سنگيني و نفخ در بيماران‌ايجاد گردد كه با ادامه درمان برطرف‌مي‌شود.

تداخل‌هاي دارويي پسيليوم باعث

كاهش جذب برخي از مواد معدني

(نظير كلسيم منيزيم مس و روي
ويتامين B12، گليكوزيدهاي قلبي ومشتقات كوماريني مي‌گردد.
مصرف‌همزمان پسيليوم با نمكهاي ليتيم
موجب كاهش غلظت پلاسمايي ليتيم و
وقفه جذب آنها از مجراي گوارشي‌مي‌شود. پسيليوم ممكن است موجب‌كاهش سرعت و ميزان جذب كاربامازپين‌شود.
نكات قابل توصيه 1 ـ مصرف حداقل
8 ـ 6 ليوان آب در روز براي كمك به‌نرم‌شدن مدفوع و جلوگيري از كاهش آب بدن‌بيمار ضروري است اين امر به‌دليل
خروج حجم زيادي از آب با مدفوع اهميت‌دارد.
2 ـ مصرف طولاني مدت اين داروها كه‌به‌صورت عادت درآمده باشد ممكن است‌باعث وابسته شدن كار روده‌ها به‌اين‌داروها شود.
3 ـ داروهاي ملين را نبايد بيشتر از يك‌هفته (مگر با دستور پزشك يا در مواردغير ضروري (مانند اجابت مزاج طي يك يادو روز) مصرف نمود.
4 ـ از مصرف داروهاي ملين تا دو ساعت‌بعد از مصرف ساير داروها خودداري‌شود.
5 ـ داروهاي حجيم‌كننده مدفوع حاوي‌مقادير قابل توجهي قند و يا سديم هستند،اين موضوع در مورد بيماران مبتلا به‌ديابت و افرادي كه محدوديت مصرف‌سديم دارند اهميت دارد.
مقدار مصرف 3 ـ 1 بار در روز هر بار يك تادو ساشه يا يك قاشق سوپخوري (حدود10 گرم از پسيليوم را در يك ليوان آب‌ريخته مصرف شود.
اشكال دارويي
Musyllium : 10g / Sachet
Psyllium mosiloid: 7 g / Sachet
Psyllium: Box 70 g

RASIN

موارد مصرف رازين در نفخ معده سرفه حساسيت و خارش گلو بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: روغنهاي فرار موجود درقرص رازين با داشتن اثرات‌آنتي‌اسپاسموديك بر روي عضلات صاف‌موجب تسهيل خروج گازها از معده‌مي‌شوند.
همچنين تركيبات موجود در شيرين‌بيان داراي اثرات نرم‌كننده و خلط‌آور مي‌باشند.
اجزاء فرآورده قرص رازين حاوي 0/5%اسانس رازيانه (Foeniculum vulgare) و5% عصاره ريشه شيرين بيان (Glycyrrhiza glabra) مي‌باشد.
مواد موثره روغنهاي فرار (نظير آنتول وفنكون ، گليسيريزين فلاونوييدگليكوزيدهاي ليكوئي رتين و ايزوليكوئي‌رتين
منع مصرف به‌دليل داشتن ساكاروز درافراد مبتلا به‌ديابت نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ مصرف مقادير زياد اين‌فرآورده در بيماران قلبي ـ عروقي (به‌دليل‌اثرات مينرالوكورتيكوييدي توصيه‌نمي‌گردد.
2 ـ ايمني مصرف اين فرآورده در دوران‌بارداري و شيردهي به‌اثبات نرسيده
است
عوارض جانبي مصرف طولاني مدت اين‌فراورده ممكن است سبب بروز اثرات‌مينرالوكورتيكوييدي (احتباس آب وسديم افزايش دفع پتاسيم گردد.
مقدار مصرف هر 3 ـ 2 ساعت يك يا دوقرص ميكده يا جويده شود.
اشكال دارويي
Tablet: 500 mg

SANKOL

موارد مصرف قطره سنكل براي دفع‌سنگهاي مجاري ادرار، تسكين دردهاي‌كليوي و عفونتهاي مجاري ادراري بكارمي‌رود.
مكانيسم اثر: مواد مؤثره موجود در اين‌فرآورده به‌علت داشتن اثرات مدر و آنتي‌اسپاسموديك موجب شل شدن عضلات‌صاف مجاري ادرار و تسهيل خروج سنگ‌مي‌گردد.
اجزاء فرآورده قطره سنكل از عصاره‌گياهان دارويي زير تهيه شده است
1. دانه رازيانه25%
Foeniculum vulgare
2. دانه زيره سبز12/5%
Cuminum cyminum
3. برگ بو12/5%
Laurus nobilis
4. دم گيلاس12/5%
Cerasus avium
5. كاكل ذرت12/5%
Zea mays
6. ميوه خارخاسك12/5%
Tribulus terrestris
7. تخم خربزه12/5%
Cucumis melo
مواد موثره املاح پتاسيم اسيدهاي چرب فلاونوييدها و روغنهاي فرارنظير آنتول فنكون سينئول و كارون
هشدارها: 1 ـ مصرف مقادير زياد اين‌فرآورده ممكن است منجر به‌اختلال آب والكتروليتها گردد.
2 ـ ايمني مصرف اين فراورده در دوران‌بارداري و شيردهي به‌اثبات نرسيده است
عوارض جانبي در افراد حساس به‌كاكل‌ذرت احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك درماتيت تماسي و كهير) وجود دارد.
نكات قابل توصيه 1 ـ نوشيدن مقادير زيادآب و مايعات همزمان بامصرف اين داروتوصيه مي‌شود.
2 ـ اين دارو در افراد بامعده حساس بايدبعد از غذا ميل شود.
مقدار مصرف روزي 3 بار، هر بار 60 ـ 50قطره در يك فنجان آب سرد بعد از غذامصرف شود. در موارد حاد، درمان باسنكل مي‌تواند تا مدت يك

ماه ادامه يابد. دردرمان مزمن و به‌منظور پيشگيري ازتشكيل مجدد سنگ مقدار مصرف 30 قطره3 ـ 2 بار در روز براي مدت يك هفته‌توصيه مي‌گردد كه اين رژيم درماني بايدهر ماه تكرار گردد.
اشكال دارويي
Drop: 30 ml

موارد مصرف اين فرآورده‌ها براي درمان‌كوتاه مدت يبوست مصرف مي‌شوند.
مكانيسم اثر: سنوزيدهاي B و A توسطباكتريهاي روده بزرگ متابوليزه شده وتبديل به‌مشتقات فعال Rhein - anthroneمي‌گردند. اين تركيبات موجب تحريك وافزايش حركات پريستالتيك روده و درنتيجه كاهش جذب آب و الكتروليتها شده وهمچنين ترشح مايعات در روده بزرگ را ازطريق تحريك ترشح فعال كلرايد و مخاطافزايش مي‌دهند. اثرات فوق احتمالا ناشي‌از افزايش بيوسنتز و آزادسازي‌پروستاگلاندين‌ها است روغنهاي فرارموجود در گشنيز و زيره (موجود دربعضي از اين فراورده‌ها) به‌علت داشتن‌اثرات آنتي اسپاسموديك مانع ايجاد درد وكرامپ شكمي ناشي از مصرف سنامي‌گردد.
اجزاء فرآورده‌ها:
C-Lax: حاوي 600 ميلي‌گرم برگ سنا (Cassia obovata)(معادل 15 ميلي‌گرم‌سنوزيد B) و 100 ميلي‌گرم دانه گشنيز (Coriandrum sativum)مي‌باشد.
Herbilax: حاوي 290 ميلي گرم پودربرگ سنا (Cassia acutifolia) (معادل 2/5%سنوزيد A و B) مي‌باشد.
Senalin: از مخلوط گياهان زير تشكيل‌شده است
1. برگ سنا50%
Cassia angustifolia
2. دانه زيره سبز25%
Cuminum cyminum
3. گل سرخ25%
Rosa damascena
Senalin 7.5: حاوي
1. عصاره خشك برگ و ميوه سنا34/2%
Cassia obovta
2. پودر گلبرگ گل سرخ15/1%
Rosa damascena
3. اسانس رازيانه0/45%
Foeniculum vulgare
Sennamed: از عصاره خشك الكلي برگ‌سنا (Cassia angustifolia) (معادل 9ميلي‌گرم سنوزيد B و A) تهيه شده است

مواد موثره
هيدروكسي آنتراسن گليكوزيدها (سنوزيدA و B) و روغن‌هاي فرار (نظير لينالول كورياندرول كومينالدئيد و سيترال .
موارد منع مصرف اين فرآورده‌ها مانندساير ملين‌ها در بيماران مبتلا به‌تنگي وانسداد روده و ايلئوم دردهاي شكمي‌ناشناخته خونريزي ركتوم با علت‌نامشخص بيماريهاي التهابي روده وآپانديسيت نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ استفاده طولاني مدت ازملين‌هاي آنتراكينوني ايجاد وابستگي‌مي‌نمايد.
2 ـ به‌علت احتمال ترشح مشتقات‌آنتراكينون در شيرمادر، مصرف اين‌فرآورده در دوران شيردهي توصيه‌نمي‌گردد.
3 ـ دفع كليوي تركيبات آنتراكينوني موجب‌تغييررنگ ادرار (زرد قهوه‌اي به‌قرمز)همراه با افزايش pH آن مي‌گردد.
4 ـ مصرف اين فرآورده‌ها در دوران‌بارداري تنها هنگامي توصيه مي‌گردد كه‌رژيم غذايي مناسب و ملين‌هاي فيبري‌موثر واقع نشده‌اند.
5 ـ ملين‌ها در خردسالان (تا سن 6 سال بجز با دستور پزشك نبايد مصرف شوند.
عوارض جانبي مصرف سنا ايجاد درد وكرامپ‌هاي شكمي مي‌نمايد ولي‌فراورده‌هاي حاوي دانه گشنيز و يا زيره‌احتمالا اين عارضه را ايجاد نمي‌نمايند.
مصرف طولاني مدت و دوزهاي بالاي اين‌فرآورده‌ها موجب از بين رفتن كارايي‌روده‌ها، اسهال و از دست دادن آب والكتروليتها (به‌ويژه پتاسيم ، آلبومينوري‌و هماتوري مي‌گردد. مقادير زياد سناممكن است ايجاد نفريت نمايد. در افرادي‌كه به‌مدت طولاني از ملين‌هاي آنتراكينوني‌استفاده نموده‌اند، پيگمانتاسيون ملانوتيك‌مخاط روده (Melanosis coli) مشاهده شده‌است البته 12 ـ 4 ماه پس از قطع مصرف‌دارو اين عارضه از بين خواهد رفت
تداخل‌هاي دارويي اين داروها به‌دليل‌تغيير رنگ و افزايش pH ادرار ممكن است‌با آزمايشهاي تشخيصي (مانند تعيين‌ميزان اوروبيلينوژن ادرار و تعيين ميزان‌استروژن به‌روش كوبر) تداخل نمايند.فراورده‌هاي حاوي سنا با داروهاي پايين‌آورنده پتاسيم خون مانند مدرهاي‌تيازيدي آدرنوكورتيكوستروئيدها، ريشه‌شيرين بيان و گليكوزيدهاي قلبي تداخل‌اثر داشته و احتمالا ايجاد اختلالات قلبي وعصبي ـ عضلاني مي‌نمايند.
نكات قابل توصيه 1 ـ باتوجه به‌اينكه اثرات‌سنا 10 ـ 8 ساعت پس از مصرف آن ظاهرمي‌گردد، بهتر است اين فرآورده‌ها درهنگام خواب مصرف شوند.
2 ـ مصرف حداقل 8 ـ 6 ليوان آب در روزبراي كمك به‌نرم شدن مدفوع و

جلوگيري‌از كاهش آب بدن بيمار ضروري است اين‌امر به‌علت خروج حجم زيادي از آب بامدفوع اهميت دارد.
مقدار مصرف C-Lax: به‌عنوان ملين دربزرگسالان 2 ـ 1 قرص در روز و دركودكان بالاتر از 6 سال 1 ـ 0/5 قرص طبق‌دستور پزشك به‌عنوان مسهل 3 ـ 2 قرص‌يكجا قبل از خواب
Herbilax: به عنوان ملين در بزرگسالان 2كپسول در روز و در كودكان بالاتر از 6سال 1 كپسول در روز. براي تخليه معده10 كپسول يكجا با دو ليوان آب
Sennamed: بزرگسالان 2 ـ 1 قرص و دركودكان 12 ـ 6 سال يك قرص هنگام خواب‌مصرف شود.
Senalin: يك قاشق غذاخوري از مخلوطسنالين را در يك ليوان آب جوش ريخته وپس از نيم ساعت آن را صاف نموده قبل ازصبحانه مصرف مي‌شود. براي اجابت‌مزاج و تخليه سريع روده‌ها تا دو برابرمقدار فوق را مي‌توان مصرف نمود.
Senalin 7.5: به عنوان ملين دربزرگسالان 4 ـ 1 قرص و در كودكان بالاتراز 6 سال 2 ـ 1 قرص در روز.
اشكال دارويي
C-Lax: Tablet 750 mg
Herbilax: Capsul 290 mg
Senalin: Powder 40 g
Senalin 7.5: Dragee 500 mg
Sennamed: Tablet 650 mg

SHIRAFZA

موارد مصرف قطره شيرافزا جهت افزايش‌شير مادر بكار مي‌رود و همچنين باعث‌برطرف شدن اختلالات گوارشي و آرامش‌طفل مي‌گردد.
مكانيسم اثر: آنتول موجود در شيرافزااحتمالا به‌عنوان آنتاگونيست رقابتي‌دوپامين عمل كرده و موجب افزايش ترشح‌شير مي‌شود. قطره شيرافزا باداشتن‌اثرات آنتي اسپاسموديك بر روي عضلات‌صاف موجب تسهيل خروج گازها از معده‌شده در نتيجه سبب برطرف شدن‌اختلالات گوارشي و آرامش طفل مي‌گردد.
اجزاء فرآورده قطره شيرافزا از
عصاره هيدروالكلي گياهان زير تهيه شده‌است
1. دانه رازيانه50%
Foeniculum vulgare
2. دانه زيره سبز20%
Cuminum cyminum
3. دانه شنبليه20%
Trigonella foenum - graecum
4. اندام هوايي شويد10%
Anethum graveolens
مواد موثره تريگونلين نيكوتينيك اسيد وروغنهاي فرار. نظير آنتول فنكون كارون‌و پاراسيمن
عوارض جانبي بامصرف اين فراورده‌احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك وجوددارد.
تداخل‌هاي دارويي شنبليله موجود در اين‌فرآورده باعث كاهش قندخون مي‌گردد.بنابراين احتمال دارد با داروهاي پايين‌آورنده قندخون تداخل نمايد.
مقدار مصرف روزانه 3 نوبت هر بار
30 ـ 20 قطره در يك فنجان آب سرد با كمي‌قند بعد از غذا مصرف شود.
اشكال دارويي
Drop: 30 ml

TANAMIGRAIN

موارد مصرف كپسول تاناميگرن به عنوان‌پيشگيري كننده حملات ميگرني بكارمي‌رود.
مكانيسم اثر: گياه موجود در اين فرآورده‌احتمالا از طريق مهار آزادسازي‌گرانولهاي حاوي سروتونين از پلاكتها وگلبولهاي سفيد خون اثر پيشگيري ازميگرن را ظاهر مي‌سازد. همچنين درآزمايشات Invitro عصاره اين گياه موجب‌مهار آزادسازي پروستاگلاندين‌ها (بامكانيزمي متفاوت از مكانيزم مهارسيكلواكسيژناز) مي‌گردد.
اجزاء فرآورده كپسول تاناميگرن حاوي125 ميلي گرم پودر گياه Chrysanthemumparthenium (معادل حداقل 0/2%پارتنوليد) مي‌باشد.
مواد موثره سزكويي ترپن لاكتونها (بويژه‌پارتنوليد).
منع مصرف در حاملگي و شيردهي وكودكان زير دو سال و افرادي كه به گياهان‌تيره كاسني (Compositae) نظير بابونه‌حساسيت دارند نبايد مصرف شود.
هشدارها: 1 ـ در صورت بروز زخمهاي‌دهاني مصرف دارو قطع گردد.
2 ـ اين فرآورده نبايد بيشتر از 4 ماه‌مصرف گردد (مگر با دستور پزشك .
عوارض جانبي با مصرف اين فرآورده‌احتمال بروز خشكي و زخم دهان ناراحتي‌هاي گوارشي (درد شكمي سوءهاضمه تهوع و...) و درماتيت تماسي‌وجود دارد.
نكات قابل توصيه
از آنجايي كه تاناميگرن به طورپروفيلاكتيك عمل مي‌نمايد، بايستي به‌طور مرتب و روزانه يك كپسول مصرف‌گردد.
مقدار مصرف روزانه 2 ـ 1 كپسول بعد ازغذا مصرف شود (اثرات مثبت دارو 8 ـ 4هفته بعد از مصرف ظاهر مي‌گردد).
اشكال دارويي
Capsul: 125 mg

THYMIAN

موارد مصرف شربت تيميان به‌عنوان‌ضدسرفه و خلط آور بكار مي‌رود.
مكانيسم اثر: اثرات خلط‌آور و ضدسرفه‌آويشن احتمالا مربوط به‌فلاونوييدها
و روغنهاي فرار (تيمول و كارواكرول
آن مي‌باشد. همچنين براي روغنهاي
فرار اكاليپتوس (اكاليپتول ، رازيانه آنتول ، مرزه (كارواكرول نيز
اثرات خلط‌آور و ضدسرفه گزارش شده‌است
اجزاء فرآورده شربت تيميان از عصاره‌هيدورالكلي گياهان زير تهيه شده
است
1. برگ آويشن19%
Thymus vulgaris
2. برگ اكاليپتوس5%
Eucalyptus globulus
3. برگ مرزه7%
Satureja hortensis
4. دانه رازيانه0/5%
Foeniculum vulgare
مواد موثره فلاونوييدها و روغنهاي فرارنظير تيمول اكاليپتول آنتول فنكون
وكارواكرول
منع مصرف به‌دليل وجود ساكاروز نبايددر افراد ديابتيك مصرف شود.
هشدارها: ايمني مصرف اين فرآورده دردوران بارداري و شيردهي
به‌اثبات‌نرسيده است
عوارض جانبي تيمول موجود در اين‌فرآورده ممكن است باعث تحريك
غشامخاطي گردد. به‌دليل وجود آنتول
احتمال بروز واكنشهاي آلرژيك
(درماتيت تماسي در افراد حساس وجوددارد.
مقدار مصرف
بزرگسالان 2 ـ 1 قاشق سوپخوري 3 باردر روز مصرف شود.
كودكان يك قاشق سوپخوري و در اطفال‌زير 6 سال يك قاشق مرباخوري
3 بار درروز مصرف شود.
اشكال دارويي
Syrup: 120 ml

موارد مصرف
فراورده‌هاي حاوي والرين در تنش‌هاي‌عصبي اضطراب و بي خوابي بكار مي‌روند.
مكانيسم اثر: والريك به عنوان داروي‌مضعف سيستم اعصاب مركزي (CNS)عمل مي‌كند. والرينيك اسيد سنبل الطيب‌احتمالا باعث وقفه در سيستم آنزيمي‌مسئول كاتابوليسم گابا (GABA) مي‌شود.همچنين مالتول و اتيل مالتول گل ساعتي‌احتمالا داراي اثرات آرامبخش روي‌سيستم اعصاب مركزي (CNS) مي‌باشند.
اجزاء فرآورده‌ها:
Valeric: از عصاره ريشه وريزوم سنبل‌الطيب (Valeriana officinalis) به
ميزان 15% و عصاره برگ بادرنجبويه (Melissa officinalis) به ميزان 5% تهيه‌شده است
Valiflor: از عصاره ريشه وريزوم
سنل الطيب (Valeriana officinalis)
به ميزان 33% و عصاره گل ساعتي (Passiflora incarnata) به ميزان 9/9% تهيه‌شده است
Valerian: از پودر ريشه و ريزوم سنبل‌الطيب (Valeriana officinalis)
به ميزان350 ميلي گرم تهيه شده است
مواد موثره Valeric: والرينيك اسيد،والپوتريات‌ها، روغنهاي فرار نظير سيترال‌و سيترونلال
Valiflor: مالتول و اتيل مالتول والرينيك‌اسيد، والپوتريات‌ها، آلكالوييدهاي هارمان‌و هارمالين
Valerian: والرينيك اسيد، والپوتريات‌ها.
هشدارها: 1 ـ مصرف مقادير زياد اين‌فرآورده‌ها ممكن است ايجاد خواب‌آلودگي نمايد. بنابراين هنگام رانندگي ياكار با ابزاري كه به هوشياري كامل نيازدارند، احتياط شود.
2 ـ ايمني مصرف اين فرآورده‌ها در دوران‌بارداري و شيردهي به اثبات نرسيده است
تداخل‌هاي دارويي مصرف اين فرآورده‌هاموجب تشديد اثر ساير داروهاي‌آرامبخش مي‌گردد.
مقدار مصرف Valeric: يك پيمانه (15 ميلي‌ليتر) نيم ساعت قبل از خواب و در صورت‌لزوم يك تا دو پيمانه در روز مصرف شود.

Valiflor: به عنوان آرامبخش روزي 3 بار،هر بار 2 ـ 1 قرص و به عنوان خواب آور
2 ـ 1 قرص قبل از خواب
Valerian: روزي سه‌بار هر بار 2ـ1كپسول
اشكال دارويي
Valeric: Syrup 120 ml
Valiflor: Tablet 600 mg
Valerian: Capsul 350 mg

VITAGNUS

موارد مصرف ويتاگنوس جهت رفع‌اختلالات قاعدگي و اختلالات يائسگي به‌كار مي‌رود.
مكانيسم اثر: مكانيسم اثر دقيق اين‌فرآورده به اثبات نرسيده است ولي به نظرمي‌رسد گياه پنج انگشت با اثر بر محورهيپوتالاموس ـ هيپوفيز اثر خود را اعمال‌مي‌كند. اين گياه باعث كاهش آزاد شدنFSH و افزايش آزاد شدن LH و پرولاكتين‌از هيپوفيز مي‌گردد.
مطالعات نشان داده است كه گياه پنج‌انگشت حاوي تركيبات استروژنيك‌نمي‌باشد و مستقيم? بر روي تخمدانهاتاثير نمي‌گذارد.
اجزاء فرآورده ويتاگنوس حاوي 90 ـ 80ميلي گرم عصاره خشك گياه پنج انگشتVitex agnus - castus مي‌باشد.
مواد موثره مواد موثره گياه پنج انگشت‌به‌طور دقيق تعيين نگرديده است ولي‌عصاره اين گياه حاوي فلانوييدها(كاستيسين ، ايريدوئيد گلايكوزيدها(آكوبين و آگنوزيد) و روغنهاي فرارمي‌باشد.
منع مصرف اين فرآورده با توجه به اثرات‌هورموني آن در دوران بارداري ممنوعيت‌مصرف دارد.
عوارض جانبي در اكثر مطالعات انجام
شده عوارض جانبي با مصرف اين دارومشاهده نگرديده است ولي به صورت نادرگزارشاتي مبني بر بروز واكنشهاي‌آلرژيك سردرد و افزايش خونريزي دردوران قاعدگي وجود دارد.
تداخل دارويي اين دارو ممكن است باداروهاي ضد بارداري خوراكي وهورموني تداخل نمايد.
مقدار مصرف روزانه 40 قطره از دارو رادر كمي آب يا آبميوه ريخته و نيم ساعت‌قبل از صبحانه (با معده خالي مصرف‌شود.
اشكال دارويي
Drop: 30 ml

موارد مصرف اين فراورده‌ها در پيشگيري‌از بيماري مسافرت مصرف مي‌شوند.
مكانيسم اثر: مكانيسم اثر زنجبيل درپيشگيري از بيماري مسافرت مشخص‌نيست به نظر مي‌رسد كه با تاثير موضعي‌بر مجاري گوارشي اثر خود را اعمال‌مي‌كند.
اجزاء فراورده‌ها: Gingitone: حاوي
365 ميلي گرم پودر ريشه زنجبيلZingiber officinale مي‌باشد.
Zintoma: حاوي 250 ميلي گرم پودرريشه زنجبيل Zingiber officinaleمي‌باشد.
مواد موثره روغنهاي فرار نظير زينجيبرن‌و بتابيزابولن اولئورزين‌هايي نظيرهمولوگهاي جينجرول و شوگاال
هشدارها: ايمني مصرف اين فرآورده‌ها دردوران بارداري و شيردهي به اثبات‌نرسيده است
تداخل‌هاي دارويي از آنجا كه گزارش
شده است زنجبيل داراي اثرات‌كارديوتونيك و ضد فعاليت پلاكتي و پايين آورنده قند خون مي‌باشد، لذامصرف مقادير زياد اين فرآورده‌ها ممكن‌است با درمانهاي قلبي پايين آورنده قندخون و ضد انعقاد تداخل نمايد.
مقدار مصرف در بزرگسالان و كودكان‌بالاي 6 سال 2 كپسول نيم ساعت قبل ازشروع مسافرت و سپس هر 4 ساعت يكبار2 كپسول مصرف شود.
اشكال دارويي
Gingitone: cap 365 mg
Zintoma: cap 250 mg

درباره مرکز تحقیقات رایانه‌اي قائمیه اصفهان

بسم الله الرحمن الرحیم
جاهِدُوا بِأَمْوالِكُمْ وَ أَنْفُسِكُمْ في سَبيلِ اللَّهِ ذلِكُمْ خَيْرٌ لَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ (سوره توبه آیه 41)
با اموال و جانهای خود، در راه خدا جهاد نمایید؛ این برای شما بهتر است
اگر بدانید حضرت رضا (علیه السّلام): خدا رحم نماید بنده‌ای که امر ما را زنده (و برپا) دارد ... علوم و دانشهای ما را یاد گیرد و به مردم یاد دهد، زیرا مردم اگر سخنان نیکوی ما را (بی آنکه چیزی از آن کاسته و یا بر آن بیافزایند) بدانند هر آینه از ما پیروی (و طبق آن عمل) می کنند
بنادر البحار-ترجمه و شرح خلاصه دو جلد بحار الانوار ص 159
بنیانگذار مجتمع فرهنگی مذهبی قائمیه اصفهان شهید آیت الله شمس آبادی (ره) یکی از علمای برجسته شهر اصفهان بودند که در دلدادگی به اهلبیت (علیهم السلام) بخصوص حضرت علی بن موسی الرضا (علیه السلام) و امام عصر (عجل الله تعالی فرجه الشریف) شهره بوده و لذا با نظر و درایت خود در سال 1340 هجری شمسی بنیانگذار مرکز و راهی شد که هیچ وقت چراغ آن خاموش نشد و هر روز قوی تر و بهتر راهش را ادامه می دهند.
مرکز تحقیقات قائمیه اصفهان از سال 1385 هجری شمسی تحت اشراف حضرت آیت الله حاج سید حسن امامی (قدس سره الشریف ) و با فعالیت خالصانه و شبانه روزی تیمی مرکب از فرهیختگان حوزه و دانشگاه، فعالیت خود را در زمینه های مختلف مذهبی، فرهنگی و علمی آغاز نموده است.
اهداف :دفاع از حریم شیعه و بسط فرهنگ و معارف ناب ثقلین (کتاب الله و اهل البیت علیهم السلام) تقویت انگیزه جوانان و عامه مردم نسبت به بررسی دقیق تر مسائل دینی، جایگزین کردن مطالب سودمند به جای بلوتوث های بی محتوا در تلفن های همراه و رایانه ها ایجاد بستر جامع مطالعاتی بر اساس معارف قرآن کریم و اهل بیت علیهم السّلام با انگیزه نشر معارف، سرویس دهی به محققین و طلاب، گسترش فرهنگ مطالعه و غنی کردن اوقات فراغت علاقمندان به نرم افزار های علوم اسلامی، در دسترس بودن منابع لازم جهت سهولت رفع ابهام و شبهات منتشره در جامعه عدالت اجتماعی: با استفاده از ابزار نو می توان بصورت تصاعدی در نشر و پخش آن همت گمارد و از طرفی عدالت اجتماعی در تزریق امکانات را در سطح کشور و باز از جهتی نشر فرهنگ اسلامی ایرانی را در سطح جهان سرعت بخشید.

از جمله فعالیتهای گسترده مرکز :
الف)چاپ و نشر ده ها عنوان کتاب، جزوه و ماهنامه همراه با برگزاری مسابقه کتابخوانی
ب)تولید صدها نرم افزار تحقیقاتی و کتابخانه ای قابل اجرا در رایانه و گوشی تلفن سهمراه
ج)تولید نمایشگاه های سه بعدی، پانوراما ، انیمیشن ، بازیهاي رایانه اي و ... اماکن مذهبی، گردشگری و...
د)ایجاد سایت اینترنتی قائمیه www.ghaemiyeh.com جهت دانلود رایگان نرم افزار هاي تلفن همراه و چندین سایت مذهبی دیگر
ه)تولید محصولات نمایشی، سخنرانی و ... جهت نمایش در شبکه های ماهواره ای
و)راه اندازی و پشتیبانی علمی سامانه پاسخ گویی به سوالات شرعی، اخلاقی و اعتقادی (خط 2350524)
ز)طراحی سیستم هاي حسابداري ، رسانه ساز ، موبایل ساز ، سامانه خودکار و دستی بلوتوث، وب کیوسک ، SMS و...
ح)همکاری افتخاری با دهها مرکز حقیقی و حقوقی از جمله بیوت آیات عظام، حوزه های علمیه، دانشگاهها، اماکن مذهبی مانند مسجد جمکران و ...
ط)برگزاری همایش ها، و اجرای طرح مهد، ویژه کودکان و نوجوانان شرکت کننده در جلسه
ی)برگزاری دوره های آموزشی ویژه عموم و دوره های تربیت مربی (حضوری و مجازی) در طول سال
دفتر مرکزی: اصفهان/خ مسجد سید/ حد فاصل خیابان پنج رمضان و چهارراه وفائی / مجتمع فرهنگي مذهبي قائميه اصفهان
تاریخ تأسیس: 1385 شماره ثبت : 2373 شناسه ملی : 10860152026
وب سایت: www.ghaemiyeh.com ایمیل: Info@ghaemiyeh.com
فروشگاه اینترنتی: www.eslamshop.com
تلفن 25-2357023- (0311) فکس 2357022 (0311) دفتر تهران 88318722 (021) بازرگانی و فروش 09132000109 امور کاربران 2333045(0311)
نکته قابل توجه اینکه بودجه این مرکز؛ مردمی ، غیر دولتی و غیر انتفاعی با همت عده ای خیر اندیش اداره و تامین گردیده و لی جوابگوی حجم رو به رشد و وسیع فعالیت مذهبی و علمی حاضر و طرح های توسعه ای فرهنگی نیست، از اینرو این مرکز به فضل و کرم صاحب اصلی این خانه (قائمیه) امید داشته و امیدواریم حضرت بقیه الله الاعظم عجل الله تعالی فرجه الشریف توفیق روزافزونی را شامل همگان بنماید تا در صورت

امکان در این امر مهم ما را یاری نمایندانشاالله.
شماره حساب 621060953 ، شماره کارت :6273-5331-3045-1973و شماره حساب شبا : IR90-0180-0000-0000-0621-0609-53به نام مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان نزد بانک تجارت شعبه اصفهان – خیابان مسجد سید
ارزش کار فکری و عقیدتی
الاحتجاج - به سندش، از امام حسین علیه السلام -: هر کس عهده دار یتیمی از ما شود که محنتِ غیبت ما، او را از ما جدا کرده است و از علوم ما که به دستش رسیده، به او سهمی دهد تا ارشاد و هدایتش کند، خداوند به او می‌فرماید: «ای بنده بزرگوار شریک کننده برادرش! من در کَرَم کردن، از تو سزاوارترم. فرشتگان من! برای او در بهشت، به عدد هر حرفی که یاد داده است، هزار هزار، کاخ قرار دهید و از دیگر نعمت‌ها، آنچه را که لایق اوست، به آنها ضمیمه کنید».
التفسیر المنسوب إلی الإمام العسکری علیه السلام: امام حسین علیه السلام به مردی فرمود: «کدام یک را دوست‌تر می‌داری: مردی اراده کشتن بینوایی ضعیف را دارد و تو او را از دستش می‌رَهانی، یا مردی ناصبی اراده گمراه کردن مؤمنی بینوا و ضعیف از پیروان ما را دارد، امّا تو دریچه‌ای [از علم] را بر او می‌گشایی که آن بینوا، خود را بِدان، نگاه می‌دارد و با حجّت‌های خدای متعال، خصم خویش را ساکت می‌سازد و او را می‌شکند؟».
[سپس] فرمود: «حتماً رهاندن این مؤمن بینوا از دست آن ناصبی. بی‌گمان، خدای متعال می‌فرماید: «و هر که او را زنده کند، گویی همه مردم را زنده کرده است»؛ یعنی هر که او را زنده کند و از کفر به ایمان، ارشاد کند، گویی همه مردم را زنده کرده است، پیش از آن که آنان را با شمشیرهای تیز بکشد».
مسند زید: امام حسین علیه السلام فرمود: «هر کس انسانی را از گمراهی به معرفت حق، فرا بخواند و او اجابت کند، اجری مانند آزاد کردن بنده دارد».


قائمیه
مرکز تحقیقات رایانه‌ای
اصفهان
WWW
برای داشتن کتابخانه های تخصصی
دیگر به سایت این مرکز به نشانی
www.Ghaemiyeh.com
www.Ghaemiyeh.net
www.Ghaemiyeh.org
www.Ghaemiyeh.ir
مراجعه و برای سفارش با ما تماس بگیرید.
۰۹۱۳ ۲۰۰۰ ۱۰۹